



Perguntas Frequentes sobre a utilização de máscara *(Atualizado em 04-03-2023)*

A partir de 3 de abril de 2023, a Autoridade de Saúde do Oregon (Oregon Health Authority) não possui requisitos de utilização de máscara para quaisquer ambientes.

Abaixo encontram-se as respostas às perguntas frequentes sobre as Normas Administrativas do Oregon (Oregon Administrative Rules, OAR) relacionadas com a utilização de máscaras para proteção contra a propagação da COVID-19 e outros vírus respiratórios e incluem recomendações gerais sobre a utilização de máscara. As normas OAR [333-019-1011](#), Requisitos de utilização de máscara para controlar a COVID-19 em ambientes de cuidados de saúde; OAR [333-019-1015](#), Requisitos de utilização de máscara em escolas e OAR [333-019-1025](#), Requisitos de utilização de máscara em espaços interiores são revogadas e já não se encontram em vigor. Visite a [página da web de segurança de utilização de máscara](#) da OHA para obter mais informações e para visualizar os despachos que revogam as normas. Estas Perguntas Frequentes podem ser atualizadas de modo intermitente.

P: O requisito de utilização de máscara em ambientes de cuidados de saúde foi levantado a 3 de abril de 2023?

Sim, o requisito de utilização de máscara em ambientes de cuidados de saúde da Autoridade de Saúde do Oregon foi levantado a 3 de abril. Os ambientes de cuidados de saúde podem ainda exigir a utilização de máscara para prestadores, pessoal, doentes e visitas. Pode ser exigido aos prestadores de cuidados de saúde que utilizem máscaras em conformidade com as leis federais. Os prestadores e pessoal devem verificar junto dos seus colaboradores para perceber quaisquer requisitos aplicáveis de utilização de máscara.

P: Por que motivo a OHA levantou o requisito de utilização de máscara em ambientes de cuidados de saúde? A OHA levou em consideração as preocupações das pessoas com elevado risco de doença da COVID-19 grave?

A decisão de revogar o requisito estadual de utilização de máscara para colaboradores, doentes e visitas em ambientes de cuidados de saúde, com entrada em vigor a 3 de abril, foi tomada em colaboração com especialistas na matéria e com base no grau de transmissão atual da doença no estado, que é suficientemente baixo para permitir que a utilização de máscara já não seja exigida em ambientes de cuidados de saúde. Confiamos que os nossos ambientes de cuidados de saúde

sigam as recomendações de prevenção e controlo de infeções e se alinhem com os requisitos de utilização de máscara estaduais e federais sempre que aplicável.

A utilização de máscara continua a ser uma forma eficaz de reduzir a transmissão de vírus respiratórios. A OHA encoraja as pessoas a utilizar máscara em qualquer ambiente, incluindo ambientes de cuidados de saúde se estiverem doentes, estiverem em risco acrescido de doença grave (ou viverem com alguém em risco acrescido), ou em qualquer altura em que utilizar uma máscara os fizer sentir mais confortáveis.

P: Quando é que a OHA levantou os requisitos de utilização de máscara nas escolas e em espaços públicos fechados?

A OHA levantou os requisitos de utilização de máscara em escolas e em espaços públicos fechados a 12 de março de 2022. As pessoas podem continuar a usar máscaras em contextos públicos e nos locais de trabalho. As autoridades de saúde também recomendam fortemente que as pessoas com elevado risco de doenças graves, ou que sejam cuidadores ou que vivam com alguém com risco acrescido de doença grave continuem a usar máscara em locais públicos, especialmente em comunidades com níveis de transmissão elevados.

P: Ao tomar a decisão de levantar os requisitos estaduais de utilização de máscara, a OHA analisou apenas casos e hospitalizações de forma geral ou considerou a sobrecarga da COVID-19 e os resultados desiguais de saúde enfrentados por comunidades vulneráveis e comunidades de cor?

A OHA levou em consideração vários fatores ao tomar a decisão de levantar o requisito de utilização de máscara em ambiente de cuidados de saúde. De acordo com a norma administrativa 333-019-1011, que requer a utilização de máscara em ambientes de cuidados de saúde, o Oficial de Saúde do Estado do Oregon e o Diretor de Saúde Pública tinham de considerar, e consideraram, pelo menos as seguintes informações:

- O grau de transmissão da COVID-19, medido pelas taxas de casos, a percentagem de casos positivos e qualquer outro indicador objetivo indicativo de uma potencial ou efetiva transmissão no Oregon.
- Hospitalizações e mortes relacionadas com a COVID-19.
- Vários tipos de impactos na saúde relacionados com a COVID-19 em comunidades de cor e comunidades tribais.
- Orientação dos Centros de Controlo e Prevenção de Doenças dos EUA.
- Proporção da população parcialmente ou totalmente vacinada.

A OHA entende os impactos desproporcionais que a COVID-19 teve em comunidades de cor, comunidades tribais, pessoas com deficiência e pessoas mais idosas, e que essas desigualdades decorrem do racismo sistémico e das desigualdades estruturais que existem há muito tempo no estado. A OHA está

empenhada em continuar a fazer parcerias com as comunidades para responder a problemas de saúde pública como a COVID-19 e fornecer recursos e cuidados às pessoas mais afetadas.

P: As empresas e locais de trabalho, incluindo ambientes de cuidados de saúde continuam a requerer a utilização de máscaras?

Sim. As empresas e organizações podem implementar políticas para proteger trabalhadores, clientes e visitantes, incluindo a exigência de utilização de máscaras e de comprovante de vacinação, em conformidade com as diretrizes do Americans with Disability Act (Legislação sobre cidadãos dos EUA com deficiência) e do Título VII do Civil Rights Act (Lei dos direitos civis). Muitas empresas e entidades empregadoras irão optar pela implementação destas políticas assim que o requisito de utilização de máscara for levantado. Para organizações e empresas que escolham exigir o uso de máscaras e/ou comprovativo de vacinação, a OHA recomenda o seguinte:

- Uma política escrita, clara que esteja disponível para a equipa e para os visitantes;
- Formação da equipa sobre a política e sobre a forma de educar os visitantes sobre a política;
- Sinais visíveis, claros nas entradas e espalhados pelas instalações;
- Máscaras suplementares para fornecer à equipa e aos visitantes que não tenham máscara;
- Um protocolo escrito claro para responder a reclamações.
- A OHA disponibilizou sinais [neste website](#) na secção “sinalética”.

P: Posso continuar a utilizar máscara mesmo se o meu prestador de cuidados de saúde não o exigir?

Sim. As pessoas podem utilizar máscara num ambiente de cuidados de saúde mesmo se não for requerido pelo prestador.

P: Sou imunocomprometido e com risco acrescido de doença da COVID-19 grave. Como é que me posso proteger nos ambientes de cuidados de saúde se as pessoas ao meu redor não estiverem a utilizar máscara?

A OHA encoraja-o a falar com o seu prestador de cuidados de saúde. Alguns ambientes de cuidados de saúde podem continuar a exigir que as pessoas utilizam máscara após a revogação do requisito estadual. A OHA também encoraja que todas as pessoas com risco acrescido de doença grave tenham o esquema de vacinação COVID-19 em dia. A OHA encoraja as pessoas a utilizar máscara em qualquer ambiente, incluindo ambientes de cuidados de saúde se estiverem doentes, estiverem em risco acrescido de doença grave (ou viverem com alguém em risco

acrescido), ou em qualquer altura em que utilizar uma máscara os fizer sentir mais confortáveis.

A Safe and Strong pode prestar-lhe ajuda a nível mental e emocional durante este período de transição. A avaliação do seu risco e o contacto com um profissional de saúde podem ajudá-lo a tomar decisões mais eficazes sobre a forma de se proteger. <https://www.safestrongoregon.org>.

P: Se eu morar com uma pessoa idosa ou imunocomprometida, devo usar máscara quando estou perto dessa pessoa?

Pessoas com mais de 65 anos, pessoas com algumas condições crónicas e pessoas imunocomprometidas estão em risco acrescido de doença grave devido à COVID-19. Usar uma máscara bem ajustada ajuda a reduzir a transmissão de COVID-19. A OHA encoraja as pessoas a utilizar máscara em qualquer ambiente, incluindo ambientes de cuidados de saúde se estiverem doentes, estiverem em risco acrescido de doença grave (ou viverem com alguém em risco acrescido), ou em qualquer altura em que utilizar uma máscara os fizer sentir mais confortáveis.

Tomar estas medidas é especialmente importante, se residir numa área de transmissão média ou elevada. A OHA recomenda que as pessoas acedam ao [website da COVID-19 da OHA](#) para analisar os dados e as informações atuais sobre a COVID-19.

P: Os requisitos de utilização de máscara foram levantados em ambientes de cuidados de saúde que são licenciados pelo Departamento de Serviços Humanos do Oregon (Oregon Department of Human Services)?

Os ambientes de cuidados de saúde que são licenciados pelo ODHS devem consultar essa agência para determinar se as máscaras ainda são necessárias.

P: Onde posso ler os despachos que levantaram as exigências de utilização de máscara?

Os despachos que levantaram o requisito de utilização de máscara em espaços fechados, o requisito de utilização de máscara em escolas e o requisito de utilização de máscara em ambientes de cuidados de saúde encontram-se no [website sobre utilização de máscaras](#) da OHA.

P: O anúncio da OHA de acabar com a utilização de máscara nos cuidados de saúde significa que a pandemia acabou?

Não, a pandemia não acabou. Todavia, a fase de emergência pública da pandemia está a acabar, e estamos a observar doença menos grave devido à COVID-19 à medida que a nossa população vai adquirindo imunidade através da vacinação e infeção.

A OHA está empenhada em continuar a fazer parcerias com as comunidades para responder a problemas de saúde pública como a COVID-19 e fornecer recursos e cuidados às pessoas mais afetadas. A [Safe and Strong](#) pode fornecer-lhe, a si e à sua comunidade, o acesso a vários recursos durante este período de transição.

P: A minha organização continua a exigir máscaras. O que posso fazer se alguém entrar na minha organização e se recusar a usar máscara?

Empregadores e empresas têm de cumprir as diretrizes do Americans with Disability Act e o Título VII do Civil Rights Act. Se uma pessoa com deficiência não puder usar uma máscara num local onde a mesma é necessária, um local aberto ao público – por exemplo, uma empresa ou outro espaço público – terá de se coordenar com essa pessoa para lhe proporcionar uma adaptação razoável. Algumas adaptações razoáveis frequentes são:

- possibilidade de recolha no exterior
- entrega gratuita ou
- agendamento por telefone ou vídeo

Um empregador não é obrigado a permitir que um cliente ou visitante entre sem máscara se a mesma for requerida.

A OHA não recomenda que os empregadores e as empresas solicitem a indivíduos com deficiência prova da sua deficiência. Se um indivíduo afirmar que tem uma deficiência e que, em resultado disso, não pode usar uma máscara, o empregador ou a empresa tem de considerar a possibilidade de realizar adaptações razoáveis para permitir o acesso do indivíduo aos serviços.

Se um indivíduo não dispuser de uma máscara, o empregador ou a empresa poderá oferecer-lhe uma máscara para utilização enquanto estiver nas instalações. Se um indivíduo não tiver deficiência e se recusar a usar uma máscara quando necessário, o empregador ou a empresa poderá recusar o serviço ao indivíduo.

P: Continuo a poder usar uma máscara em locais públicos fechados?

Sim. Quem quiser continuar a utilizar máscara pode fazê-lo, incluindo em espaços públicos e nos locais de trabalho. Além disso, algumas organizações e empresas podem exigir que os funcionários utilizem máscara.

P: Quero continuar a usar máscara em locais públicos, mesmo que a exigência seja suspensa. Qual é a melhor máscara para eu usar?

A melhor máscara é a que tenha maior nível de proteção que possa usar de forma correta e consistente. Uma máscara que se ajuste corretamente ao seu rosto assegura que não existem folgas que permitam que as gotículas respiratórias entrem ou saiam da máscara. Além disso, uma máscara com mais do que uma camada é melhor do que uma máscara de uma camada. Ainda que todas as máscaras e respiradores proporcionem algum nível de proteção, os respiradores bem colocados, como as máscaras N95 e KN95, proporcionam o nível de proteção mais elevado. Estes tipos de respiradores de alto nível podem ser apenas necessários, no entanto, em ambientes de risco elevado ou para pessoas com risco mais elevado de doença COVID-19 grave. O Centers for Disease Control and Prevention dispõe de mais informação aqui: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/about-face-coverings.html>.

P: O que posso fazer se alguém me assediar por continuar a usar uma máscara?

A OHA apoia todas as pessoas que optem por continuar a usar uma cobertura facial. As pessoas devem respeitar as escolhas dos outros no que toca ao uso de máscara. Existem diferentes razões pelas quais alguém possa usar uma cobertura facial. Algumas razões incluem o facto de a pessoa poder ter uma incapacidade ou uma condição médica que a coloca em risco mais elevado de doença COVID-19 grave.

As pessoas de cor podem sofrer assédio, preconceito, exclusão ou outras reações ou efeitos negativos quando usam máscara ou coberturas faciais. Isto pode acontecer devido a preconceito racial, estereótipo ou discriminação. A lei do Oregon não permite crimes de discriminação, ódio ou preconceito. Um crime de ódio ou preconceito é um ato criminoso, incluindo contacto físico ofensivo, agressão, danos patrimoniais ou ameaças que possam ser motivadas pela forma como outra pessoa vê percecionada a sua:

- Raça,
- Cor,
- Incapacidade,
- Religião,
- Nacionalidade,
- Orientação sexual ou
- Identidade de género.

Consideram-se incidentes de preconceito quaisquer expressões hostis para com qualquer outra pessoa, incluindo linguagem de ódio, troça, imitação, exclusão, ou recusa discriminatória de serviço, em relação a classes protegidas percecionadas de outra pessoa (listadas acima).

Uma pessoa que considere ter sido alvo de um crime de ódio ou de preconceito ou um incidente provocado pelo uso de máscara, cobertura facial ou viseira, ou por não usar uma máscara, cobertura facial ou viseira em público tem recursos disponíveis de ajuda. Para denunciar um crime de preconceito, contacte as autoridades pelo 911. Para denunciar um incidente de preconceito, ligue para o Oregon Department of Justice pelo 1-844-924-BIAS (2427). Ligue 711 para Oregon Relay. Para mais informações, vá a [StandAgainstHate.Oregon.gov](https://standagainsthate.oregon.gov). Para apresentar uma reclamação de direitos civis, visite o [website](#) do Bureau of Labor and Industries (BOLI) ou ligue para o 971-673-0764.

P: Que sugestões tem a OHA para ajudar os parceiros a comunicarem com as respetivas comunidades sobre a decisão da OHA de levantar os requisitos de utilização de máscara?

Os habitantes do Oregon podem estar interessados em entrar em contacto com quem toma as decisões nas suas comunidades. Alguns tipos de tomadores de decisão no Oregon são:

- Governador
- Senador estadual
- Representante estadual
- Conselheiro municipal
- Comissário de Condado
- Membro do Conselho Escolar

Para entrar em contacto com o Gabinete do Governador do Oregon, acesse a <https://www.oregon.gov/gov/pages/contact.aspx>.

Para entrar em contacto com os legisladores do estado, os habitantes do Oregon podem encontrar os seus representantes e senador neste [website](#).

Outra forma de localizar os tomadores de decisão é procurar na Internet os membros do conselho municipal ou do conselho escolar ou os comissários de condado.

P: A minha organização com base na comunidade presta serviços que alguns indivíduos precisam. Ainda posso exigir a utilização de máscaras para todas as pessoas?

Embora possa exigir que a sua equipa use máscara e obrigue à utilização de máscaras por parte das pessoas que se deslocam às suas instalações, caso saia para a comunidade para prestar serviços, poderá não poder exigir que as pessoas usem máscara, a menos que tenha um acordo de serviços com as mesmas que indique que têm de usar máscara quando recebem os serviços.

P: Os pais têm a opção de fazer com que os seus filhos usem máscaras na escola, mesmo que a OHA já não exija máscaras nas escolas?

Sim. Estudantes, professores e funcionários podem continuar a optar por usar máscaras enquanto estiverem nestes ambientes. Alguns distritos escolares podem continuar a exigir que estudantes, professores e funcionários usem máscaras em ambientes K-12. Os pais devem contactar o distrito escolar para entender se são necessárias máscaras nas suas escolas.

P: Se o meu condado tiver em vigor um requisito de utilização de máscaras escolar ou em ambientes fechados, mas o estado não tiver, devo seguir os requisitos do condado?

Sim. Os indivíduos são obrigados a cumprir as políticas locais que continuam a requerer máscaras. Essas políticas podem ser implementadas pelos governos municipais e distritais, por conselhos escolares e por outras autoridades locais de tomada de decisão.

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

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: Uma vez que as máscaras já não são obrigatórias, existem outras formas de proteger os meus colaboradores e o público nas minhas instalações?

Existem outras formas de as empresas e as organizações continuarem a proteger os colaboradores e o público:

- Requerer vacinação contra a COVID-19 para colaboradores se permitido por lei.

- A vacinação contra a COVID-19 continua a ser a forma mais eficaz de prevenir doenças graves e hospitalizações decorrentes da infeção por COVID-19.
- Exigir prova de vacinação a visitantes e clientes, especialmente em ambientes interiores.
- Continuar a exigir máscaras aos colaboradores e ao público para poderem entrar nas instalações.
- Aumentar a ventilação em ambientes interiores, incluindo a abertura de janelas sempre que possível, desde que tal não represente perigo para colaboradores ou visitantes.
 - A OHA recomenda a consulta das [Recomendações de Saúde Pública relativamente à COVID-19: Considerações sobre o ar interno em espaços menores](#) para obtenção de informações sobre como melhorar a qualidade do ar interno.
- Sempre que possível, disponibilize opções para que os colaboradores e os clientes estejam ao ar livre. Tal pode passar pelo fornecimento de áreas de espera ao ar livre e a realização das reuniões ao ar livre, desde que não represente perigo para colaboradores ou visitantes.
- Aumentar a distância entre os indivíduos, incluindo colaboradores e visitantes.

Acessibilidade do documento: pode obter o presente documento noutros idiomas, em caracteres grandes, em braille ou no formato que preferir. Contacte o gabinete de Acute and Communicable Disease Prevention (Prevenção de doença aguda e transmissível) para o número 971-673-1111 ou e-mail ohd.acdp@state.or.us. A OHA aceita todas as chamadas de pessoas com necessidades especiais, ou pode ligar 711.