

Uso de Mascarillas Faciales

Preguntas Frecuentes

Actualización: 11/1/2022

El Condado de Contra Costa sigue los [lineamientos de uso de mascarillas](#) del Estado de California. El estado de California requiere que todos usen mascarillas faciales en establecimientos de atención médica, instalaciones de atención a largo plazo y de atención médica para adultos mayores. Las mascarillas están recomendadas para todos cuando los niveles de infecciones por COVID-19 sean más altos, en función del [nivel comunitario de COVID-19 que determinen los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#).

¿Cuándo tengo que utilizar una mascarilla?

El estado de California requiere que todos usen mascarillas faciales en establecimientos de atención médica, instalaciones de atención a largo plazo y de atención médica para adultos mayores. Las mascarillas están recomendadas para todos cuando los niveles de infecciones por COVID-19 sean más altos, en función del [nivel comunitario de COVID-19 que determinen los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#).

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

¿Cuáles son las recomendaciones sobre el uso de las mascarillas?

Todos deben seguir las recomendaciones de uso de mascarillas faciales en base a los [niveles comunitarios de COVID-19](#) determinados por los CDC:

- **Bajo:** Las personas que corran un menor riesgo de enfermarse gravemente pueden utilizar una mascarilla en base a sus preferencias personales. Aquellas que corran un mayor riesgo deben considerar la posibilidad de usar una mascarilla en lugares públicos cerrados y concurridos.
- **Moderado:** Se recomienda que las personas que corran un menor riesgo de enfermarse gravemente consideren la posibilidad de utilizar una mascarilla en lugares públicos cerrados y concurridos. Es recomendable que las personas que corran un mayor riesgo de enfermarse gravemente utilicen una mascarilla en lugares públicos cerrados y concurridos.
- **Alto:** Es recomendable que las personas que corran un menor riesgo de enfermarse utilicen una mascarilla en lugares públicos cerrados y concurridos. Se recomienda enfáticamente que las

personas que corran un mayor riesgo de enfermarse gravemente utilicen una mascarilla en lugares públicos cerrados.

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

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 basarse en los [niveles comunitarios de COVID-19 según los CDC](#). 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 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.

- 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

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.