



Instrucciones sobre el uso de mascarillas

Desde el 31 de julio se ha restablecido la norma de distanciamiento social de 2 metros. En situaciones en las que no se puedan mantener los 2 metros de distancia interpersonal, se deberá usar mascarilla que cubra la boca y la nariz.

- **Cuando se puedan garantizar los 2 metros de distanciamiento, no es necesario usar mascarilla de protección y no se recomienda el uso general de mascarillas en público.**
- **La mascarilla nunca puede sustituir la prevención de infecciones, que se debe aplicar con asiduidad: limpieza de manos, higiene general y desinfección de superficies frecuentemente tocadas.**
- **La mascarilla no puede sustituir la norma de los 2 metros de distanciamiento en tiendas o locales de ocio, etc.**

El uso de mascarillas es obligatorio:

- En todos los vuelos regulares, tanto nacionales como internacionales.
- En los trasbordadores, si no se puede mantener el distanciamiento de 2 metros. Cabe señalar, sin embargo, que las mascarillas no son necesarias si los pasajeros permanecen dentro de su propio vehículo durante el trayecto del ferry.
- En otros medios de transporte público, si no se han tomado medidas para mantener los 2 metros de distanciamiento entre las personas. Es de especial importancia usar mascarillas en el trayecto en autobús desde el aeropuerto tras la toma de muestras en frontera y durante viajes más largos en autocares. En el transporte urbano, cuando el desplazamiento no dure más de 30 minutos, el uso de mascarillas no es obligatorio. En este caso, son, ante todo, las personas en grupos de riesgo las que deberían usar mascarilla.
- En empleos de servicio personal que requieran un contacto físico cercano, como cuidados de belleza, masaje, fisioterapia, odontología, oftalmología y cuidados de enfermos a domicilio.
- En cualquier otra circunstancia rigen las normas de restricción de aforo y de distanciamiento social de 2 metros, medidas que nunca pueden ser sustituidas por el uso de mascarillas.

No se exige que niños nacidos a partir de 2005, inclusive, lleven mascarilla.

El equipo de protección personal es obligatorio en la prestación de servicios sanitarios.

Se debe aplicar máxima higiene en el uso de mascarillas:

La finalidad de las mascarillas de protección es capturar las gotículas respiratorias para que estas no se dispersen en el ambiente. Esto hace que una mascarilla usada está ya muy contaminada por

microbios, normalmente contenidos en la saliva. Por ello se debe extremar la higiene en el uso de las mascarillas, procurar tocarlas lo menos posible y cambiarlas si están húmedas o dañadas de alguna manera. Siempre se deben lavar o desinfectar las manos después de tocar la mascarilla. La duración máxima recomendable de uso acumulado o continuado es de 4 horas, tras lo cual, la mascarilla debe ser desechada.

Las mascarillas de tela reutilizables también se pueden usar. No obstante, es necesario que sean de un material lavable. Como mínimo, se deben lavar a diario. Lo mismo es válido para las mascarillas multiuso que para las de un solo uso: se contaminan por fuera, por lo que hay que tocarlas lo menos posible. Y lavar las manos o aplicarles líquido desinfectante. Más información se publicará próximamente.

Ten en cuenta:

- No se recomienda el uso generalizado de mascarillas en público
- Una mascarilla húmeda y sucia no sirve y puede aumentar el riesgo de infección
- Una mascarilla de un solo uso, utilizada más de una vez, no sirve y puede aumentar el riesgo de infección
- Una mascarilla, que no cubre tanto la nariz como la boca, no sirve
- Una mascarilla, llevada en la frente o en la barbilla, no sirve

[Indicaciones](#) (en inglés) del grupo de trabajo del CEN (Comité Europeo de Normalización) sobre el uso de mascarillas multiuso.