

#MáscaraParaTodos

A MINHA
PROTEGE-TE
A TUA
PROTEGE-ME

Portugal e o mundo enfrentam hoje uma grave situação de Saúde Pública, com o aumento incessante e generalizado de casos de infecção de COVID-19 diagnosticados e, lamentavelmente, do número de óbitos.

No nosso país, como no mundo, têm sido numerosas as medidas aplicadas para a contenção da pandemia. **Mas há mais a fazer: desde logo, recomendar o uso, por toda a população, de máscaras de protecção individual nos espaços públicos.**

Esta é uma medida que a esmagadora maioria dos países ocidentais ainda não aplicou, ao contrário do que se verifica em países como a China, Singapura, Taiwan, Coreia do Sul e Japão. A explicação é simples: a escassez de máscaras de protecção leva a que devamos preservar os stocks para quem deles mais necessita: os profissionais de saúde. Mas tal não é incompatível com a distribuição, entre a população, de máscaras de efeito preventivo equivalente às das máscaras cirúrgicas.

Sabemos que a utilização de máscaras (distintas das FFP2, recomendadas a quem tem contacto próximo com doentes infectados) limitam, não a inalação, mas a emissão e difusão de partículas por parte de qualquer pessoa infectada ou potencialmente infectada. Ou seja, se formos portadores de uma máscara bem colocada e manuseada, estamos a proteger aqueles que nos rodeiam. **E se todos o fizermos sempre que circulamos em público, estamos a proteger-nos uns aos outros.**

Assim, e da mesma forma que deve ser generalizada a utilização de máscaras em meio hospitalar, deve ser recomendado o seu uso na comunidade, sem nunca dispensar o distanciamento social, a etiqueta respiratória ou a lavagem frequente das mãos.

Mas, por limitação de stocks, a utilização de máscaras descartáveis por toda a população não é solução. Uma solução é motivar a sociedade civil a produzir e distribuir máscaras de fabrico caseiro. Foi o que fez a República Checa, com um programa cujo sucesso levou à utilização quase universal de máscaras individuais e reutilizáveis, num programa alicerçado num movimento de cidadãos com apoio da comunidade médica. Mais recentemente, o uso de máscara em público tornou-se também obrigatório na Áustria.

É exactamente isso que advogamos para Portugal e para já. Tratando-se esta de uma doença em muitos casos assintomática, é fundamental implantar o uso de máscaras de protecção nos espaços públicos. **E para isso é necessário motivar a sociedade para a produção e distribuição de máscaras de protecção individual, sob pena de agravarmos a situação em que nos encontramos. É o que nos propomos fazer desde já.**

Comissão Científica

Fausto Pinto / Filipe Froes / Miguel Guimarães / Miguel Moura Guedes / Paulo Neves / Ricardo Mexia

Comissão Executiva

Alexandre Valentim-Lourenço / Edson Oliveira / Inês Leal / Manuela Castro / Miguel Bigotte Vieira
Miguel Moura Guedes / Sara Letras

