

Orientação sobre o uso de máscara durante a COVID-19

Resumo das alterações do dia 14 de março de 2022

- Atualizado para alinhar-se com as alterações à [Ordem sobre o uso de máscaras da Secretaria de Saúde](#) (somente em inglês) e a [Declaração do Governador](#) (somente em inglês)

Introdução

Ao usar uma máscara, você ajuda a proteger as pessoas ao seu redor, bem como a si mesmo. Em resposta a esta pandemia, aprendemos que em certos lugares e ocasiões, usar uma máscara pode reduzir muito a transmissão de COVID-19 entre as pessoas, salvando vidas e ajudando a manter a economia aberta de forma segura e sensata. Estratégias de prevenção em camadas, como manter as vacinas atualizadas e usar máscara, podem ajudar a prevenir doenças graves e reduzir possíveis tensões no sistema de saúde, especialmente quando os níveis de transmissão estiverem elevados.

Conforme orientação do Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Centro de Controle e Prevenção de Doenças), algumas máscaras e respiradores oferecem níveis mais elevados de proteção do que outros, e alguns podem ser mais difíceis de tolerar ou usar com frequência. O mais importante é usar uma máscara bem ajustada ao rosto ou usar um respirador corretamente que seja confortável para você e que forneça uma boa proteção. Mais informações podem ser encontradas na página da web do CDC em [tipos de máscaras e respiradores](#).

Para pessoas com problemas de desenvolvimento, de comportamento ou de saúde que não podem usar uma máscara comum, é possível usar um protetor facial (face shield) com proteção de tecido na parte inferior. Esse tipo de protetor facial com proteção de tecido também pode ser usado, inclusive por crianças em creches, acampamentos diurnos e ambientes escolares, caso a máscara bem ajustada não seja tolerada. Consulte as orientações do Department of Health (DOH, Departamento de Saúde) sobre o uso de máscaras para [escolas do jardim de infância ao ensino médio, creches, locais de aprendizagem precoce e desenvolvimento de jovens ou acampamentos diurnos](#) (em português). Além disso, consulte a seção do CDC [Considerações para grupos de pessoas específicos](#) para saber mais informações. O DOH não recomenda o uso de máscaras com válvulas ou aberturas, bandanas ou polainas de pescoço com uma única camada.

No [ambiente de trabalho](#), talvez seja necessário usar certos tipos de máscaras cirúrgicas ou respiradores. O uso de respiradores com válvulas pode ser feito de acordo com as orientações

publicadas pelo Washington State Department of Health (DOH, Departamento de Saúde do Estado de Washington) e pelo [Washington State Department of Labor & Industries \(L&I, Departamento de Trabalho e Indústrias do Estado de Washington\)](#) (somente em inglês).

Acesse a [página da web do DOH sobre máscaras](#) (somente em inglês) para obter uma lista das perguntas frequentes sobre o uso de máscaras.

Mandatos e Ordens de Saúde

As ordens públicas atuais listadas abaixo exigem que as pessoas usem máscaras em certos ambientes, incluindo:

- [Ambientes de assistência à saúde](#)
- Instalações penitenciárias e correccionais (cadeias e presídios para adultos)
- [Transporte público](#) (somente em inglês)

Ordem do Departamento de Saúde do estado de Washington

A [Secretary of Health Mask Order \(Ordem sobre o uso de máscaras da Secretaria de Saúde\)](#) (somente em inglês) exige que os moradores de Washington usem máscaras em [ambientes de assistência à saúde](#) e instalações penitenciárias para adultos, independentemente do status de vacinação, com exceções e isenções limitadas. As pessoas são individualmente responsáveis por cumprir esta ordem; no entanto, as empresas também têm a responsabilidade de fazer seus funcionários e clientes cumprirem tal ordem. Consulte as ordens abaixo para obter informações adicionais.

Ordem Federal

As exigências relacionadas ao transporte público encontram-se na [Centers for Disease Control and Prevention order \(ordem do Centro de Controle e Prevenção de Doenças\)](#) (somente em inglês). Esta ordem exige o uso de máscaras pelos passageiros em todos os transportes públicos e nos terminais de transporte, incluindo, mas não se limitando a, aviões, navios, balsas, trens, metrô, ônibus, táxi e caronas compartilhadas. Os operadores de transporte público devem exigir que todos os passageiros usem máscaras ao embarcar, desembarcar e durante a viagem. Mais informações podem ser encontradas na [página da web do CDC para autoridades jurídicas](#) (somente em inglês).

O CDC não exige que as pessoas usem máscaras em ônibus ou vans operados por sistemas escolares públicos ou privados do jardim de infância ao ensino médio ou programas de cuidado infantil/educação pré-escolar (ECE). Porém, a seu critério, os sistemas escolares e os programas de ECE poderão optar por exigir que as pessoas usem máscaras em ônibus ou vans. Consulte as [Exigências e orientações para diminuir o risco de transmissão da COVID-19 em escolas do jardim de infância ao ensino médio, creches, locais de aprendizagem precoce e desenvolvimento de jovens ou acampamentos diurnos](#) do DOH (em português) para saber mais informações sobre transporte de ônibus.

Declaração do Governador do Estado de Washington

As informações sobre as responsabilidades e o que é esperado das empresas com relação a clientes e funcionários estão listadas na [Declaração do governador 20-25.19 Washington preparado para a COVID-19 \(somente em inglês\)](#) e na [Declaração 21-08 – Segurança dos Trabalhadores \(somente em inglês\)](#).

Trabalho e indústria do Estado de Washington e declaração do Governador

Embora as máscaras não sejam necessárias na maioria dos locais de trabalho de acordo com a declaração do Governador listada acima, as empresas privadas ainda poderão exigir o uso de máscaras, se assim o desejarem. É necessário respeitar [as regras do local em que você se encontra](#). Além disso, de acordo com a [Declaração do Governador para a Segurança dos Trabalhadores \(somente em inglês\)](#), alguns funcionários que apresentam certos riscos à saúde ou que vivem com pessoas em risco de contrair a forma grave da COVID-19, ainda podem precisar, ou optar, por usar máscaras; os trabalhadores têm o direito de usar uma máscara para proteger a si mesmos, suas famílias e suas comunidades. Em 2021, o Legislativo aprovou o Projeto de Lei 5254 do Senado Suplente, que protege o direito do trabalhador de usar máscara durante uma emergência de saúde pública, e essa proteção agora está codificada em [Revised Code of Washington \(RCW, Código Revisado de Washington\) 49.17.485 \(somente em inglês\)](#). Consulte os [Requisitos e Orientações para Prevenção da COVID-19](#) do L&I (somente em inglês) e [Perguntas Comuns Sobre a COVID-19 com Relação aos Requisitos de Máscara e Cobertura Facial para os Trabalhadores](#) (somente em inglês) para saber mais informações para locais de trabalho.

Entidades e autoridades locais de saúde pública

As autoridades sanitárias locais têm autoridade para implementar ordens de saúde para controlar e impedir a propagação de doenças dentro de sua jurisdição. Essas ordens podem ser mais rígidas, mas não menos, do que as ordens estaduais. Verifique com a [autoridade sanitária local](#) (somente em inglês) e siga todas as ordens de saúde em vigor para essa área.

Recomendações

Embora as informações acima indiquem os requisitos que permanecem em vigor para o uso de máscaras em ambientes específicos, as informações a seguir descrevem as recomendações gerais de saúde pública que devem ser levadas em consideração.

Recomendações sobre o uso de máscara para ambientes de convivência comunitária não relacionados à saúde

O uso de máscara é recomendado, quando possível, nos ambientes a seguir. Consulte as orientações específicas do setor abaixo.

- [Locais provedores de serviços a desabrigados](#) (somente em inglês)
- [Ambiente marítimo comercial](#) (somente em inglês) (por exemplo, [navios de pesca comercial](#) (somente em inglês), cargueiros, navios de cruzeiro)

- [Ambientes com aglomeração de pessoas](#) (somente em inglês), nos quais o distanciamento físico é impossível devido à natureza do trabalho, como depósitos, fábricas e locais em que ocorre o acondicionamento de alimentos e o processamento de carne;
- Áreas compartilhadas de instalações de convivência comunitária (excluindo quartos), incluindo centros de readaptação penitenciária, habitação de transição, reabilitação juvenil ou instalações de detenção e habitação temporária para trabalhadores;
- Locais fechados em ambientes nos quais pessoas encarceradas, de prisões para adultos, instalações de reabilitação juvenil ou instalações de detenção juvenil, estejam presentes (por exemplo, salas de tribunal).

As pessoas que moram ou trabalham em um dos ambientes mencionados acima devem seguir as mesmas recomendações do público em geral quando não estiverem em tais ambientes (por exemplo, quando estiverem na comunidade). As autoridades de saúde pública podem exigir o uso de máscaras em determinadas circunstâncias, como surtos.

Estabelecimentos não relacionados à saúde nos quais as pessoas se reúnam (como empresas e organizações) podem exigir o uso de máscaras em suas instalações. Esses estabelecimentos devem considerar todos os seguintes fatores ao decidir se devem exigir máscaras em seu ambiente:

- Vulnerabilidade das pessoas no ambiente
 - Pessoas que não estão [em dia](#) com as vacinas contra a COVID-19 e são mais suscetíveis a contrair e desenvolver a forma mais grave da doença
 - Pessoas com [certas condições médicas](#) têm maior risco de desenvolver a forma grave da COVID-19
- Qualidade da ventilação no ambiente - consulte [Ventilação e qualidade do ar para reduzir a transmissão de COVID-19 \(wa.gov\)](#) (somente em inglês) e [Ventilação em prédios | CDC](#) para saber mais informações e opções de ventilação, incluindo instalações com e sem sistemas de aquecimento, ventilação e ar condicionado (HVAC)
- Capacidade de manter o distanciamento físico entre as pessoas no ambiente
- Surto suspeito ou confirmado de COVID-19 no ambiente - o uso de máscara na área interna é altamente recomendado quando há um surto em um ambiente de convivência comunitária não relacionado à saúde
- Quando os níveis da doença na comunidade são altos, o CDC e o DOH recomendam que todas as pessoas usem máscaras em ambientes fechados, independentemente do status de vacinação. Consulte [Níveis de transmissão da COVID-19 na comunidade de acordo com o CDC](#)

Esses estabelecimentos não devem desencorajar os indivíduos de usar máscaras se assim o desejarem. Veja abaixo as recomendações de uso de máscara individual e as considerações baseadas em risco.

Recomendações de uso individual de máscara

Pessoas com sintomas, teste positivo ou exposição a alguém com COVID-19 devem usar máscara, de acordo com os documentos [O que fazer se você testar positivo para a COVID-19 \(somente em inglês\)](#), [O que fazer se você for potencialmente exposto a alguém com COVID-19 \(somente em inglês\)](#) e [Árvores de decisão sobre sintomas da COVID-19](#). Se o ambiente exigir, os indivíduos devem usar uma máscara. Consulte a seção [Mandatos e Ordens de Saúde](#) para obter informações sobre os requisitos.

Mesmo que as circunstâncias acima não se apliquem, as pessoas poderão usar uma máscara com base na preferência pessoal, informada pelo nível de risco pessoal ou comunitário. Os indivíduos devem considerar os seguintes fatores ao decidir se devem usar máscara:

- Status de vacinação individual e status de vacinação dos familiares, amigos e outras pessoas ao seu redor - pessoas que não estão [em dia](#) com as vacinas contra a COVID-19 são mais suscetíveis a contrair e desenvolver a forma mais grave da doença
- As [condições médicas](#) individuais e condições médicas de familiares, amigos e outras pessoas ao seu redor que aumentam o risco de contrair a forma grave da COVID-19
- Características do ambiente em que você está (por exemplo, lotado, mal ventilado)
- Quando os níveis da doença na comunidade são altos, o CDC e o DOH recomendam que todas as pessoas usem máscaras em ambientes fechados, independentemente do status de vacinação. Consulte [Níveis de transmissão da COVID-19 na comunidade de acordo com o CDC](#)

Mais informações e recursos sobre a COVID-19

Atualize-se sobre a [situação atual relacionada à COVID-19 em Washington](#) (em português), [as declarações do governador Inslee](#) (somente em inglês), [os sintomas](#) (somente em inglês), [como a doença se dissemina](#) (somente em inglês) e [como e quando as pessoas devem fazer o teste](#) (somente em inglês). Consulte as [Perguntas frequentes](#) (somente em inglês) para obter mais informações.

A raça/etnia ou nacionalidade de uma pessoa não a coloca, por si só, em maior risco de contrair o vírus. Entretanto, os dados revelam que as comunidades de cor estão sendo desproporcionalmente afetadas pela COVID-19. Isso se deve aos efeitos do racismo e, em particular, do racismo estrutural, que faz com que alguns grupos tenham menos oportunidades de protegerem a si mesmos e às suas comunidades. [A estigmatização não ajudará a combater a doença](#) (somente em inglês). Compartilhe informações corretas com outras pessoas para evitar a disseminação de boatos e desinformação.

- [Informações do Department of Health do estado de Washington sobre o surto do novo coronavírus em 2019 \(COVID-19\) \(em português\)](#)
- [Resposta do estado de Washington ao coronavírus \(COVID-19\) \(em português\)](#)
- [Encontre o seu distrito ou departamento de saúde local](#) (somente em inglês)
- [Site do CDC sobre o coronavírus \(COVID-19\)](#) (somente em inglês)

- [Como fazer uma máscara facial acessível e amigável para surdos \(HSDC\) \(somente em inglês\)](#)

Tem outras dúvidas? Ligue para a nossa linha direta de informações sobre a COVID-19: **1-800-525-0127**

Segunda-feira: das 6h às 22h; de terça-feira a domingo e [feriados estaduais \(somente em inglês\)](#): das 6h às 18h. Para acessar os serviços de interpretação, **pressione #** quando a ligação for atendida e **fale o seu idioma**. Em caso de dúvidas sobre sua saúde, para saber como fazer o teste de detecção de COVID-19 ou para obter resultados de testes, entre em contato com o seu provedor de assistência médica.

Para solicitar este documento em outro formato, ligue para 1-800-525-0127. Os clientes com deficiência auditiva deverão ligar para 711 ([Washington Relay](#)) ou enviar um e-mail para civil.rights@doh.wa.gov.

Apêndice A: Glossário

Ambientes de assistência à saúde

De acordo com a [Secretary of Health's Mask Order \(Ordem sobre o uso de máscaras da Secretaria da Saúde\)](#) (somente em inglês), os ambientes de assistência à saúde e os estabelecimentos de cuidados de longa duração são qualquer estabelecimento público ou privado que seja usado principalmente para a prestação de serviços de saúde pessoais a indivíduos, com algumas exceções. Caso a instalação esteja em um local que é usado principalmente para a prestação de serviços de saúde, como um hospital, toda a instalação é considerada um ambiente de saúde ou de cuidados de longa permanência, portanto o uso de máscara deverá ser feito, independentemente do ambiente, sujeito às exceções e isenções com relação à ordem sobre o uso de máscaras. Se localizado em uma instalação que é usada principalmente para outro propósito, como uma farmácia dentro de um supermercado ou uma enfermaria de escola, o ambiente de cuidados de saúde ou de cuidados de longa permanência inclui apenas as áreas que são usadas principalmente para a prestação de cuidados de saúde, mas não as outras áreas do estabelecimento. As máscaras devem ser colocadas nas áreas usadas principalmente para a prestação de cuidados de saúde, sujeitas às exceções e isenções com relação à ordem sobre o uso de máscaras. A menos que excluídos abaixo, os prestadores de serviços de saúde incluem indivíduos cujas credenciais estejam na lista de [Requisitos de Credenciamento de Profissionais de Saúde](#) (somente em inglês), bem como indivíduos autorizados por lei a fornecer serviços de saúde que não possuam uma credencial. **Todos os funcionários e visitantes, além dos profissionais de saúde, são obrigados a usar máscara em ambientes internos de instalações de assistência à saúde.**

A seguir, apresentamos uma lista não exclusiva de locais considerados estabelecimentos de assistência à saúde e de cuidados de longa permanência:

- Unidades semi-intensivas, incluindo, mas não se limitando a, hospitais;
- Unidades semi-intensivas de longa permanência;
- Instalações de reabilitação para pacientes internados;
- Instalações de terapia comportamental para pacientes internados, incluindo, mas não se limitando a, instalações de avaliação e tratamento, instalações de tratamento com atendimento domiciliar, instalações de desintoxicação seguras;
- Instalações residenciais de cuidados de longa permanência, incluindo, mas não se limitando a, lares de idosos, instalações de vida assistida, casas de família para adultos, locais onde são fornecidos serviços e apoios residenciais comunitários certificados e instalações de serviços avançados;
- Clínicas móveis ou outros veículos onde é prestada assistência de saúde;
- Instalações ambulatoriais, incluindo, mas não se limitando a, centros de diálise, consultórios médicos e instalações de terapia comportamental (incluindo consultórios de psiquiatras, psicólogos e profissionais de transtornos por uso de substâncias);
- Instalações odontológicas e suas especialidades;
- Instalações de optometria e oftalmologia;
- Farmácias (não incluindo as áreas de venda);

- Consultórios de terapia por massagem (isso inclui as áreas designadas nas quais a massagem é administrada em ambientes não relacionados à saúde, como spas e centros de bem-estar/fitness);
- Consultórios de quiropraxia;
- Práticas de obstetrícia e centros de parto autônomos;
- Centros de isolamento e/ou quarentena;
- Instalações cirúrgicas ambulatoriais;
- Centros de atendimento de urgência;
- Centros de cuidados paliativos; e
- Ambientes em que os serviços de assistência de saúde domiciliar, assistência domiciliar, cuidados pessoais ou cuidados paliativos são prestados por provedores pagos.

Estabelecimentos de assistência de saúde e de cuidados de longa permanência não incluem:

- Locais nos quais eventos esportivos e de espectadores ou outras reuniões são realizadas (incluindo quando treinadores credenciados estão prestando atendimento aos jogadores), além das áreas usadas principalmente para a prestação de serviços de saúde, como áreas designadas para primeiros socorros (que são locais de assistência à saúde);
- Lares adotivos licenciados pelo Department of Children, Youth & Families (DCYF, Departamento de Crianças, Jovens e Famílias) que não fornecem prioritariamente serviços de saúde;
- Instalações de pesquisa onde não é prestada assistência de saúde às pessoas;
- Instalações de assistência veterinária;
- Agências de controle animal;
- Sociedades humanitárias sem fins lucrativos; e
- Estabelecimentos de venda de maconha, incluindo aqueles nos quais os consultores de maconha medicinal prestam serviços.

Se a unidade de assistência à saúde exigir máscaras em ambientes abertos, você deve seguir as regras do local. Consulte as informações sobre as [“regras do local”](#) para saber mais. Visite a página [Prevenção de infecção por COVID-19 em ambientes de assistência à saúde](#) (somente em inglês) para obter orientações detalhadas, incluindo [orientação de controle da origem](#) (somente em inglês) e orientações para visita a determinados ambientes de assistência à saúde.

Regras do local

Empresas, organizações, instalações e estabelecimentos têm o direito de definir suas próprias regras para o uso de máscaras em seu estabelecimento ou instalação. As empresas são obrigadas a seguir todos os requisitos das [Diretivas do L&I](#) (somente em inglês) e podem optar por exigir máscaras em ambientes (por exemplo, ao ar livre) para oferecer uma proteção maior do que a [Ordem sobre o uso de máscaras da Secretaria da Saúde](#) (somente em inglês).

As autoridades locais de saúde pública também podem colocar em vigor outras medidas protetivas de uso de máscara para limitar a transmissão na comunidade. Essas regras podem ser mais protetivas, mas não menos, do que a [Ordem sobre o uso de máscaras da Secretaria da Saúde](#) (somente em inglês).

Além disso, alguns indivíduos podem precisar ou optar por continuar usando uma máscara. Eles têm o direito de optar por usar máscaras em público, mesmo quando os mandatos estaduais ou locais sobre o uso de máscara não estiverem em vigor. É necessário respeitar a escolha que um indivíduo faz de usar máscaras para proteger a si mesmo, sua família e comunidade. Observe que, se você optar por usar uma máscara, poderá ser solicitado a removê-la brevemente em situações como aquelas para fins de identificação.