

ORIENTAÇÕES SOBRE O USO DA MÁSCARA PELA POPULAÇÃO

O Ministério da Saúde recomenda que toda a população utilize **máscaras de fabricação caseira** ao sair na rua. As máscaras comerciais devem ser reservadas para uso da população com sintomas respiratórios e pelos profissionais de saúde.



As máscaras caseiras podem ser feitas em **tecido de algodão, tricoline, TNT ou outros tecidos**. É preciso que a máscara tenha pelo menos duas camadas de pano e cubra totalmente a boca e nariz, e tenha elásticos ou tiras para amarrar acima das orelhas e abaixo da nuca.

Antes de colocar a máscara, **higienize as mãos** com água e sabão ou álcool em gel.



Tanto a máscara cirúrgica quanto a caseira **não devem ser utilizadas por mais de 2 horas**, pois após esse período elas ficam úmidas e perdem a eficácia. O ideal é que cada pessoa tenha pelo menos duas máscaras de pano e uma sacola para guardar a máscara suja, quando precisar trocar.



Ao trocar a máscara, não toque na parte da frente, que cobre o rosto.

Faça a sua retirada a partir das alças laterais.

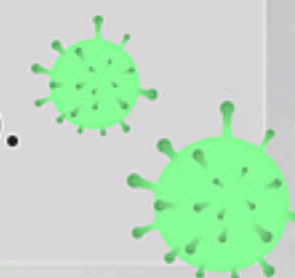
Após a retirada da máscara, o indivíduo deverá higienizar as mãos com água e sabão ou álcool em gel.



Chegando em casa, **lave as máscaras usadas** com água e sabão ou solução de água sanitária. Deixe-as de molho por cerca de dez a quinze minutos. O próprio dono deve lavar as suas máscaras.



Pessoas que estejam com **sintomas respiratórios**, caso necessitem sair de casa, devem utilizar preferencialmente a máscara cirúrgica padrão.



Lembre-se! Cada membro da família deve ter a sua própria máscara, pois ela é de **uso individual**.