

CUBIERTAS DE TELA PARA LA CARA EN LAS ESCUELAS

Lo que las familias necesitan saber

Una cubierta de tela para la cara cubre la nariz y la boca y se asegura a la cabeza con lazos, tiras o cordones alrededor de las orejas. Sabemos que las familias tienen muchas preguntas sobre el quién, qué, por qué y cómo detrás de las cubiertas de tela para la cara. Este documento proporciona algunas respuestas, y los Centers of Disease Control and Prevention (**CDC**) y el Wisconsin Department of Health Services (**DHS**) de Wisconsin ofrecen información adicional en sus sitios web.

¿Por qué debemos usar cubiertas de tela para la cara?

Sabemos que las cubiertas de tela para la cara pueden ayudar a detener la propagación de COVID-19. Esto se debe a que COVID-19 se propaga a través de las gotitas respiratorias cuando alguien habla, tose o estornuda, y las cubiertas de tela para la cara crean una barrera para esas gotitas. Esto reduce la posibilidad de que se propague la enfermedad a otros si uno está enfermo y no se da cuenta. Usar una cubierta de tela para la cara es un paso importante para protegerse de COVID-19; mi mascarilla lo protege a usted, y su mascarilla me protege a mí.



¿Quién debe usar cubiertas de tela para la cara?



Los adultos y los niños que pueden ponerse y quitarse con seguridad las cubiertas de tela para la cara deben usar una mientras están dentro de un edificio escolar. Las escuelas trabajarán para asegurar que cualquier política se alinee con las reglas y las recomendaciones estatales y locales. Sin embargo, hay preocupaciones válidas que pueden impedir que alguien use una cubierta de tela para la cara de manera segura. Por ejemplo, las cubiertas de tela para la cara NO deben ser usadas por niños menores de 2 años. Otras preocupaciones incluyen:

- Cualquiera que tenga problemas para respirar.
- Cualquiera que no pueda quitarse la cubierta sin ayuda. Esto incluye a alguien que esté inconsciente o incapacitado.
- Cualquier persona con consideraciones de salud, incluyendo condiciones respiratorias, trastorno del espectro autista, o experiencias traumáticas pasadas, que le impidan sentirse seguro mientras usa una cubierta.
- Cualquier persona con una discapacidad intelectual o de desarrollo que le impida usar una cubierta con seguridad.

¿Cómo usamos las cubiertas de tela para la cara de manera más efectiva?

Una cubierta de tela para la cara debe cubrir la nariz y la boca, ajustarse bien a la cara y estar asegurada en su lugar por medio de tiras o cordones que se atan detrás de la cabeza. Trate de evitar tocar la cubierta de tela, especialmente si no se ha lavado las manos recientemente. Si la cubierta se ensucia, cámbiesela lo antes posible. No use la misma cubierta por más de un día sin lavarla, y lave su cubierta después del uso diario.

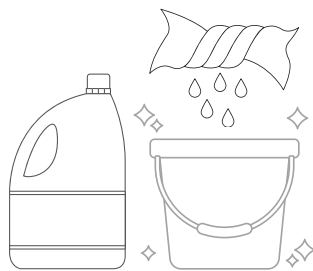
Para mantener la piel sana cuando se usa una cubierta de tela para la cara con regularidad, asegúrese de lavarse la cara a menudo, especialmente antes y después de usar la cubierta. Aplicar una crema hidratante en la cara puede ayudar a disminuir la fricción y reducir la irritación.



Las cubiertas de tela para la cara son más eficaces cuando se combinan con el lavado frecuente de las manos, el distanciamiento físico (mantenerse a 6 pies de distancia de los demás) y el evitar estar cerca de las personas enfermas.

¿Cómo cuidamos las cubiertas de tela para la cara?

Una forma de distinguir si las mascarillas faciales están limpias o sucias sería mantener las cubiertas de tela para la cara en una bolsa o recipiente designado hasta que puedan lavarse con agua caliente y secarse en un ciclo caliente. Si no se pueden lavar a máquina, se pueden lavar a mano con agua caliente y detergente o con una solución de blanqueador antes de secarla al aire. Si utiliza una solución de blanqueador, siga estos pasos con un 5.25%-8.25% de blanqueador:

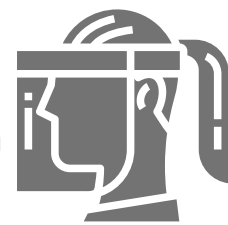


- Prepare la solución de blanqueador de una de las dos formas siguientes:
 - 4 cucharaditas de lejía + 1 litro de agua a temperatura ambiente
 - 5 cucharadas (1/3 taza) de blanqueador + 1 galón de agua a temperatura ambiente
- Sumerja la tela que cubre la cara en la solución de blanqueador durante 5 minutos.
- Enjuague bien la cubierta con agua fría o a temperatura ambiente.
- Deseche la solución de blanqueador por el desagüe.

Ya sea que se lave a mano con detergente o solución de blanqueador, o si se lava a máquina, es mejor dejar secar la mascarilla por completo antes de usarla.

¿Podemos usar protectores faciales en lugar de cubiertas de tela para la cara?

Un protector facial no sustituye a una cubierta de tela para la cara, excepto en ciertas circunstancias especiales. Debido a que la pantalla protectora no se ajusta bien alrededor de la boca y la nariz, no hay suficientes pruebas que demuestren que son eficaces para prevenir la transmisión de COVID-19, y el CDC no recomienda su uso. Sin embargo, hay algunas situaciones en las que no es posible usar una cubierta de tela para la cara y un protector facial puede ser la mejor alternativa. Por ejemplo, algunas personas dependen de la lectura de labios, y para ayudar con esto, se recomiendan las cubiertas de tela para la cara con paneles de plástico transparente. Si no se dispone de una, la cubierta de tela para la cara podría ser reemplazada temporalmente por un protector facial transparente.



¿Por qué tenemos que hablar en familia sobre cómo algunas personas no pueden usar cubiertas de tela para la cara?

El uso de cubiertas de tela para la cara es una forma clave de ayudar a detener la propagación de COVID-19, y también se da el caso de que no todo el mundo puede usar una cubierta de forma segura. Hablar en familia sobre la importancia de usar una cubierta de tela para la cara, si puede hacerlo de forma segura, puede ser una oportunidad para discutir la protección de otros que no pueden usarla. Ya que las razones por las que las personas no pueden usar una cubierta de tela para la cara con seguridad son complicadas, e.g. traumas, condiciones de salud, discapacidades, racismo, estas conversaciones pueden ser difíciles, y reconocemos eso. Recomendamos tener estas conversaciones porque creemos que es importante que los niños entiendan que no depende de ellos hacer cumplir el uso de una cubierta de tela para la cara. En cambio, queremos reforzar que es importante que ellos hagan su parte para ayudar a todos en nuestras comunidades usando una ellos mismos.



RECURSOS

Recomendaciones de los CDC sobre las cubiertas de tela para la cara

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html

Información del DHS sobre las cubiertas de cara de tela

www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/protect.htm