

Departamento Médico

La Unidad Educativa Atenas para garantizar la seguridad y salud de nuestros estudiantes y en base a la recomendación de la OMS y CDC (*) ha estipulado lo siguiente:

El uso correcto y constante de mascarillas es una medida fundamental que todos podemos tomar para evitar contraer y propagar el COVID-19. Las mascarillas funcionan mejor cuando todos las usan, pero no todas las mascarillas brindan el mismo nivel de protección. *Al elegir una mascarilla, fíjese cuán bien se ajusta al rostro, cuán bien filtra el aire y cuántas capas tiene.*

Al elegir una mascarilla, hay varias opciones. Aquí tiene algunos consejos sobre las que debe elegir y las que no debe elegir.

SÍ elija mascarillas que



Tengan dos o más capas de tela lavable y respirable



Cubran completamente la nariz y la boca



Se ajusten con precisión a los lados de la cara, sin huecos



Tengan una varilla nasal para evitar que el aire se filtre por la parte superior de la mascarilla

NO elija mascarillas que



Estén hechas de una tela que dificulta la respiración, como vinilo



Tengan válvulas de exhalación o ventilación que permitan el paso de partículas del virus

Niños



Busque una mascarilla que esté hecha para niños, para ayudar a garantizar un buen ajuste



Revise que la mascarilla se ajuste bien sobre la nariz y la boca y debajo del mentón, y que no queden huecos a los lados

* OMS Organización mundial de la Salud / CDC Centro de Enfermedades Contagiosas

MASCARILLAS RECOMENDADAS

Los estudiantes podrán utilizar los siguientes tipos de mascarillas dentro de la institución, las mismas que cumplen con las normas INEN.

+ MASCARILLAS KN95:



Ventajas: *filtran hasta el 95 % de las partículas del aire* (si reúnen los requisitos correspondientes y no son falsas/de imitación, y cuando se pueden ajustar correctamente).

Desventajas: hay muchas mascarillas KN95 falsas (de imitación) disponibles comercialmente, y a veces es difícil darse cuenta si reúnen los requisitos correctos solo con mirarlas.

+ MASCARILLAS KN94:



Ventajas: filtran hasta el 94% de las partículas del aire, justo la mínima establecida para que una mascarilla pueda ser considerada como FFP2. Además, presentan un ajuste nasal y resortes en las orejas.

Desventajas: es importante prestar atención a las falsificaciones de estas mascarillas, que podrían dejar a la persona expuesta al virus. Para evitarlo, lo principal es comprarlas en establecimientos como farmacias o supermercados y fijarse muy bien en su etiquetado.

MASCARILLAS OPCIONALES

+ MASCARILLAS DE TELA QUE TENGAN 3 CAPAS.



Busque mascarillas con estas características:

- ✓ Múltiples capas de tela respirable y de trama cerrada
- ✓ Varilla nasal
- ✓ La mascarilla debería bloquear la luz al colocarla frente a una fuente de luz.

NO USE:

- ❖ Mascarillas con válvulas de respiración o ventilación
- ❖ Mascarillas con una sola capa de tela o hechas de tela delgada que no bloquea la luz



Ventajas: son fáciles de obtener, cómodas, económicas, convenientes, lavables y reutilizables.

Desventajas: las mascarillas que no se ajustan correctamente pueden dejar espacios a los lados de la cara o la nariz. El nivel de protección de las mascarillas de tela para evitar que usted y otras personas se contagien y propaguen el COVID-19 varía según el ajuste y la confección.

Otras consideraciones: *se puede colocar una mascarilla de tela sobre una mascarilla de uso médico para mejorar el ajuste y la filtración.* Un accesorio de ajuste para la mascarilla también puede ayudar a mejorar el calce.

+ MASCARILLAS QUIRÚRGICAS



Ventajas: son fáciles de obtener, cómodas, económicas, convenientes, desechables (buenas para situaciones en las que la mascarilla podría mojarse o ensuciarse).

Desventajas: estas mascarillas suelen no ajustarse bien a la forma de la cara. El hecho de que una mascarilla no se ajuste bien puede generar espacios alrededor de la nariz o a los lados de la cara, por los que pueden filtrarse gotitas respiratorias que contienen el virus; además, **están diseñadas para usar una sola vez.** Tiempo de vida útil es de 4 a 6h máximo (necesita recambio)

Otras consideraciones sobre las mascarillas quirúrgicas: se puede usar debajo de una mascarilla de tela para mejorar el ajuste y la filtración.

COMO NO USAR UNA MASCARILLA



“Una mascarilla mal utilizada es como no usar nada”

Se les **RECUERDA** enviar a cada uno de los estudiantes *un kit de higiene* que contenga 1 botella pequeña de alcohol o gel antibacterial y una mascarilla de recambio.

Atentamente,

Dra. Tatiana Serrano
Médico Institucional

MsC. Manuel Fierro
Rector