

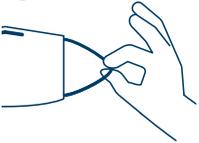
## CÓMO PONERSE LA MASCARILLA

1



Lávate las manos durante 40-60 segundos antes de manipularla.

2



Toca solo las gomas de la mascarilla.

3



Póntela sobre nariz y boca, asegurándote de que no quedan grandes espacios entre tu cara y la mascarilla.

4



Pasa las bandas elásticas por detrás de tus orejas.

5



Pellizca la pinza nasal para ajustarla bien a la nariz.

6



Evita tocar la parte exterior de la mascarilla. Si lo haces, lávate las manos antes y después.

7



Antes de quitarte la mascarilla, lávate las manos.



8



Retírala tocando sólo las bandas elásticas.

9



Para desecharla, introdúcela en una bolsa de plástico. Deposítala cerrada en la basura y lávate las manos.

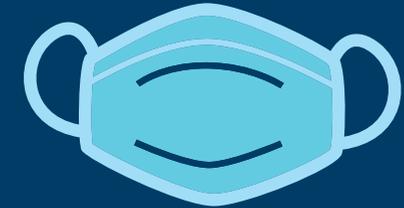
Infografía sobre cómo colocar la mascarilla.  
Fuente: Ministerio de Consumo.

## ¡RECUERDA!

La mascarilla es una medida más.  
Para que funcione de manera eficaz:

- ✔ Se ha seguir las instrucciones del fabricante.
- ✔ Mantener la distancia interpersonal.
- ✔ Tener una buena higiene de manos.
- ✔ Asegurar una ventilación adecuada en el centro de trabajo.

# TIPOS Y USO DE LA MASCARILLA



Ajusta bien la mascarilla a la forma de tu cara de manera que no se pierda o entre aire por algún lado para evitar filtraciones.



## MASCARILLAS HIGIÉNICAS

Son las mascarillas que el Ministerio de Sanidad recomienda para las **personas que se encuentran sanas, siempre acompañada de las medidas de distanciamiento interpersonal, la ventilación y el lavado de mano**. Estas mascarillas están compuestas por una o varias capas de material textil, pudiendo ser tanto reutilizables (que puede lavarse o higienizarse) como no reutilizables (de un solo uso)

Su uso previsto es minimizar la proyección de las secreciones respiratorias (saliva, esputos o secreciones respiratorias cuando el usuario habla, tose o estornuda incluidas los aerosoles), pudiendo también limitar la penetración de estas secreciones de origen externo en el área nasal y bucal del usuario.

Han de cumplir con la normativa UNE-EN 0064 para mascarillas no reutilizables, y UNE-EN 0065 o UNE-CWA 17553:2020 para mascarillas reutilizables, que vendrán especificadas en su envase, junto con el marcado CE y con la declaración que indica que no es ni producto sanitario ni EPI.



## MASCARILLAS QUIRÚRGICAS

Este tipo de mascarillas, **usadas antes de la pandemia mayoritariamente en el ámbito sanitario**, tienen como objetivo proteger al resto de la población de los posibles agentes infecciosos presentes en la cavidad nasal o bucal del usuario de la mascarilla. Es por esto que se recomienda su uso en personas contagiadas de COVID-19, para reducir el riesgo de propagación del virus. Estas mascarillas, por tanto, pueden prevenir la transmisión del agente infeccioso desde una persona infectada a otras personas sanas, pero su eficacia a la hora de prevenir el contagio al usuario de la misma parece más limitada,

Ejercen básicamente de barrera para evitar la emisión de gotículas respiratorias al estornudar o toser. En base a su Eficacia de Filtración Bacteriana (EFB), se dividen en dos tipos:

**Tipo I** (EFB  $\geq$  95%)

**Tipo II** (EFB  $\geq$  98%).

Existe un tercer tipo, denominado IIR, para aquellas mascarillas de tipo II que además son resistentes a las salpicaduras de sangre y otros fluidos biológico.

Están autorizadas como productos sanitarios, se rigen por la normativa europea UNE-EN 14683, que deberá estar reflejada en el envase del producto, al igual que el marcado CE y el tipo.



## MASCARILLAS EPI

Estas mascarillas son Equipos de Protección Individual (EPI), las cuales están indicadas por el Ministerio de Sanidad para personas sanas, sobre todo cuando estemos en contacto con personas contagiadas de COVID-19, puesto que su principal misión es el filtrado de las partículas exteriores en el aire que inhalará el usuario. Además, podrían evitar la transmisión desde el usuario hacia el exterior, en caso de que estuvieran diseñadas para ello. Pueden tener o no válvula de exhalación, pero no está recomendado para enfrentar a la COVID-19 a menos de que esté diseñada específicamente para ello. En base a su rendimiento se clasifican en:

**FFP1** (filtro de partículas tipo P1):  
tienen una eficacia de filtración mínima del 78%.

**FFP2** (filtro de partículas tipo P2):  
tienen una eficacia de filtración mínima del 92%.

**FFP3** (filtro de partículas tipo P3):  
tienen una eficacia de filtración mínima del 98%.

Se rigen bajo la normativa europea UNE-EN 149, distintivo que irá en la mascarilla acompañando del nombre o marca registrada del fabricante, el organismo notificador, el tipo de mascarilla (y filtro si lo tuviese), el marcado CE y el marcaje de si es o no reutilizable.

