



## PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE EL USO DE MÁSCARAS DE TELA DURANTE LA PANDEMIA DE COVID-19

Estas preguntas frecuentes acompañan el documento de orientación de la agencia de Delaware Division of Public Health (DPH) que provee información sobre el uso de máscaras de tela por parte del público cuando está fuera del hogar y realiza actividades esenciales. Conforme a las recomendaciones de Centers for Disease Control and Prevention (CDC), el DPH recomienda usar máscaras de tela en lugares públicos donde otras medidas de distanciamiento social son difíciles de mantener (por ejemplo, supermercados y farmacias). **Esta es una recomendación, no una obligación.** Tampoco reemplaza la recomendación existente sobre el lavado de manos y el distanciamiento social. **Es importante tener en cuenta que el propósito principal de usar una máscara de tela no es protegerse, sino proteger a los demás.**

### GENERAL

*P: ¿Por qué DPH recomienda usar máscaras de tela?*

R: Existe evidencia limitada que sugiere que el uso de máscaras de tela durante una pandemia ayuda a reducir la transmisión de enfermedades cuando uno está en público. El propósito principal del uso de máscaras de tela durante una pandemia es reducir el lanzamiento de partículas infecciosas al aire cuando alguien habla, tose o estornuda, especialmente de alguien que tiene COVID-19 pero no manifiesta síntomas. **Las máscaras de tela no son un sustituto para lavarse las manos, distanciarse físicamente mientras se realizan actividades esenciales y quedarse en casa, pero pueden ser útiles cuando se combinan con estas otras prácticas.**

*P: ¿Debo seguir practicando otras medidas de salud pública si uso una máscara de tela?*

R: La mejor defensa contra COVID-19 es lavarse las manos con frecuencia, evitar estar cerca de personas enfermas, quedarse en casa / distanciarse físicamente y evitar tocarse la cara, la boca, los ojos y la nariz con las manos sin antes lavarlas.

Puede ser que hay un beneficio en usar una máscara de tela, reduciendo la transmisión asintomática y fortaleciendo el distanciamiento físico. Sin embargo, las máscaras de tela también pueden aumentar el riesgo si los usuarios reducen el uso de otras medidas de protección mientras que se usan máscaras, tales como distanciamiento físico y lavarse las manos con frecuencia.

*P: ¿Qué tipo de máscara de tela debo usar y / o recomendar que use mi personal?*

R: El público puede considerar usar una máscara de tela que cubra completamente la nariz y la boca. Se puede sujetar a la cabeza con lazos o simplemente cubrir la parte inferior del rostro. Puede estar hecha de una variedad de materiales, como algodón, seda o lino. Se ha demostrado que las telas con un tejido más apretado pueden ser más eficaces. Una máscara de tela se puede fabricar o coser a mano con artículos del hogar, tales como bufandas, camisetas, suéteres o toallas.

*P: ¿Cuáles son algunos ejemplos de máscaras faciales de tela?*

R: El Surgeon General provee orientación sobre algunas máscaras de tela:

[https://www.youtube.com/watch?v=tPx1yqvJgf4&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=tPx1yqvJgf4&feature=emb_title)

Beebe Healthcare ofrece un patrón de costura que se puede imprimir: <https://www.beebehealthcare.org/donation-items-covid-19-relief>

El video del Washington Post también incluye instrucciones paso a paso:

[https://www.washingtonpost.com/video/entertainment/full-tutorial-how-to-sew-a-face-mask/2020/04/04/555438ab-458c-431c-a537-90f036f98180\\_video.html](https://www.washingtonpost.com/video/entertainment/full-tutorial-how-to-sew-a-face-mask/2020/04/04/555438ab-458c-431c-a537-90f036f98180_video.html)

***P: ¿Debo buscar máscaras de grado médico?***

R: Esta guía es solo para el uso de máscaras de tela para la cara. No se recomienda que el público use máscaras médicas, ya que hacerlo podría poner en peligro la cantidad de equipo de protección personal (EPP) para el personal médico, cuya cantidad en la actualidad es bastante limitada.

## **Uso de máscaras de tela en el ambiente de trabajo**

***P: Si estamos trabajando en un ambiente de oficina, ¿deberíamos yo o mi personal usar una máscara de tela todo el día?***

R: Se recomienda el uso de máscara que cubra la cara a todo el personal que interactúa con otras personas en una oficina. También se recomienda que mantenga una distancia de seis pies o más. Si la persona trabaja sola en una oficina, no es necesario cubrirse la cara con una máscara de tela.

***P: ¿Qué personal del colegio debe usar una máscara durante sus tareas laborales normales?***

R: Se recomienda al personal de la escuela usar una máscara que cubra la cara cuando participe en tareas u obligaciones que requieran o impliquen interacciones con otros miembros de la escuela, familias o estudiantes, tales como distribuir comidas o materiales y recursos escolares, o en casos donde es difícil mantener la distancia de seis pies recomendada. Usar una máscara de tela no reemplaza la necesidad de distanciarse físicamente de los demás.

***P: ¿El personal involucrado en la preparación de comida debe usar una máscara de tela mientras prepara la comida?***

R: Actualmente, no hay evidencia de que COVID-19 se propague a través de la comida. Sin embargo, DPH recomienda que considere usar una máscara que cubra la cara si está trabajando cerca de otros, aunque debe seguir manteniendo una distancia de al menos seis pies de los demás y seguir los procedimientos sanitarios estándar de preparación de comida, como lavarse las manos con frecuencia.

***P: ¿El personal de las instalaciones escolares o los que limpian edificios y oficinas escolares deben usar máscaras de tela para la cara mientras realizan su trabajo?***

R: Si los miembros del personal están trabajando con otras personas, se les recomienda que usen una máscara que cubra la cara y que continúen manteniendo la distancia física recomendada.

## **Prácticas a seguir con las máscaras de tela**

***P: ¿Cómo debo cuidar una máscara de tela para la cara?***

**A:** DPH recomienda:

- 1) Lavarse las manos antes de ponerse la máscara de tela.
- 2) Al quitarse la máscara de tela, DPH recomienda hacer lo posible por no tocar la parte delantera de la máscara y usar una bolsa o recipiente para guardar las máscaras de tela hasta que puedan ser lavadas con detergente y agua caliente y secadas en una secadora con una temperatura alta.
- 3) Lavarse las manos inmediatamente después de quitarse la máscara de tela.
- 4) Lave con frecuencia la máscara que cubre la cara, idealmente después de cada uso, o al menos a diario con detergente y agua caliente y secarlas en una secadora a una temperatura alta.
- 5) Si debe volver a usar una máscara de tela que todavía no ha sido lavada, lávese las manos inmediatamente después de volver a colocarla o ajustar la máscara de tela.
- 6) Desechar las cubiertas de tela que:
  - Han estirado o dañado los lazos
  - Ya no cubre la boca y la nariz.
  - No se puedan sujetar bien a la cara
  - Tiene rasgaduras o agujeros en la tela

### ***Referencias:***

Centers for Disease Control and Prevention:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover.html>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>

Office of the Surgeon General

[https://www.youtube.com/watch?v=tPx1yqvJgf4&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=tPx1yqvJgf4&feature=emb_title)

California Department of Public Health:

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Face-Coverings-Guidance.aspx>