

# ¿Debería usar mascarilla doble?



COVID-19 se propaga principalmente de persona a persona a través de gotitas respiratorias que se esparcen en el aire cuando tose, estornuda, habla, grita o canta.

Las mascarillas de tela reducen el rociado de gotitas cuando se usan sobre la nariz y la boca.

## AUMENTAR LA EFECTIVIDAD

### Use varias capas de tela o mascarilla doble.

Utilice combinaciones de tela como algodón-seda, algodón-gasa o franela de algodón. Las telas de alto contenido de hilos son más efectivas. Usar dos mascarillas puede aumentar la efectividad. El uso de una mascarilla de tela encima de una mascarilla quirúrgica imita la combinación de tela filtrante que ha demostrado ser de mayor protección en estudios realizados. La mascarilla quirúrgica actúa como filtro y la mascarilla de tela proporciona una capa adicional de protección y mejora el ajuste.



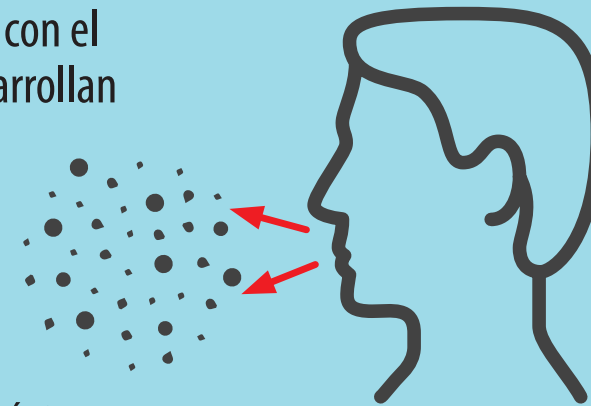
### Mantenga la mascarilla limpia.

Lave su mascarilla de tela siempre que se ensucie o al menos una vez al día. Incluya su mascarilla en el lavado de ropa regular. Use detergente para ropa normal y los ajustes apropiados de acuerdo con la etiqueta de la tela



## EFICACIA DE LA MASCARILLA

Muchas personas infectadas con el virus el COVID-19 nunca desarrollan síntomas, pero aún pueden transmitir la enfermedad. Otras personas que se enferman pueden transmitir la enfermedad antes de que comiencen los síntomas.

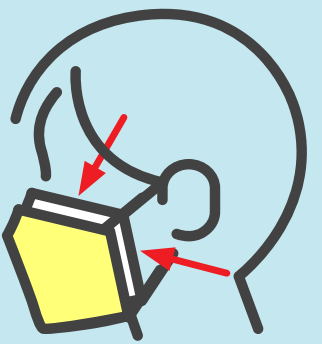


Se ha demostrado que las mascarillas son eficaces para proteger tanto al usuario como a todos los que le rodean. Combinadas con el distanciamiento social, las mascarillas ofrecen el método más eficaz para frenar la propagación.



## EVITAR

**ESPACIOS:** Su mascarilla debe quedar bien ajustada, pero no tan apretada que dificulte la respiración. La idea es atrapar las gotitas dentro de la mascarilla y no dejar que se filtren por los lados de la mascarilla. Por eso es tan importante llevarla sobre la nariz y la boca, ya que estas producen las gotitas.



**VÁLVULAS:** No utilizar mascarilla con válvulas de exhalación. La válvula hace que sea más fácil exhalar, pero también libera las gotitas en el aire, por lo que no protege a los demás si usted es contagioso. Proteger a otros es la razón principal para usar una mascarilla.

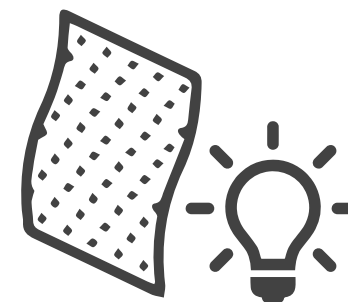


Los niños menores de 2 años, o cualquiera que tenga dificultad para respirar, esté inconsciente, incapacitado o sea incapaz de quitarse la mascarilla sin ayuda **NO** deben usar paños de tela para cubrir la cara..

**Recuerde, las coberturas faciales deben cubrir tanto la nariz como la boca y ajustarse cómodamente a los lados de la cara.**

### Hágale una prueba a la tela de su mascarilla sujetándola contra la luz.

Si puede ver fácilmente el contorno de las fibras individuales, no va a ser un buen filtro.



ORANGE COUNTY  
HEALTH DEPARTMENT

[www.orangecountync.gov/Masks](http://www.orangecountync.gov/Masks)