



Perguntas Frequentes sobre Utilização de Máscara no Interior e no Exterior

(Atualizado a 17-09-2021)

Abaixo encontra respostas às perguntas frequentes (FAQ) sobre a Regra Administrativa do Oregon (RAO) [333-019-1025](https://www.oregon.gov/Health/DivisionofPublicHealth/Pages/FAQ.aspx), Requisitos de Utilização de Máscara em Espaços Interiores e Exteriores. Estas Perguntas Frequentes podem ser atualizadas de modo intermitente.

P: A regra da máscara aplica-se apenas em espaços públicos interiores ou é obrigatório que um espaço de trabalho como uma fábrica cumpra, mesmo que não permitamos público no espaço?

R: De acordo com a regra, um espaço interior inclui espaços de trabalho públicos e privados, o que inclui fábricas de processamento de alimentos e instalações fabris. É exigido que os indivíduos usem uma máscara ou uma cobertura facial em espaços interiores privados, a não ser que estejam num espaço de trabalho privado individual. Um espaço de trabalho privado individual é um espaço interior num espaço de trabalho público ou privado utilizado por um indivíduo, fechado por todos os lados com paredes do chão ao teto e com uma porta fechada.

P: A regra da máscara aplica-se a desportos de interior para crianças?

R: A prática de desportos de competição de interior está isenta da regra e não são exigidas máscaras ou coberturas faciais. Os operadores desportivos, contudo, podem exigir máscaras ou coberturas faciais como parte da política organizacional.

P: A regra da máscara aplica-se a programas para jovens?

R: Sim.

P: Um líder espiritual dirigindo-se à sua audiência é considerado um indivíduo que está a passar uma mensagem a um público e por isso está isento da regra?

R: Sim, um líder espiritual estará isento da mesma forma que qualquer outra pessoas que esteja a falar para uma audiência. A isenção apenas se aplica, contudo, enquanto o orador estiver a discursar para uma audiência.

P: Se o meu negócio ou organização não quer permitir indivíduos a usar vieiras no interior, posso exigir apenas máscaras ou coberturas faciais?

R: Sim. Se o seu negócio ou organização escolhe requisitos mais estritos do que a regra estatal, a OHA recomenda que coloque um aviso com esse requisito mais estrito.

P: O que é considerado um “desporto de competição”? Jogar basquetebol com os amigos num centro de fitness é considerado um desporto de competição?

R: Um desporto de competição é geralmente praticado como parte de uma equipa ou liga, com treinos e jogos programados, normalmente por intermédio de uma escola, de uma liga recreativa, ou de um clube desportivo.

P: Praticar exercício num centro de fitness/ginásio é considerado desporto de competição e, por conseguinte, está isento da regra da máscara? Por exemplo, o levantamento de pesos e a corrida podem ser feitos em contexto de competição e estas modalidades são praticadas em centros de fitness.

R: Não. O exercício num centro de fitness não é considerado um desporto de competição e os centros de fitness/ginásios não estão isentos da regra da máscara.

P: A dança num estúdio de dança é considerada um desporto de competição e, por conseguinte, está isenta do requisito da máscara?

R: Não.

P: Os espectadores de desportos de competição de interior têm de usar coberturas faciais?

R: Sim.

P: Os espectadores de desportos de competição de exterior têm de usar coberturas faciais?

R: Sim, quando não puderem manter pelo menos seis (6) pés de distância de indivíduos não pertencentes ao seu agregado familiar.

P: Se o meu condado tiver um requisito de máscara mais estrito do que o estatal, tenho de seguir os requisitos do condado?

R: Sim. Tem de seguir os requisitos mais estritos.

P: Se todas as pessoas na minha empresa estiverem vacinados e puderem mostrar provas da vacinação, podemos entrar sem coberturas faciais?

R: Não. A regra não isenta as pessoas vacinadas.

P: Se o meu negócio nunca permitir público nas suas instalações e todo o pessoal estiver vacinado, temos de usar máscaras ou coberturas faciais no interior?

R: Sim. A regra não isenta as pessoas vacinadas ou os negócios/organizações que não estão abertos ao público.

P: As pessoas ou os negócios podem ser penalizados pelo estado e pelo condado por violar os requisitos da máscara em ambas as jurisdições?

R: Sim.

P: Podem um indivíduo, como um cliente, e uma pessoa responsável por um espaço interior ser penalizados ao abrigo da regra?

R: Sim.

P: Se uma pessoa ou negócio está a violar a lei estatal, onde posso reportar esta violação?

R: As violações devem ser reportadas ao Oregon Occupational Safety and Health Administration (OR OSHA) visitando <https://osha.oregon.gov/workers/Pages/index.aspx>.

P: Existe uma isenção para esta regra da máscara para cozinheiros e outros trabalhadores de restaurantes nos bastidores? Especialmente com o calor este verão, podem ser isentos se estiverem vacinados e afastados seis pés?

R: Não. Não há isenções para este cenário. A OHA encoraja vivamente os empregadores a darem aos trabalhadores intervalos frequentes para que possam ir ao exterior e fazer intervalos regulares do uso de máscara. Visita o website sobre o stress provocado pelo calor da [OR OSHA](#) para aceder a regras relacionadas com a exposição ao calor e doença e informação adicional sobre a prevenção do stress provocado pelo calor.

P: O que devo fazer se um potencial cliente ou visitante aparecerem sem máscara, sem uma cobertura facial ou sem uma viseira num espaço interior pelo qual sou responsável?

R: Deve oferecer uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira e envidar os esforços razoáveis para que o cliente ou visitante cumpra. As pessoas responsáveis pelos espaços interiores podem fornecer máscaras ou coberturas faciais aos clientes ou visitantes que não tenham.

P: O que devo fazer se um potencial cliente ou visitante aparecem sem uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira e indicarem que a sua incapacidade os impede de usar uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira?

R: Se uma pessoa com incapacidade não pode usar uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira onde for obrigatório, e se for um espaço de serviço público, o negócio necessitará de colaborar com essa pessoa no sentido de determinar se existe uma adaptação razoável. Algumas adaptações comuns razoáveis são as entregas à porta, as entregas gratuitas ou uma marcação por telefone ou vídeo.

P: Existem isenções do requisito de usar uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira para funcionários que digam que não podem usar uma?

R: Se um funcionário não pode usar uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira por causa de uma incapacidade, o empregador tem de colaborar com o funcionário para determinar se pode ser feita uma adaptação razoável. Um empregador deve colaborar com o seu departamento de recursos humanos ou falar

com o seu departamento jurídico para determinar as suas opções legais para resolver este problema. Os empregadores podem também contactar o [Bureau of Labor and Industrie](#) (BOLI) para obter assistência técnica.

P: A máscara de plástico dos chefs, por vezes designada “mingle mask”, que cobrem o queixo e a boca é aceitável enquanto máscara, cobertura facial ou viseira?

R: Não. Uma viseira tem de cobrir a testa, prolongar-se abaixo do queixo e envolver os lados da face.

P: Terei de usar uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira para aceder a serviços do estado ou para entrar em edifícios estatais?

R: Sim.

P: A regra da máscara aplica-se a ambientes de cuidados infantis?

R: Sim. A [regra](#) aplica-se a adultos e crianças em ambiente de cuidados infantis.

Existe informação adicional sobre ambientes de cuidados infantis no website [Early Learning Division](#).

P: A regra da máscara aplica-se a instituições de ensino superior (faculdades e universidades)?

R: Sim. Visite o [website COVID-19](#) da Comissão Coordenadora do Ensino Superior para aceder a orientações adicionais para instituições de ensino superior.

P: A regra da máscara aplica-se a áreas interiores de edifícios de apartamentos?

R: Sim. As pessoas têm de usar uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira quando estão nos espaços comuns de edifícios de apartamentos, como halls, corredores, elevadores e salas de lavandaria. Estas áreas são consideradas espaços interiores. As pessoas não têm de usar uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira quando estão nos seus próprios apartamentos.

P: O pessoal dos quartéis de bombeiros que vivem no quartel durante um período de tempo tem de usar máscaras ou coberturas faciais quando estão no quartel dos bombeiros?

R: Os locais de trabalho que têm espaços habitáveis partilhados, como quartéis dos bombeiros, não estão isentos da regra geral da máscara. Contudo, quando estão nas áreas habitáveis partilhadas, os funcionários a viver nas instalações funcionam como inquilinos e por isso podem remover as máscaras e as coberturas faciais. Isto aplica-se apenas às áreas habitáveis partilhadas e não se aplica a salas de descanso, casas de banho partilhadas, ou outras áreas comuns utilizadas por outros funcionários ou indivíduos que não os residentes nas áreas habitáveis. Para reduzir a transmissão da COVID-19, a OHA recomenda aos funcionários o uso de máscaras ou coberturas

faciais, mesmo em áreas habitáveis partilhadas sempre que não estejam a dormir, a comer ou a beber.

P: Quais são exemplos de coberturas faciais?

R: Uma “cobertura facial” é definida como uma cobertura em tecido, polipropileno, papel ou outra que cubra o nariz e a boca e que pouse de forma justa acima do nariz, abaixo da boca e nos lados da face.

As seguintes **não são** coberturas faciais: Uma cobertura que incorpora uma válvula que é concebida para facilitar a exalação fácil, máscaras de rede, de renda, coberturas faciais ou outras coberturas com aberturas, orifícios, folgas visíveis no design ou no material, ou orifícios de ventilação – estes itens permitem a libertação de gotículas.

A OHA também desaconselha a utilização de coberturas de camada única (p.ex., bandanas, golas, ou cachecóis) já que geralmente têm uma capacidade limitada de filtração.

Recomendações de coberturas faciais:

- As coberturas faciais não devem ser demasiado apertadas ou restritivas e devem ser confortáveis de usar e permitir a livre respiração.
- Duas ou mais camadas de cobertura/tecido com malha justa respirável. A OHA recomenda dobrar, triplicar ou dobrar uma camada única (como uma gola ou uma bandana) para aumentar a eficiência.
- As coberturas faciais podem ser combinadas para se alcançar duas ou mais camadas. Por exemplo, pode ser usada uma combinação de camadas como de algodão com polipropileno (como uma máscara médica com um tecido a tapar a face por cima). A combinação tem de ser respirável, senão o ar irá escapar em volta da cobertura da face em vez de passar através dela.

P: Que barreiras podem as pessoas com incapacidades enfrentar quando as outras pessoas usam máscaras, coberturas faciais ou viseiras?

R: As barreiras que as pessoas com incapacidades podem enfrentar são:

- Algumas pessoas necessitam de ver os movimentos da boca ou as expressões faciais para saber o que está a dizer.
- Algumas pessoas com incapacidades de desenvolvimento ou diferenças podem fazer uma interpretação incorreta das expressões faciais. Uma pessoa pode ter problemas para perceber emoções somente a partir do tom de voz. Se está a usar uma máscara, podem ter pistas apenas a partir dos seus olhos ou sobrancelhas, o que pode levar a uma interpretação negativa ou uma má interpretação da emoção ou da intenção de quem fala.
- Algumas pessoas com problemas auditivos leem os lábios. Os movimentos da boca e as expressões faciais podem comunicar muitas informações e as

máscaras que não são transparentes podem impedir as pessoas de ver a boca de quem fala.

- A língua gestual utiliza a boca para comunicar determinadas palavras e significados. Quando uma cobertura facial bloqueia a boca da pessoa, torna difícil a utilização da língua gestual para comunicar.

Os empregadores e os locais de serviços públicos devem colaborar com pessoas com incapacidade para se chegar a uma adaptação razoável que permita a um funcionário realizar o seu trabalho ou permitir o acesso aos serviços. Todos aqueles a quem for negada uma adaptação razoável deve contactar a [Divisão de Direitos Civis](#) do Bureau of Labor and Industries (BOLI) pelo número 971-673-0764 ou pelo email crdemail@boli.state.or.us.

P: Existe alguém que não deva usar máscara, cobertura facial ou viseira?

R: Sim. Os seguintes indivíduos não deve usar máscara, cobertura facial ou viseira:

- Crianças com idade inferior a dois (2) anos.
- Todas as pessoas que não consigam usar uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira de forma segura por causa de uma incapacidade ou condição médica, em cujos casos deve ser solicitada uma adaptação.
- Qualquer pessoa que tenha problemas em respirar, não tenha consciência, ou seja incapaz de colocar uma cobertura facial, a tire ou retire sem ajuda.
- Alguém que esteja a dormir.

P: A máscaras com válvulas de exalação são coberturas faciais aceitáveis?

R: Não. As máscaras com válvulas de exalação destinam-se a facilitar a respiração e evitar a acumulação de humidade. Dependendo do tipo de máscara e do ajuste da máscara, estas máscaras podem proteger quem a usa de inalar gotículas e aerossóis. Contudo, a maioria destas máscaras não filtra os aerossóis exalados ou forçados e as gotículas porque a válvula de exalação não está equipada com um filtro. Estas máscaras não são aceitáveis para evitar a transmissão de vírus.

P: É seguro usar uma máscara ou uma cobertura facial durante períodos de tempo prolongados?

R: Sim. O uso prolongado de máscara é comum em muitas ocupações para proteger os trabalhadores. Alguns exemplos incluem trabalhadores de cuidados de saúde (p.ex., a realizar uma cirurgia prolongada), construção (p.ex., proteção contra poeiras e outras partículas) e trabalhadores da área do ambiente (p.ex., a remover bolores). As coberturas faciais tipicamente usadas pelo público durante a COVID-19 são menos justas do que as máscaras usadas por trabalhadores de cuidados de saúde, da construção e da área ambiental, pelo que são ainda menos prováveis de restringir o fluxo de ar de forma a que possa provocar problemas de saúde. As pessoas com dificuldades respiratórias podem ter problemas a usar coberturas faciais. Todas as pessoas que não consigam usar uma máscara de forma segura por causa de uma incapacidade ou condição médica, em cujos casos deve ser solicitar uma adaptação.

P: Tenho de usar uma máscara ou uma cobertura facial no meu cubículo no trabalho sendo que ninguém mais está no cubículo comigo?

R: Sim. Um indivíduo tem de usar uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira num cubículo a não ser que o mesmo seja um espaço de trabalho individual privado. Um espaço de trabalho privado individual é um espaço interior num espaço de trabalho público ou privado utilizado por um indivíduo, fechado por todos os lados com paredes do chão ao teto e com uma porta fechada.

P: Tenho de usar uma cobertura facial quanto estou em minha casa?

R: Não. Os indivíduos não têm que usar uma cobertura facial nas suas próprias casas.

Contudo, a OHA recomenda vivamente que, quando em casa, os indivíduos continuem a usar uma máscara ou uma cobertura facial quando no interior ou no exterior estão com pessoas exteriores ao seu agregado familiar e não conseguem manter uma distância de seis (6) pés.

P: Há momentos em que tenho de usar uma cobertura facial no exterior?

R: Sim. De acordo com a regra, os indivíduos com idade superior a 5 anos, têm de usar uma máscara, uma cobertura facial ou uma viseira quando estão num espaço exterior e não conseguem manter uma distância de seis (6) pés de indivíduos exteriores ao seu agregado familiar.

A OHA recomenda vivamente que, quando em casa, os indivíduos continuem a usar uma máscara ou uma cobertura facial quando no interior ou no exterior estão com pessoas exteriores ao seu agregado familiar e não conseguem manter uma distância de seis (6) pés.

Pode aceder a recomendações adicionais da OHA sobre o uso de máscaras e coberturas faciais [aqui](#).

P: Os coros que atuam em igrejas e cultos ou noutros tipos de organizações são considerados artistas e por isso estão isentos do requisito de máscara no interior?

R: Dado o risco deste tipo de atuações, a OHA recomenda vivamente os artistas a usar uma máscara ou uma cobertura facial enquanto cantam, a manter a máxima distância física possível e a considerar a utilização de amplificadores ou outro equipamento de som para reduzir a necessidade de os artistas elevarem as suas vozes por forma a aumentar o volume. O canto em coro foi associado com a proliferação extensa de COVID-19 porque o canto vigoroso resulta mais provavelmente na expulsão de gotículas potencialmente infecciosas da garganta. Com o aumento significativo de casos de variante Delta, existem muito mais oportunidades para estas gotículas infecciosas espalharem COVID-19 na comunidade. Contudo, esta atividade é considerada uma atuação e por isso não está sujeita ao requisito de máscara no interior.

P: O que significa envidar os esforços razoáveis para assegurar que os clientes, visitantes, etc., estão a usar uma cobertura facial?

R: No prentes, o OSHA e OHA do Oregon consideram um esforço razoável a afixação de sinalética necessária, para assegurar que todos os funcionários, contratados e voluntários estão a usar as coberturas faciais exigidas, e a *não* afixação de sinalética ou a não tomada de decisões que desvalorizem a exigência de usar coberturas faciais ou desencoraje os clientes de cumprirem o requisito.

Acessibilidade do documento: Para indivíduos com incapacidades ou indivíduos que falem outro idioma que não inglês, a OHA pode fornecer informações em formatos alternativos como traduções, letras grandes ou braille. Contacte o Centro de Informações de Saúde pelo número 1-971-673-2411, 711 TTY ou COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us.