

Máscaras

Requisitos e Dicas



Requisitos em relação às máscaras

- Todos os alunos, funcionários e visitantes devem usar uma máscara ou proteção facial adequada enquanto estiverem em um prédio da CPS, durante o uso de transporte da CPS ou estiver a menos de 6 pés (1,8 m) de distância de outra pessoa ao ar livre.
- As máscaras devem cobrir o nariz, a boca e o queixo.
- As famílias devem enviar uma ou mais máscaras extras para a escola, dentro de um saquinho plástico, caso a criança precise trocá-la durante o dia.

Máscaras disponíveis na CPS

- Se necessário, as escolas e ônibus da CPS terão máscaras de reserva de alta qualidade em tamanhos infantis e adultos.
- As escolas atenderão as famílias que tiverem dificuldades em obter uma.

Lavagem e reutilização

- Se optar por utilizar uma máscara descartável do tipo cirúrgico, ela pode ser reutilizada, desde que não apresente danos visíveis. Após o uso, ao final do dia, coloque esse tipo de máscara em um saco de papel e anote a data. A máscara pode ser usada na semana seguinte.
- Se optar por uma máscara de tecido ou protetor facial, lave-os diariamente e coloque uma etiqueta para evitar confusão.

Se o seu filho tem um quadro clínico ou deficiência que o impeça de usar máscaras na escola, entre em contato com o gerente de caso do Programa de Educação Individualizada (Individualized Education Program, IEP) ou com o contato do Plano 504 ou Plano de saúde individualizado (Individualized Health Plan).

- Se a criança não tiver acesso a nenhum dos programas acima, peça um atestado ao médico da criança e entre em contato com o Diretor da escola para tratar do assunto.
- Se seu filho não puder usar máscara, verifique se uma proteção facial ou um chapéu com um visor conectado seria uma boa alternativa. A escola pode ajudar se precisar de ajuda para obter essas opções.



135 BERKSHIRE STREET
CAMBRIDGE, MA 02141
617.349.6400
WWW.CPSD.US

Como escolher uma máscara



Permitido

- **Os formatos das máscaras variam** e o importante é encontrar uma máscara com a qual a criança sintam-se confortável. Se a criança tiver dificuldade para manter-se com a máscara, tente e pratique com diferentes modelos até encontrar uma que a criança consiga utilizar o dia todo.
- Recomendações dos especialistas: uma marca de máscaras cirúrgicas que oferecem alta proteção e não dificultam a respiração é a AirQueen. Elas podem ser adquiridas no site airqueenus.com.
- As proteções faciais oferecem menor proteção do que as máscaras, mas recomenda-se que os alunos que têm muita dificuldade com as máscaras comuns as testem. Bonés com viseira transparente, que servem como um escudo facial, protegem mais do que não usar uma máscara.

As máscaras faciais de tecido variam em qualidade e nível de proteção. Para maior eficácia, atente-se ao seguinte:

- **Ajuste:** o melhor ajuste é geralmente obtido com máscaras em formato de cone ou de concha, que vedam bem os dois lados do rosto e não tocam na boca. Uma tira de metal flexível na ponta do nariz mantém a máscara no lugar e veda os espaços abaixo dos olhos.
- **Conforto:** se o ajuste da máscara estiver correto, você não deve ter dificuldade para respirar.
- **Filtração:** é importante que a máscara tenha duas ou três camadas de tecido. A máscara deve ter espessura suficiente para que não se enxergue através dela.



Não permitido

- Máscaras com válvulas não são seguras para terceiros e não podem ser usadas, a menos que sejam cobertas por uma segunda máscara de qualidade cirúrgica.
- Bandanas, balaclavas e máscaras de lã ou malha não são estáveis, não são tão eficazes e não devem ser usadas.
- Cuidado com falsificações e máscaras de baixa qualidade, especialmente as disponíveis no eBay e Amazon.

Como usar a máscara

- Pratique com a criança o uso da máscara por períodos prolongados, antes do início das aulas,
- **Para obter um bom ajuste, experimente descanso para orelhas reguláveis** que passam ao redor da cabeça, presos às alças da máscara.
- **Máscaras amarradas na parte de trás** também podem oferecer melhor ajuste, e há máscaras de tecido com alças ajustáveis para as orelhas.
- **Usuários de óculos:** use os óculos sobre a máscara para reduzir o embaçamento.