

O que são Equipamentos de Proteção Individual (EPI's)?

A sigla EPI significa Equipamento de Proteção Individual e compreende todo material ou dispositivo, de uso individual, utilizado para proteger o indivíduo de riscos suscetíveis que ameacem a segurança e a saúde deste.

São tipos de EPI's:

- Capacete
- Luvas descartáveis
- Máscaras
- Óculos de proteção
- Protetor auricular
- Aventais
- Toucas

Todos esses EPI's servem para se proteger de coronavírus?

Não, para a população em geral é necessário apenas máscaras e luvas descartáveis de acordo com as indicações. Pessoas sem sintomas respiratórios não precisam utilizar nenhum EPI.

De que forma isso é importante para o coronavírus?

O coronavírus (SARS-CoV-2) é um vírus facilmente transmitido por contato humano e por superfícies contaminadas, então os EPI's auxiliam na contenção da doença e na proteção dos indivíduos que possam ter contato com a doença.

Quais são os EPI's necessários para se proteger do coronavírus?

São eles: máscaras cirúrgicas ou N95 e luvas descartáveis.



Máscara cirúrgica



N95



Luvas descartáveis

Quem deve utilizar esses EPI's e quais as indicações?

Máscara cirúrgica

- Pessoas com suspeita ou confirmação do diagnóstico de coronavírus.
- Pessoas que estão cuidando de outras pessoas que estão infectadas com o coronavírus
- Pessoas que estão espirrando e tossindo (mesmo que não seja suspeita de coronavírus)

Máscara N95

- Profissionais da saúde realizando procedimentos que gerem aerossóis em paciente com diagnóstico de coronavírus.








Luvas descartáveis

- Pessoas que estão cuidando de outras pessoas que estão infectadas com o coronavírus
- Pessoas que estão realizando a limpeza de locais possivelmente contaminados

Por que a lavagem das mãos é importante?

As mãos estão em constante contato com diversas superfícies que podem estar contaminadas com o coronavírus, como mãos de outras pessoas, maçanetas, mesas, copos, talheres, computadores, teclados, mouse entre outros, e por isso é uma fonte de contaminação e transmissão.

Ao lavar as mãos da forma correta, sendo o mais recomendado com água e sabão, o vírus é eliminado pois sua capa protetora composta de lipídeos, comumente chamados de gordura, é destruída.

MATERIAL	TEMPERATURA	TEMPO DE PERSISTÊNCIA
<p>Aço</p> 	20°C	48h
	30°C	24h
<p>Alumínio</p> 	21°C	até 5 dias
<p>Metais</p> 	-	até 5 dias
<p>Madeira</p> 	-	até 4 dias
<p>Papel</p> 	-	entre 4 a 5 dias
<p>Vidro</p> 	-	até 5 dias
<p>Plástico</p> 	-	entre 2 a 6 dias

<p>PVC</p> 	-	até 5 dias
<p>Silicone</p> 	-	até 5 dias
<p>Luvas descartáveis (látex)</p> 	-	menos de 8h
<p>Cerâmica</p> 	-	até 5 dias
<p>Teflon</p> 	-	até 5 dias

*OBS: Temperaturas acima de 30°C ou 40°C reduzem a persistência do coronavírus nas superfícies mais rapidamente.

Lavagem das mãos

A melhor forma de se prevenir contra o novo coronavírus é a lavagem correta das mãos

Cada lavagem deve durar pelo menos 20 segundos e deve ser feita com frequência



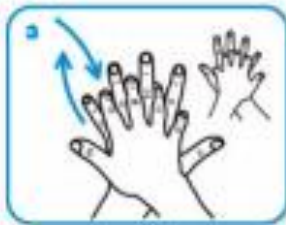
Molhe as mãos com água



Aplique sabão por toda a mão



Esfregue as palmas das mãos



Coloque a mão direita sobre a esquerda e entrelace os dedos. Faça a mesma coisa com a mão esquerda sobre a direita.



Entrelace os dedos com as palmas das mãos viradas uma para a outra



Feche as mãos e esfregue os dedos



Esfregue os dedos polegares



Faça movimentos circulares nas palmas das mãos



Enxágue as mãos com água



Seque as mãos com papel



Use um papel para fechar a torneira e também para abrir a porta do banheiro ao sair



...e suas mãos estarão seguras.

Surfactantes, derivados orgânicos e outros produtos de limpeza

Surfactantes são substâncias que auxiliam na limpeza de objetos engordurados e com sujeira aparente. São exemplos de surfactantes lauril sulfato de sódio e lauril sulfato de amônio. Estão presentes em sabonetes, detergentes, xampus, sabão em pó e outros cosméticos.

Substâncias como etanol na concentração de 62 a 72% em 1min inativaram o coronavírus, propanol, glutaraldeído, formaldeído e iodo povidona inativam quase que imediatamente o coronavírus. Essas substâncias são encontradas em produtos hospitalares.

O hipoclorito de sódio requer uma concentração mínima de 0,21% para ser efetiva na inativação do coronavírus.

O peróxido de hidrogênio requer uma concentração mínima de 0,5% e um tempo de aproximadamente 1 minuto para ser efetiva na inativação do coronavírus.

Procure nos rótulos dos produtos de limpeza essas substâncias.

Lista de produtos que inativam o vírus

Sabonetes, xampus, detergentes, sabão em pó.

Sapólio

Álcool em gel

Alvejantes, como água sanitária e cloros

Desinfetantes, como pinho sol e lysoform.

Pó de hipoclorito de sódio para higienização de frutas e verduras.

Clean by perox

Klyo Oxy

Concentrax Oxy Ativo

Referências

BRASIL. Diário Oficial da União - NR 6 - Equipamento de Proteção Individual – EPI; 7 de dezembro de 2010. Última atualização em 25 de outubro de 2019).

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Emergencies – Diseases - Coronavirus disease 2019. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks>. Acessado em: 18 de março de 2020.

BRASIL. Governo do Estado do Rio de Janeiro. Secretaria do Estado de Saúde. Subsecretaria de Gestão da Atenção Integral à Saúde. Nota Técnica ID-NTVA N°12 (COVID-19)/2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. Plano de Contingência da FIOCRUZ diante da pandemia da doença pelo SARS-CoV-2 (Covid-19) – março de 2020.

Kampf G, Todt D, Pfaender S, Steinmann E. Persistence of coronaviruses on inanimate surfaces and their inactivation with biocidal agents. Journal of Hospital Infection. 2020;104:245-251.

Disponível em: doi: 10.1016/j.jhin.2020.01.022