

SEGURANÇA ITEM FUNCIONA COMO BARREIRA, OU SEJA, QUEM JÁ ESTIVER DOENTE NÃO ESPALHARÁ GOTÍCULAS COM VÍRUS AO FALAR OU TOSSIR



1



2



3



4

Jogo dos erros: uso incorreto da máscara anula a sua eficiência

Especialistas recomendam cuidado e atenção no uso do acessório, já que, além de aumentar as chances de contaminação pela Covid-19, erros podem ocasionar problemas de pele como surgimento de feridas e acne

SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Bárbara Monteiro
@Barbara_ovale



As máscaras de proteção caseiras são de uso individual e bastante eficientes para evitar o contágio do coronavírus, no entanto, é preciso ter atenção ao utilizar o equipamento: um pequeno descuido torna eminente a transmissão do vírus.

Foi o que aconteceu com a cuidadora Patrícia Aparecida Siqueira, 47 anos, natural de Jundiaí. Logo, quando apareceram os primeiros infectados no país, Patrícia tomou medidas de precauções, mas mesmo assim foi acometida pela doença.

“Todos em casa sempre foram muito cautelosos, saímos pouco e nunca sem a máscara. Também fazemos

a higienização recomendada pelas autoridades”, contou ela, que acredita ter se contaminado após algum deslizamento.

“Realmente não sei como fiquei doente, mas acredito que tenha sido após uma ida ao supermercado ou à feira. Na hora de fazer compra, a gente toca nos alimentos e depois, sem querer, acaba colocando a mão na máscara para ajustá-la”, ponderou.

O fisioterapeuta Darcisio Hortelan Antônio, especialista em saúde coletiva e professor da Unip (Universidade Paulista), concorda com a hipótese da Patrícia. “O contágio está relacionado com o toque das mãos. Cada vez que tocamos algo contaminado levamos o vírus às vias de entrada no organismo: boca, nariz e olhos. Se as mãos estiverem ‘limpas’

não contaminarão a máscara na manipulação”, informou.

Ou seja, não se deve tocar a peça durante o uso, mas, se isso ocorrer, a recomendação é lavar as mãos ou aplicar o álcool em gel imediatamente, assim como ocorre ao retirar ou colocar a máscara no rosto. Além disso, o acessório tem que cobrir o nariz e a boca e estar bem ajustada na face. Nunca a deixe no queixo. “Não utilizar a máscara ou fazê-la de forma imprópria dá na mesma”, ressaltou o profissional.

PROTEÇÃO PLENA.

O professor esclareceu ainda que é essencial examinar sempre a integridade da máscara e verificar se ela não possui furos ou rasgos.

“Lembrando, que se a peça estiver úmida ou se o indivíduo a estiver usando há mais

de três horas, é fundamental fazer a troca”, disse Antônio.

EFEITO COLATERAL.

O uso contínuo de máscaras de proteção pode gerar danos a pele. De acordo com a dermatologista Adriana Vilarinho, de São Paulo, entre as principais reações estão o aumento da oleosidade do rosto e de acne quando se trata dos itens cirúrgico ou caseiro. Já no caso das N95 ou PFF2, utilizadas por profissionais de saúde, podem ocorrer feridas devido à pressão e o atrito causados por elas.

“O tempo necessário para causar alterações varia muito do material da peça e das características individuais de cada pele. O indicado é retirar a máscara brevemente a cada 2 horas para aliviar a pressão e deixar a pele ‘respirar’”, frisou a médica.

No caso de aparecimento de acne, a especialista aconselha procurar fazer uso de sabonetes específicos com ácido salicílico. Entretanto, dependendo do quadro, é necessário tratamento com ácidos mais fortes, peelings ou antibióticos, por exemplo.

Já para os profissionais de saúde, a dica é proteger a parte da pele que entrará em contato com a máscara com vaselina sólida. “Peles mais sensíveis se beneficiam de sabonetes mais delicados e uma hidratação mais vigorosa”, acentuou a médica.

Para quem tem o hábito de aplicar cremes hidratantes é fundamental ter cuidado com o produto porque eles podem potencializar o efeito oclusivo das máscaras no rosto. “Dê preferência a produtos com texturas mais leves, como sérums. E priorize a hidratação no período da noite”, disse Adriana. ■

