

ORIENTAÇÃO

NÚMERO: 011/2021

DATA: 13/09/2021

ATUALIZAÇÃO: 15/09/2022

ASSUNTO: **COVID-19: Utilização de Máscaras**
PALAVRAS-CHAVE: COVID-19; SARS-CoV-2; Comunidade; Máscaras.
PARA: Todas as pessoas
CONTACTOS: medidassaudepublica@dgs.min-saude.pt

SUMÁRIO DA ATUALIZAÇÃO • Uso de máscaras, de acordo com a legislação em vigor

A utilização de máscaras na comunidade é uma medida eficaz na prevenção da transmissão de SARS-CoV-2 e continua assim a ser uma importante medida de contenção da infeção, sobretudo em ambientes e populações com maior risco para infeção por SARS-CoV-2, fundamentando, nesta matéria, o atual regime legal em vigor.

Portugal tem vindo a proceder à eliminação da generalidade das medidas restritivas de resposta à pandemia da doença COVID-19, tendo permanecido em vigor a obrigatoriedade do uso de máscara em espaços interiores, que se considera agora poder ser objeto de um novo enquadramento, continuando a assegurar a proporcionalidade das medidas restritivas às circunstâncias da infeção que se verificam em cada momento, independentemente da necessidade da sua modelação futura, designadamente, em função da sazonalidade.

Importa, por isso, em matéria de utilização de máscaras, rever as medidas de saúde pública, adequadas e proporcionais ao momento atual, sujeitas a reponderação em função da evolução epidemiológica e do conhecimento científico¹.

Assim, nos termos da alínea a) do n.º 2.º do artigo 2.º do Decreto Regulamentar n.º 14/2012, de 26 de janeiro, a Direção-Geral da Saúde atualiza a seguinte Orientação:

Nos termos da legislação em vigor², o uso de máscara cirúrgica ou FFP2, é **obrigatório** por qualquer pessoa com idade superior a 10 anos:

- a. Em estabelecimentos e serviços de saúde;
- b. Em estruturas residenciais ou de acolhimento ou serviços de apoio domiciliário para populações vulneráveis, pessoas idosas ou pessoas com deficiência, bem como

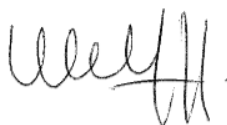
¹ <https://phsm.euro.who.int/currentMeasures/mask>

² Decreto-Lei n.º 30-E/2022, de 21 de abril

- unidades de cuidados continuados integrados da Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados;
- c. Nos contactos com casos confirmados de COVID-19 durante 14 dias após a data da última exposição.
 - d. Nos casos confirmados de COVID-19, em todas as circunstâncias, sempre que estejam fora do seu local de isolamento até ao 10.º dia após data do início de sintomas ou do teste positivo.
1. A obrigatoriedade referida no ponto 1 é dispensada, nos termos da legislação em vigor, mediante a apresentação de:
 - a. Atestado Médico de Incapacidade Multiusos ou declaração médica, no caso de se tratar de pessoas com deficiência cognitiva, do desenvolvimento e perturbações psíquicas;
 - b. Declaração médica que ateste que a condição clínica da pessoa não se coaduna com o uso de máscaras.
 2. É **recomendado** o uso de máscaras nos seguintes contextos:
 - a. Por pessoas mais vulneráveis, nomeadamente pessoas com doenças crónicas ou estados de imunossupressão com risco acrescido para COVID-19 grave, sempre que em situação de risco aumentado de exposição.
 - b. Por pessoas em contacto com pessoas mais vulneráveis.
 - c. Por qualquer pessoa com idade superior a 10 anos sempre que se encontre em ambientes fechados, em aglomerados, nomeadamente:
 - Na utilização de transportes coletivos de passageiros, incluindo o transporte aéreo, bem como no transporte de passageiros em táxi ou TVDE.
 - Em plataformas e acessos cobertos a transportes públicos, incluindo aeroportos, terminais marítimos e redes de metro e de comboio
 3. A utilização de máscara cirúrgica ou FFP2 deve ser adaptada à situação clínica individual, nomeadamente às situações de perturbação do desenvolvimento ou do comportamento, insuficiência respiratória, ou outras patologias, mediante avaliação caso-a-caso pelo médico assistente³.

³ Para o efeito, estão previstos regimes excecionais nos termos da legislação em vigor.

4. Para garantir a utilização da máscara em todas as circunstâncias previstas na presente Orientação, e sempre que a pessoa considere que a sua utilização se justifica, recomenda-se que qualquer pessoa seja portadora de uma máscara cirúrgica ou FFP2, sempre que se desloque ou circule para fora do local de residência ou permanência habitual.
5. Para efeitos da presente Orientação:
 - a. A máscara deve ser sempre utilizada de forma adequada (Anexo).
 - b. As máscaras recomendadas para efeitos da presente Orientação são⁴:
 - i. Máscaras cirúrgicas, Tipo I, II ou IIR, não reutilizáveis – dispositivos médicos, de preferência com marcação CE.
 - ii. Semi máscara de proteção respiratória FFP2 – Equipamento de Proteção Individual (EPI), de preferência com marcação CE.
 - iii. Máscaras em conformidade com os requisitos de normalização internacionais equivalentes, reconhecidos a nível europeu.



Graça Freitas
Diretora-Geral da Saúde

⁴ “Máscaras destinadas à utilização no âmbito da COVID-19 - Especificações Técnicas” - 14 de abril de 2020 - <https://www.infarmed.pt/documents/15786/3584301/M%C3%A1scaras+destinadas+%C3%A0+utiliza%C3%A7%C3%A3o+no+%C3%A2mbito+da+COVID-19/a7b79801-f025-7062-8842-ca398f605d04?version=1.2>

ANEXO – Utilização Correta de Máscaras

COVID-19

MÁSCARAS



COMO COLOCAR

1º

LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR



2º

VER A POSIÇÃO CORRETA

Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)



3º

COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS



4º

AJUSTAR AO ROSTO

Do nariz até abaixo do queixo



5º

NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS



DURANTE O USO

1º

TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA



2º

NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR



3º

NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA

Se o fizer, lavar as mãos de seguida



COMO REMOVER

1º

LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER



2º

RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS



3º

DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA



4º

LAVAR AS MÃOS



TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS