

MASCARILLAS: MITOS Y REALIDADES



Utilizar mascarillas evita que podamos contagiarnos de COVID-19. **FALSO**

"El uso de mascarillas puede dar una falsa sensación de protección y puede llevar a que se ignoren otras prácticas de control de infecciones, por ejemplo, la higiene de las manos y distanciamiento social".

Daniel Salas Ministro de Salud Costa Rica.

Las mascarillas pueden ser sustituida o combinar su uso por las caretas de plástico.

¿Nos protegen las mascarillas del COVID-19?

Para la población en general y en la calle, no está demostrado que reduzca el contagio debido a que la mayoría de las personas, no las utiliza de forma adecuada. No obstante, las autoridades han recomendado su uso en ciertas situaciones y actividades, por eso tome en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Antes de ponerla, hay que lavarse las manos con agua y jabón o con desinfectante con una base de alcohol de al menos 70%.
- La mascarilla debe cubrir totalmente la nariz y la boca: hay que ajustarla perfectamente sin que queden espacios entre la cara y la máscara.
- **No se debe de tocar la mascarilla con las manos mientras esté puesta.**
- Se debe desinfectar las manos antes de tocar la mascarilla. (con agua y jabón / desinfectante con una base de alcohol de al menos 70%).
- Las mascarillas de un sólo uso (descartables). No se deben reutilizar.
- Antes de quitar la mascarilla debe tener sus manos limpias y para descartarla debe introducirla en un recipiente o bolsa cerrado y volver lavarse las manos.

Consejos para el uso de mascarillas de tela:

- Se debe usar tela de algodón o tela anti fluido
- Las mascarillas de tela deben garantizar la barrera de partículas por lo que se recomienda que cuenten con tres capas de tela
- Verifique que la mascarilla cubra la boca y la nariz

Tipos de mascarillas en el mercado



Mascarillas quirúrgicas

Las mascarillas quirúrgicas son descartables, no quedan ajustadas, y protegen la nariz y la boca del contacto con gotitas, salpicaduras y aspersiones que puedan contener microbios.

Las mascarillas quirúrgicas también filtran las partículas grandes en el aire.

Pueden proteger a otros al reducir la exposición a la saliva y las secreciones respiratorias de la persona que la lleva puesta.



Mascarillas N95

Ofrecen más protección que una mascarilla quirúrgica porque pueden filtrar tanto las partículas grandes como las pequeñas (bloquear el 95 % de partículas muy pequeñas) y son descartables.

Su uso se recomienda en personas de servicios sanitario, personas que cuidan a contagiados de COVID -19 y personas diagnosticadas con el virus.



Mascarillas de tela

Mientras que las mascarillas quirúrgicas y N95 ahora son escasas, las de tela son más accesibles y se pueden volver a usar.

Las mascarillas de tela se usan para ayudar a proteger a los otros en caso de que la persona que la lleva tenga el virus.

¿Cuándo usar la mascarilla?

Las mascarillas de tela deben usarse en lugares públicos donde las medidas para distanciamiento social son difíciles de practicar. Recuerde que además del uso de la mascarilla debe lavarse sus manos antes de tocar su cara, ojos y boca.

Niños menores de 2 años no deben usar mascarillas.