

Autor: Ana Teixeira, João Bastos, João Silva, Mafalda Silva, Maria João Barbosa, Mariana Caldeira, Mariana Vilela, Marlene Teixeira, Natália Pacheco, Patrícia Malheiro, Tiago Morais

Última atualização: 2020/12/30

Palavras-chave: Máscara, COVID-19; SARS-CoV-2;

Resumo

Desde dezembro de 2019 que o mundo atravessa a pandemia Covid-19, alterando os hábitos da população. A evidência científica atual demonstra que o vírus SARS-CoV-2 propaga-se de **forma direta** pela dispersão de gotículas respiratórias quando um infetado tosse/espira ou fala e são captadas por outrem, ou **indireta** pelo contacto com objetos ou superfícies contaminados e posterior contacto com olhos, nariz ou boca. O European Centre for Disease Prevention and Control recomenda o uso de máscara para conter a emissão de gotículas respiratórias potencialmente contaminadas e diminuir a sua dispersão. É também fundamental um correto manuseamento da máscara.

O uso de máscara na prevenção da COVID-19

A importância do uso da máscara

Que máscara devo utilizar?

Como manusear a máscara?

Como descartar a máscara?

A máscara altera as trocas gasosas?

Outras dúvidas frequentes sobre a máscara

Juntos vamos controlar a pandemia COVID-19

Conclusão

As medidas de contenção são fundamentais para lidar com a transmissão do vírus e prevenir a doença.

Referências recomendadas

- [New coronavirus. WHO. 2020](#)
- [Novel coronavirus in China: European Centre for Disease Prevention and Control](#)
- [2019 Novel Coronavirus, Wuhan, China. CDC, USA. 2020](#)
- [Coronavirus, DGS, Portugal. 2020](#)

[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) *****