

# Uso de Mascarillas Faciales

## Preguntas Frecuentes

Actualización: 4/22/2022

Se **recomienda enfáticamente** que todos utilicen mascarillas faciales en interiores sin importar su estatus de vacunación. Todas las personas **deben** utilizar mascarillas faciales en algunos entornos, incluyendo instalaciones del cuidado de la salud. Haga clic para ver los [requisitos y recomendaciones sobre el uso de mascarillas](#) del Estado de California.

### ¿Cuándo tengo que utilizar una mascarilla?

Se **recomienda enfáticamente** que todos utilicen mascarillas faciales en interiores sin importar su estatus de vacunación. **Todas las personas** deben usar una mascarilla facial en los siguientes entornos:

- Entornos del cuidado de la salud
- Instituciones para el cuidado de adultos y ancianos
- Instituciones correccionales y centros de detención estatales y locales
- Albergues para personas sin hogar, refugios de emergencia y centros de enfriamiento

[Haga clic para obtener más información sobre los requisitos y las recomendaciones de uso de mascarillas faciales de California.](#)

### ¿Hay alguna exención al uso de las mascarillas faciales?

- Personas menores de dos años de edad. Los niños muy pequeños no deben utilizar una mascarilla facial debido al riesgo de asfixia.
- Personas con un padecimiento médico, un padecimiento mental o una discapacidad que impida el uso de una mascarilla, incluyendo a las personas con un padecimiento médico para las cuales el uso de una mascarilla podría obstruir la respiración o que estén inconscientes, incapacitadas o que de alguna manera no puedan quitarse una mascarilla sin ayuda.
- Personas con una discapacidad auditiva o aquellas que se comuniquen con personas con una discapacidad auditiva, cuando la necesidad de observar la boca sea esencial para la comunicación.
- Personas para quienes el uso de una mascarilla facial pudiera representar un riesgo debido a su trabajo, según lo determinen los lineamientos de seguridad del lugar de trabajo o los órganos reguladores a nivel local, estatal o federal.

[Haga clic para obtener más información sobre los requisitos de uso de mascarillas faciales de California.](#)

### ¿Cuáles son los requisitos de uso de las mascarillas faciales en el trabajo?

Se **recomienda enfáticamente** que todos utilicen mascarillas faciales en interiores sin importar su estatus de vacunación. A partir de ahora, los negocios, los operadores de recintos y los anfitriones pueden determinar sus propios procedimientos para proteger a su personal y a los clientes y pueden optar por requerir que todos los clientes utilicen mascarillas faciales.

Ya no es obligatorio que los trabajadores utilicen mascarillas en interiores de acuerdo con las [Normas Temporales de Emergencia por COVID-19 de Cal/OSHA](#), pero se recomienda enfáticamente que todas las personas utilicen una mascarilla en la mayoría de los entornos en interiores. Los empleadores deben seguir proporcionando mascarillas faciales a los empleados que las soliciten. Los empleadores deben consultar las [Normas de Emergencia Temporales \(ETS\)](#) para la Prevención del COVID-19 de Cal/OSHA o la norma sobre [Enfermedades Transmisibles por Aerosoles de Cal/OSHA](#) en ciertos lugares de trabajo para conocer los requerimientos adicionales.

### **¿Qué tan bien funcionan las mascarillas para prevenir el contagio del COVID-19?**

Las mascarillas son una barrera simple que ayuda a evitar que sus gotitas respiratorias lleguen a las demás personas y que las gotitas de las demás personas le lleguen a usted. Los estudios han demostrado que las mascarillas reducen el rocío de gotitas cuando se utilizan sobre la nariz y boca. Junto con la vacunación, el distanciamiento social y el lavado de manos, las mascarillas son útiles para prevenir el contagio del COVID-19 y de otros virus. Los oficiales de salud del estado y del condado recomiendan enfáticamente que todos utilicen mascarillas faciales en lugares públicos en interiores.

### **¿Qué características tiene una mascarilla eficaz?**

Una mascarilla eficaz ofrece un buen ajuste y tiene una buena filtración. Una mascarilla bien ajustada no tiene huecos ni separaciones entre la cara y la mascarilla, como por ejemplo arriba de la nariz o a los lados. Si hay huecos, el aire con partículas del virus puede entrar o salir fácilmente por los lados de la mascarilla. Un buen ajuste hace que el aire que usted exhala e inhala pase por la mascarilla y sea filtrado. Una buena filtración impide que las partículas del virus pasen a través de la mascarilla. Se puede conseguir una buena filtración con los materiales adecuados y utilizando más capas. [Haga clic aquí para obtener más información sobre cómo puede usted mejorar el ajuste y la filtración de su mascarilla.](#)

- Más eficaz: N95
- Buena eficacia: KF94, KN95, doble mascarilla o mascarilla quirúrgica bien ajustada
- Eficaz: Mascarilla quirúrgica
- Menos eficaz: Mascarilla de tela con tres o más capas (sin embargo, una mascarilla de tela es mejor que nada)

### **¿Cuál es la manera correcta de usar una mascarilla facial?**

Las mascarillas:

- No deben compartirse

- Deben cubrir la nariz y boca por completo
- Deben tener varias capas de material
- Deben ser del tamaño correcto para evitar que tengan que se ajustadas frecuentemente. Recuerde lavarse las manos antes y después de tocar y ajustar su mascarilla facial
- Deben desecharse si ya no cubren la nariz y boca, si están demasiado estiradas o dañadas o si ya no permanecen en la cara

#### ¿Cómo debo cuidar de una mascarilla de tela?

Es recomendable lavar las mascarillas de tela con frecuencia, idealmente después de cada uso, o al menos diariamente. Disponga de una bolsa o contenedor para guardar las mascarillas de tela hasta que puedan lavarse con detergente y agua caliente y secarse en un ciclo caliente. Si usted volverá a utilizar una mascarilla antes de lavarla, lávese las manos inmediatamente después de colocársela y evite tocar su cara. Deseche las mascarillas que:

- Ya no cubran la nariz y boca
- Se hayan estirado demasiado o tengan correas dañadas
- No permanezcan en la cara
- Tengan agujeros o roturas en el material

***Nota: Estas preguntas y respuestas frecuentes se seguirán actualizando. Vuelva a consultarlas para ver las actualizaciones y aclaraciones.***

***Para obtener más información y actualizaciones, visítenos en [cchealth.org/coronavirus](https://cchealth.org/coronavirus).***