

Enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19)

Mascarillas no médicas y tapabocas

El uso de mascarillas no médicas o tapabocas puede ser una forma adicional de proteger a los que lo rodean, particularmente cuando es difícil mantener la distancia física (p.ej., en el transporte público, haciendo las compras). Aquí encontrará información sobre el efecto de las mascarillas y tapabocas, cuándo usarlas o cómo hacerlo de manera segura.

Si usted o alguien en su casa tiene síntomas o sospecha tener COVID-19, siga la [guía para autoaislarse](#).

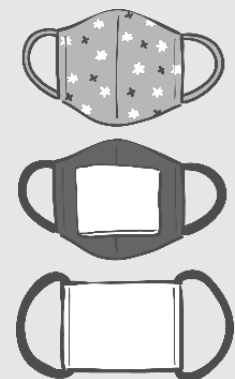
Por qué usar una mascarilla no médica o tapabocas

- La COVID-19 puede transmitirse de personas con pocos síntomas o asintomáticas y que no saben que pueden estar infectadas.
- Una mascarilla no médica o tapabocas protege a los demás de gotitas contagiosas que usted puede expeler.
- También puede prevenir que las gotitas de otros entren en contacto con su boca o nariz.
- Úsela en áreas donde hay transmisión comunitaria de la COVID-19 y cuando no se puede respetar la [distancia física](#), p.ej., transporte público, pequeños almacenes o farmacias.



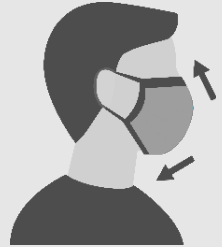
Qué tipo de mascarilla no médica o tapabocas debería usar

- No hay un diseño o material que se sepa que es mejor que otros.
- La [Agencia de Salud Pública de Canadá](#) ofrece una guía sobre cómo hacer mascarillas de tela.
- Asegúrese de que la mascarilla de tela tenga al menos dos capas y que se pueda lavar varias veces sin perder la forma o sin dañarse.
- No se la dé a niños menores de dos años o a personas que no pueden usarla, p.ej. que tienen un problema de salud o no la pueden usar o sacarse adecuadamente.



Cómo usar una mascarilla no médica o tapabocas

- Lávese las manos con [agua y jabón o desinfectante para manos a base de alcohol](#) por al menos 15 segundos.
- Debe **calzarle bien (sin espacios entre mascarilla y cara)** cubriendo boca y nariz, por debajo de los ojos y alrededor del mentón.
- Ajústela con las tiras o lazos para las orejas para que quede cómoda sin que le dificulte respirar o ver.
- **Evite tocar el frente de la mascarilla cuando la use** – si la toca, lávese las manos de inmediato.
- Úsela mientras sea cómodo, retírela si se ensucia, humedece, daña o si se le dificulta respirar.
- No la comparta con otros.



Cómo retirarse y cuidar de las máscarillas no médicas y tapabocas lavables

- Retírela cuidadosamente usando las tiras solamente y póngala para lavar.
- Si tiene que usarla de nuevo antes de lavarla, asegúrese de que el frente se pliegue solo sin que lo tenga que tocar. Guárdela en su propia bolsa, p.ej. bolsa de papel.
- Lávese las manos de inmediato con agua y jabón o con un desinfectante para manos a base de alcohol por 15 segundos.
- Lavar en lavarropas con agua caliente y jabón normal; esto debería matar los virus.
- El [Ministerio de Salud](#) ofrece más información sobre el uso y cuidado de mascarillas no médicas y tapabocas.

Nota

- Es posible que las mascarillas no médicas y los tapabocas no ofrezcan una protección total contra partículas virales, específicamente si su calce es flojo.
- Como no están probadas contra normas reconocidas, su efectividad variará.