



Associação dos Industriais de Aluguer de Automóveis sem Condutor

## CIRCULAR INFORMATIVA Nº 111



### CORONAVIRUS-COVID 19 DECLARAÇÃO DE ESTADO DE EMERGÊNCIA

21-04-2020

#### UTILIZAÇÃO DE EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL POR NÃO PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Exmos. Senhores Associados,

Foi publicada pela Direção-Geral de Saúde a [Orientação n.º 19/2020](#), relativamente à utilização de equipamentos de proteção individual por pessoas não profissionais de saúde.

Segundo a referida orientação, a utilização de máscara cirúrgica está recomendada a todas as pessoas com sintomas de infeção respiratória (nomeadamente, febre, tosse ou dificuldade respiratória) que estão em contacto com outras pessoas, e para todas as pessoas no interior de instituições de saúde, bem como a doentes imunossuprimidos, nas deslocações esporádicas fora do domicílio, entre os quais, doentes em hemodiálise, doentes oncológicos sob quimioterapia ou radioterapia, doentes com imunodeficiências, doentes sob terapêutica imunossupressora (nomeadamente biológicos), entre outros.

Acrescenta que a utilização de máscaras é também aconselhada aos profissionais ou pessoas que possam contactar diretamente com doentes suspeitos ou infetados com COVID-19, como profissionais de atendimento ao público.

A orientação acima indicada, estabelece o procedimento a seguir para uma correta colocação de máscara cirúrgica, o qual deverá ser efetuado nos termos seguintes:

- Higienização das mãos, com água e sabão ou com uma solução à base de álcool, antes de colocar a máscara;
- Colocação da máscara cirúrgica com o lado branco (face interna) virado para a cara, e o lado com outra cor (face externa) virado para fora;



- c) Ajuste da extremidade rígida da máscara ao nariz, cobrindo a boca, o nariz e o queixo com a máscara, certificando que não existem espaços entre o rosto e a máscara;
- d) Não se deve tocar na máscara enquanto esta estiver em utilização; caso tal aconteça, deve ser feita imediatamente higienização das mãos;
- e) A máscara deve ser substituída por uma nova assim que se encontre húmida;
- f) Não devem ser reutilizadas máscaras de uso único;
- g) A remoção da máscara deve ser feita a partir da parte de trás (não tocando na frente da máscara), segurando nos atilhos ou elásticos;
- h) A máscara deve ser descartada para um contentor de resíduos;
- i) Deve ser feita nova higienização das mãos, no final da utilização da máscara.

Relativamente às regras a observar para uma correta colocação de máscara, divulgamos o vídeo disponibilizado pela Direção-Geral de Saúde, o qual pode ser consultado em: <https://www.youtube.com/watch?v=AJAWWARzpZw>

É importante referir a utilização de máscara e de outros equipamentos de proteção individual não dispensa o cumprimento das Precauções Básicas de Controlo de Infecção e de outras medidas entre as quais a etiqueta respiratória e o distanciamento social, que constituem medidas eficazes de prevenção da transmissão de COVID-19.

Para mais informações e para uma maior facilidade de acesso anexamos a referida orientação da Direção-Geral de Saúde.



Orientação n.º 19/  
2020

Para qualquer esclarecimento adicional, agradecemos que contactem os Serviços da ARAC através dos emails: [arac@arac.pt](mailto:arac@arac.pt), [jr.almeida@arac.pt](mailto:jr.almeida@arac.pt), [helder.rodrigues@arac.pt](mailto:helder.rodrigues@arac.pt) e [sandra.margarida@arac.pt](mailto:sandra.margarida@arac.pt), os quais se encontram ao vosso inteiro dispor.

Com os melhores cumprimentos

O Secretário-Geral

Joaquim Robalo de Almeida