

# BOAS PRÁTICAS NA UTILIZAÇÃO DE RESPIRADORES

## DEFINIÇÃO E FUNÇÕES DOS RESPIRADORES

- Um respirador (muitas vezes chamado incorretamente de "máscara de bico de pato") é um tipo de equipamento de proteção individual (EPI) tendo como principal função a de proteger quem o utiliza de ser contaminado com partículas (tamanho < 5µm), emanadas através de espirros, tosse ou resultado de certos procedimentos médicos.
- Exemplo comum: utilizado por quem cuida de doentes com tuberculose respiratória, em fase bacilífera.
- Os respiradores devem obedecer à Norma Europeia 149 e são divididos em três classes (FFP1, FFP2 e FFP3).



## BOAS PRÁTICAS NA COLOCAÇÃO DO RESPIRADOR

- Higienize as mãos (com água e sabão ou uma solução antisséptica de base alcoólica).
- Coloque o respirador, cobrindo a boca, o nariz e o queixo;
- Prenda-a à cabeça com os elásticos;
- Ajuste a banda flexível na cana do nariz;
- Pode verificar se este está bem ajustado, através deste simples teste:

Inspire => o respirador deverá colapsar;

Expire => verifique se há fugas à volta da face.

## BOAS PRÁTICAS ENQUANTO TEM O RESPIRADOR COLOCADO

- Evite tocar no respirador com as mãos;
- Sempre que o respirador é tocado, higienize as mãos (com água e sabão ou com uma solução antisséptica de base alcoólica).
- Substitua o respirador quando estiver húmido, se ficar difícil respirar, ou se ficar contaminado;
- Apesar de ser possível utilizar até um período de 8 horas (tendo em conta os pontos anteriores), recomenda-se, na prática, um período até 4 a 6 horas.



## BOAS PRÁTICAS NA REMOÇÃO DO RESPIRADOR

- A parte dianteira do respirador está contaminada. Não toque nela!
- Levante os elásticos, um de cada vez;
- Retire da face, tocando somente nos elásticos;
- Descarte o respirador, preferencialmente dentro de um saco plástico, para o lixo doméstico indiferenciado (não coloque na reciclagem);
- Se estiver numa unidade de saúde, deverá rejeitar para Grupo III – saco branco.
- Após remover o respirador, higienize as mãos (com água e sabão ou com uma solução antisséptica de base alcoólica).

