

Orientação sobre o uso de máscaras durante a pandemia da COVID-19

Resumo das alterações feitas em 12 de setembro de 2022

- Informações adicionadas sobre diferentes níveis de proteção fornecidos por máscaras e respiradores
- Atualizado para se alinhar com a recomendação de uso de máscaras do <u>Centers for Disease</u> <u>Control and Prevention (CDC, Centro de Controle e Prevenção de Doenças)</u> dentro de transportes públicos
- Recomendações atualizadas sobre quando é necessário utilizar máscaras em <u>ambientes de</u> convivência não relacionados à saúde
- Recomendações atualizadas sobre quando o <u>público em geral</u> deve usar máscaras em ambientes fechados, com base nos Níveis de transmissão da COVID-19 na comunidade, de acordo com o CDC

Introdução

Ao usar uma máscara ou respirador (ou seja, máscaras de filtragem especializadas, como as do tipo N95), você ajuda a proteger as pessoas ao seu redor, bem como a si mesmo. O uso da máscara ou do respirador pode reduzir a propagação da COVID-19, o que salva vidas e ajuda a manter a economia aberta. Estratégias combinadas, como manter-se atualizado (disponível em alguns idiomas adicionais) sobre as vacinas e o uso de máscaras ou respiradores, podem ajudar a prevenir doenças graves e reduzir o fardo do sistema de saúde.

Você deve usar <u>máscara ou respirador</u> (disponível em alguns idiomas adicionais) com ajuste adequado e do mais elevado nível de qualidade disponível a você. Quando usados corretamente, os respiradores <u>aprovados pelo National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH, Instituto Nacional de Segurança e Saúde Ocupacional dos EUA) (somente em inglês), como do tipo N95, oferecem maior proteção, seguidos por respiradores internacionais (do tipo KN95 e KF94) e máscaras cirúrgicas e, então, máscaras de tecido. Se você corre o <u>risco de desenvolver um quadro grave de COVID-19</u> (somente em inglês), consulte seu médico para saber se deve fazer o teste de ajuste para um respirador aprovado pelo NIOSH ou se deve considerar outras opções de respirador que não exijam esse teste. Para obter mais informações sobre testes de ajuste e escolha de máscaras, visite a <u>página do Washington State</u> <u>Department of Labor and Industries (L&I, Departamento do Trabalho e das Indústrias do Estado de Washington) sobre o uso voluntário de máscara (disponível em alguns idiomas adicionais).</u></u>

Para obter mais informações sobre os diferentes tipos de máscaras e respiradores e como melhorar o ajuste, consulte tipos de máscaras e respiradores (disponível em alguns idiomas adicionais). Esta página da Web (somente em inglês) fornece algumas informações sobre como os diferentes tipos de máscaras e respiradores filtram as partículas, inclusive quando são feitas modificações nas máscaras para melhorar o ajuste. Pessoas que não podem usar máscara devido a problemas de desenvolvimento, de comportamento ou de saúde podem usar um protetor facial com proteção de tecido na parte inferior. Esse tipo de protetor também pode ser usado por crianças em creches, acampamentos diurnos e ambientes escolares, caso a máscara bem ajustada não seja tolerada. É preciso ter em mente, no entanto, que eles não fornecem o mesmo nível de proteção para o usuário que uma máscara ou

respirador bem ajustado. Consulte as orientações do Washington State Department of Health (DOH WA, Departamento de Saúde do Estado de Washington) sobre o uso de máscaras para K-12 Schools (escolas do jardim de infância ao ensino médio), Child Care (creches), Early Learning (locais de aprendizagem precoce), Youth Development (desenvolvimento de jovens) e Day Camp Programs (programas de acampamento diurno) (disponível em alguns idiomas adicionais). Consulte também as Considerações do CDC para grupos de pessoas específicos (disponível em alguns idiomas adicionais). O DOH recomenda não usar máscaras com válvulas ou aberturas, máscaras de tecido de camada única, bandanas de camada única ou polainas.

Respiradores com válvulas podem ser usados em ambientes de trabalho, de acordo com as orientações publicadas pelo L&I (somente em inglês).

Acesse a <u>página da web do DOH sobre máscaras</u> (somente em inglês) para obter uma lista das perguntas frequentes sobre o uso de máscara.

Em todo o restante deste documento, o termo "máscara" é usado para se referir a máscaras e respiradores.

Mandatos e Ordens de Saúde

As ordens públicas atuais exigem o uso de máscaras em <u>ambientes de assistência à saúde</u> e instalações penitenciárias para adultos. As autoridades de saúde pública podem exigir o uso de máscaras em determinadas situações, como surtos.

Ordem do Departamento de Saúde do Estado de Washington

A <u>Ordem sobre o uso de máscaras da Secretaria de Saúde</u> (somente em inglês) exige o uso de máscara em alguns ambientes, independentemente do status de vacinação:

- Ambientes de assistência à saúde
- Instalações penitenciárias para adultos quando o condado em que a instalação está localizada tem um nível médio ou alto de <u>transmissão comunitária de COVID-19 de acordo com o CDC</u> (disponível em espanhol)

Há exceções limitadas a esse requisito, que podem ser encontradas na <u>Ordem</u> (somente em inglês). Todos os funcionários e visitantes, bem como os profissionais de saúde, devem usar máscara em ambientes internos de <u>instalações de assistência à saúde</u>. Cada pessoa é responsável por cumprir esta ordem, e as empresas têm a responsabilidade de fazer com que funcionários e clientes também a cumpram.

Rescindida: Ordem Federal

A partir de 18 de abril de 2022, por ordem judicial, a Ordem do CDC que exige o uso de máscaras no transporte público e nos terminais de transporte não está mais em vigor. No entanto, as máscaras continuam sendo uma ferramenta importante para manter as viagens e o transporte público mais seguros para todos. Em alinhamento com o CDC (disponível em alguns idiomas adicionais), o WA DOH recomenda que trabalhadores e passageiros com dois anos de idade ou mais usem máscaras em todos os ambientes dentro do transporte público, incluindo qualquer meio de condução e centros de transporte. Consulte Ambientes de transporte público para obter mais informações.

Declaração do Governador do Estado de Washington

As informações sobre as responsabilidades das empresas com relação a clientes e funcionários estão listadas na <u>Proclamation 20-25.19 COVID-19 Washington Ready (Declaração 20-25.19 Washington preparado para a COVID-19) do governador</u> (somente em inglês) e na <u>Proclamation 21-08 – Safe Workers (Declaração 21-08 – Segurança dos Trabalhadores</u> (somente em inglês).

Washington State Labor and Industries (L&I) e declaração do Governador

Embora as máscaras normalmente não sejam necessárias na maioria dos locais de trabalho, de acordo com a Declaração do Governador listada acima, os funcionários ainda devem aderir aos Requisitos e orientações para prevenção da COVID-19 do L&I (somente em inglês). Além disso, as empresas privadas podem optar por exigir máscaras e os visitantes deverão respeitar as regras do local. Por meio da Proclamation 21-08 – Safe Workers (Declaração 21-08 – Segurança dos Trabalhadores) do Governador (somente em inglês), os trabalhadores têm o direito de usar uma máscara no local de trabalho. O Washington Administrative Code (WAC, Código Administrativo de Washington) 296-62-609 (somente em inglês) protege o direito do trabalhador de usar uma máscara durante uma emergência de saúde pública. De acordo com o WAC 296-62-609 (somente em inglês), os empregadores não podem impedir que os funcionários usem máscaras, respiradores ou outros dispositivos ou equipamentos de proteção individual, exceto conforme estritamente permitido por lei. Consulte a orientação do L&I sobre Prevenção da COVID-19: optando pelo uso da máscara mesmo quando não é obrigatório (disponível em alguns idiomas adicionais) para obter mais informações.

Entidades e autoridades locais de saúde pública

As autoridades sanitárias locais têm autoridade para emitir ordens sanitárias para o controle de doenças dentro de sua jurisdição. Essas ordens podem ser mais rígidas, mas não menos, do que as ordens estaduais. Verifique com sua <u>autoridade sanitária local</u> (somente em inglês) e siga todas as ordens de saúde em vigor para essa área.

Recomendações

A seguir estão as recomendações gerais de saúde pública, além dos requisitos específicos acima.

Ambientes de transporte público

O WA DOH recomenda que trabalhadores e passageiros com dois anos de idade ou mais usem uma máscara ou respirador bem ajustado em <u>ambientes internos de transporte público</u> (disponível em alguns idiomas adicionais), incluindo quaisquer meios de condução (como aviões, ônibus, trens, balsas, metrôs, táxis, caronas compartilhadas e transporte médico não emergente) e centros de transporte (como aeroportos, terminais de ônibus ou balsas, estações de trem ou metrô e portos marítimos). Esses são ambientes pelos quais muitas pessoas passam e podem estar lotados e/ou mal ventilados (como as pontes de embarque de aeroportos). Viajantes e trabalhadores podem proteger a si mesmos e aqueles ao seu redor usando uma máscara ou respirador bem ajustado para ajudar a manter as viagens e o transporte público mais seguros para todos. Consulte as <u>orientações do CDC sobre o uso de máscaras faciais em ambientes de transporte público</u> (disponível em alguns idiomas adicionais) para obter detalhes, mas observe que as exigências anteriores agora são recomendações. Consulte as <u>Exigências e orientações para diminuir o risco de transmissão da COVID-19 em K-12 Schools (escolas do jardim de infância ao ensino médio), Child Care (creches), Early Learning (locais de aprendizagem precoce), Youth Development (desenvolvimento de jovens) e Day Camp Programs (programas de acampamento diurno) (wa.gov) (disponível em alguns idiomas adicionais) para saber as orientações sobre o uso de máscara em</u>

ônibus escolares. O WA DOH incentiva os operadores de transporte público a apoiar o uso de máscaras por todas as pessoas.

Uso de máscara em ambientes de assistência à saúde

As máscaras devem ser usadas em ambientes de assistência à saúde de acordo com a Ordem sobre o uso de máscaras da Secretaria de Saúde (somente em inglês). Todos os ambientes de assistência à saúde podem ter acesso aos equipamentos de proteção individual e às orientações de controle de origem em Recomendações provisórias para prevenção e controle de infecção por SARS-CoV-2 em ambientes de assistência à saúde, DOH 420-391 (wa.gov) (somente em inglês).

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

O uso de máscara em ambientes internos é recomendado para pessoas com dois anos de idade ou mais quando o <u>Nível de transmissão comunitária de COVID-19, de acordo com o CDC</u> (disponível em espanhol), for médio ou alto nos seguintes ambientes:

- Locais provedores de serviços a desabrigados (somente em inglês)
- Ambiente marítimo comercial (somente em inglês) (por exemplo, navios de pesca comercial, cargueiros, navios de cruzeiro);
- Ambientes com aglomeração de pessoas, nos quais o distanciamento físico é impossível devido à natureza do trabalho, como depósitos, fábricas, locais em que ocorre o acondicionamento de alimentos e o processamento de carne, bem como meios de transporte fornecidos pelo empregador;
- Áreas compartilhadas de instalações de convivência comunitária (que não sejam 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, em prisões para adultos, instalações de reabilitação juvenil ou instalações de detenção juvenil estejam presentes (por exemplo, salas de tribunal).
 - Observe que a Ordem da Secretaria de Saúde <u>exige</u> que pessoas com cinco anos de idade ou mais usem máscaras em instalações penitenciárias para adultos quando o <u>Nível</u> <u>de transmissão comunitária de COVID-19, de acordo com o CDC</u> (disponível em espanhol), for médio ou alto.
 - Recomenda-se que os reformatórios também considerem o uso de máscara quando os fatores a nível da instalação (disponível em alguns idiomas adicionais) indicarem um aumento de risco.

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).

Estabelecimentos não relacionados à saúde (como empresas e organizações) podem exigir o uso de máscaras em suas instalações. Esses estabelecimentos devem considerar cada um dos seguintes fatores ao decidir se devem exigir o uso de máscaras em seu ambiente:

- Vulnerabilidade das pessoas no ambiente
 - Pessoas que não estão com as vacinas contra a COVID-19 em dia (disponível em alguns idiomas adicionais) e são mais suscetíveis a contrair e desenvolver a forma mais grave da doença.

- Pessoas com <u>certas condições médicas</u> (disponível em alguns idiomas adicionais) que têm maior risco de desenvolver a forma grave da COVID-19.
- Para saber sobre a qualidade da ventilação no ambiente, consulte <u>Ventilação e qualidade do ar para reduzir a disseminação de doenças transmitidas pelo ar (wa.gov)</u> (somente em inglês) e <u>"Desafio Ar Limpo nos Edifícios" da U.S. Environmental Protection Agency (EPA, Agência de Proteção Ambiental dos Estados Unidos)</u> (somente em inglês) e obtenha 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
 - Uso de máscara na área interna é altamente recomendado quando há um surto em um ambiente de convivência comunitária não relacionado à saúde.

Quando o <u>Nível de transmissão comunitária de COVID-19 de acordo com o CDC</u> (disponível em alguns idiomas adicionais) está alto, o CDC e o DOH recomendam que todas as pessoas usem máscaras em ambientes fechados, independentemente do status de vacinação.

Os 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, resultado de teste positivo ou que foram expostas a alguém infectado com COVID-19 devem usar máscara ou respirador de boa qualidade, de acordo com os documentos <u>O que fazer se você testar positivo para a COVID-19</u>, <u>Árvores de decisão sobre sintomas da COVID-19</u> e <u>O que fazer se você for potencialmente exposto a alguém com COVID-19</u>. Indivíduos devem usar uma máscara, se exigido para aquele ambiente, de acordo com os <u>Mandatos e Ordens de Saúde</u>.

Independentemente da circunstância, você pode optar por continuar usando máscara. Considere os seguintes fatores ao decidir se você deve usar máscara:

- Seu status de vacinação e o das pessoas ao seu redor. Pessoas que não estão em dia (disponível em alguns idiomas adicionais) com as vacinas e as doses de reforço contra a COVID-19 e são mais suscetíveis a contrair e desenvolver a forma mais grave da doença.
- Suas condições médicas (disponível em alguns idiomas adicionais) e as condições médicas das pessoas ao seu redor que têm maior risco de desenvolver a forma grave da COVID-19. Pessoas com certas condições médicas são mais suscetíveis a contrair COVID-19 e desenvolver a forma mais grave da doença
- As características do ambiente em que você está (por exemplo, lotado, mal ventilado, interno).
- Consulte <u>Nível de transmissão comunitária de COVID-19, de acordo com o CDC</u> (disponível em alguns idiomas adicionais)
 - Quando os níveis da doença na comunidade são altos, o CDC e o DOH recomendam o uso de máscara em ambientes fechados, independentemente do status de vacinação.
 - Quando o nível de transmissão comunitária de doenças é médio ou alto, o CDC e o WA DOH recomendam que as pessoas com <u>alto risco de desenvolver a forma grave</u> (disponível em alguns idiomas adicionais) da COVID-19 usem uma máscara ou respirador de alta qualidade quando estiverem em ambientes fechados em público. As pessoas que moram ou tem contato social com alguém que tem alto risco de desenvolver a forma grave da doença devem considerar usar uma máscara de alta qualidade quando estiverem em ambientes internos.

Mais informações e recursos de COVID-19

Mantenha-se atualizado sobre a <u>situação atual relacionada à COVID-19 em Washington</u> (somente em inglês), as <u>declarações do governador Inslee</u> (somente em inglês), os <u>sintomas</u> (disponível em alguns idiomas adicionais), <u>como a doença se dissemina</u> (disponível em alguns idiomas adicionais), <u>como e quando as pessoas devem fazer o teste</u> (disponível em espanhol) e <u>onde encontrar postos de vacinação</u> (disponível em espanhol). Consulte as <u>Perguntas frequentes</u> (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 a COVID-19. No entanto, há dados que revelam que as comunidades formadas por pessoas 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.

- <u>Informações do DOH do estado de Washington sobre o surto do novo coronavírus 2019</u>
 (COVID-19) (somente em inglês)
- Resposta do estado de Washington em relação ao coronavírus (COVID-19) (disponível em alguns idiomas adicionais)
- Encontre o seu distrito ou departamento de saúde local (somente em inglês)
- <u>Site do CDC sobre o coronavírus (COVID-19)</u> (disponível em alguns idiomas adicionais)

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

- Segunda-feira, das 6h às 22h
- Terça-feira a domingo, das 6h às 18h
- Feriados adotados pelo estado (somente em inglês), das 6h às 18h

Para acessar os serviços de interpretação, **pressione #** quando a ligação for atendida e **fale seu idioma.** Em caso de dúvidas sobre sua saúde 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

Ambientes de assistência à saúde

De acordo com a 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, bem como os profissionais de saúde, devem 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 bemestar/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 <u>"regras do local"</u> para saber mais. Visite a página <u>Prevenção de infecção por COVID-19 em ambientes de assistência à saúde</u> (somente em inglês) para obter orientações detalhadas, incluindo <u>orientação de controle da origem</u> (somente em inglês) e orientações para visitação 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 devem seguir todos os requisitos das Exigências do L&I (somente em inglês) e podem optar por exigir máscaras em ambientes (por exemplo, ao ar livre) para oferecer uma proteção superior àquela estipulada na 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 <u>Ordem sobre o uso de máscaras da Secretaria da Saúde</u> (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.