

Queimadas: qual é a melhor máscara para se proteger contra a fumaça?

(Westend61 / Getty Images/Reprodução) – Está difícil respirar no Brasil nas últimas semanas. Confira as dicas dos especialistas para cuidar da sua saúde.

Uma mulher usando uma máscara PFF2. O brilho do Sol está irradiando sobre seu rosto.

Os incêndios florestais no Brasil continuam. Durante a última semana, o país concentrou 71,9% de todas as queimadas registradas na América do Sul. Neste ano, já foram mais de 180 mil focos de fogo, o dobro do que foi registrado no mesmo período em 2023 (que também foi um ano seco).

Os efeitos das queimadas se espalharam pelo país todo, na forma de nuvens de fumaça carregando fuligem das áreas rurais para as cidades. Essa fumaceira, unida ao calor e ao ar seco, pode ser prejudicial à saúde.

A fumaça carrega monóxido de carbono (CO), gás altamente tóxico para o ser humano, além de material particulado fino – partículas pequenas que, se inaladas, podem penetrar nos pulmões e na corrente sanguínea, causando aumento nas taxas de doenças cardiovasculares.

Pessoas que já têm doenças respiratórias, como asma, bronquite, rinite ou sinusite podem ter os sintomas agravados. Idosos, crianças e pessoas com comorbidades podem entrar num grupo de risco para problemas respiratórios se passarem muito tempo na rua.

Além de se hidratar bastante e não passar muito tempo exposto

à fumaça, algumas pessoas estão retomando um acessório típico da época da pandemia: as máscaras faciais. Mas será que elas ajudam, mesmo? Qual é o melhor modelo?

Qual a melhor máscara?

Alguns médicos recomendam, sim, o uso de máscaras para não entrar em contato com a fumaça tóxica. Mas, que nem na pandemia, existem máscaras e máscaras, algumas mais indicadas que outras para a proteção.

Apenas as máscaras do tipo PFF2/N95 são indicadas para barrar as pequenas partículas e os gases tóxicos presentes na fumaça. Versões de pano ou cirúrgicas (aquelas descartáveis, usadas em hospitais, por exemplo) não funcionam.

No caso da Covid-19, as máscaras de pano até ajudavam a barrar as gotículas que carregavam o vírus. Com a fumaça das queimadas, o problema não são gotículas e sim partículas muito menores, que conseguem passar por uma máscara normal sem grandes problemas.

Um estudo chinês publicado neste ano no Journal of Environmental Economics and Management mostrou que as máscaras N95/PFF2 têm 80% de eficácia na proteção contra o material particulado. Portanto, se você quiser uma máscara para se proteger da fumaça tóxica, é melhor procurar uma dessas. As outras podem até ter estampas legais, mas não vão te proteger dos gases tóxicos no ar.

Fonte: Eduardo Lima/Super e Publicado Por: <https://www.adeciopiran.com.br> em 17/09/2024/16:26:38
Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação blog <https://www.adeciopiran.com.br> (93) 98117 7649/ e-mail: <mailto:adeciopiran.blog@gmail.com>
<https://www.adeciopiran.com.br>, fone (WhatsApp) para contato (93)98117- 7649 e-mail: <mailto:adeciopiran.blog@gmail.com>