



Farmacéuticos

Consejo General de Colegios Farmacéuticos

Vocalía Nacional de
Farmacia Hospitalaria

Vocalía Nacional de
Oficina de Farmacia

Vocalía Nacional de
Distribución

Vocalía Nacional de
Ortopedia

COVID-19

¿Cuándo y cómo utilizar mascarillas?

Versión 31/03/2021



¿En qué situaciones se debe utilizar una mascarilla?



Personas con síntomas de COVID-19 (tos, fiebre o dificultad para respirar).



Personas sin síntomas que estén cuidando de un paciente infectado.



Personas sin síntomas en la vía pública, en espacios al aire libre y en cualquier espacio cerrado de uso público o que se encuentre abierto al público.

¿En qué situaciones no es necesario utilizar una mascarilla?



Personas que presenten algún tipo de dificultad respiratoria que pueda verse agravada por el uso de mascarilla.



Personas en las que el uso de mascarilla resulte contraindicado por motivos de salud debidamente justificados, o que por su situación de discapacidad o dependencia presenten alteraciones de conducta que hagan inviable su utilización.



Desarrollo de actividades en las que, por la propia naturaleza de estas, resulte incompatible el uso de la mascarilla.



Causa de fuerza mayor o situación de necesidad.

La utilización de mascarillas sólo es efectiva en combinación con las medidas de higiene y distanciamiento social.

Es fundamental ponértela, quitártela y eliminarla correctamente para evitar pérdida de eficacia y posible aumento del riesgo de transmisión.

Las medidas recomendadas actualmente por el Ministerio de Sanidad para la prevención de la COVID-19 son las siguientes:

Recuerde!



Lavarse frecuentemente las manos friccionando con agua y jabón.



Evitar tocarse los ojos, nariz o la boca.



Cubrirse la boca y nariz con la flexura del codo o con un pañuelo desechable al toser o estornudar.



Tirar los pañuelos desechables en la basura y lavarse las manos después de hacerlo.



Mantener la distancia física interpersonal.

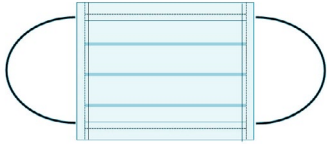
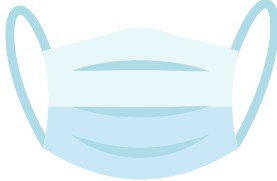



Es muy importante la limpieza y desinfección de superficies con lejía diluida o alcohol.



Si tienes síntomas de infección quédate en casa para prevenir que otras personas enfermen.

➤ ¿Qué tipos de mascarillas hay y para quién están recomendadas?

Tipos de mascarillas		Normativa que hay que cumplir	Para quién esta recomendada	
Higiénica	No Reutilizables	Orden CSM/115/2021, de 11 de febrero. UNE- 0064 o UNE-CWA 17553:2020	Personas sin síntomas que no sean susceptibles de utilizar mascarillas quirúrgicas ni autofiltrantes. Ejemplo: Aquellas personas que tienen que salir a la calle por motivos laborales, para disminuir el riesgo ante la imposibilidad de mantener el distanciamiento social.	
	Reutilizables	Orden CSM/115/2021, de 11 de febrero. UNE- 0065 o UNE-CWA 17553:2020		
Quirúrgica		Conforme la Directiva 93/42/CEE, relativa a productos sanitarios, marcado CE y cumplir normas UNE-EN 14683:2019 + AC 2019.	Personas con infección por coronavirus o síntomas de infección. Personal sanitario o sociosanitario que acompañe a los pacientes a las zonas de aislamiento.	
Autofiltrante	FFP2	Conforme al Reglamento (UE) 2016/425 relativa a los equipos de protección individual (EPI) y la norma UNE-EN 149:2001+A1.	Personal sanitario que atienda a casos de infección por coronavirus o personas que entren en la habitación de aislamiento de un enfermo (p.ej. familiares, personal de limpieza).	
	FFP3		Personal sanitario implicado en procedimientos que generen aerosoles.	

- ✓ En el caso de las **mascarillas higiénicas reutilizables, el lavado y secado de la mascarilla debe ser acorde a las recomendaciones del fabricante.** Después de cada lavado hacer una inspección visual por si se detecta algún daño.
- ✓ Otras mascarillas, como por ejemplo **las antipolen, no protegen de la COVID-19.**



Consulta con tu farmacéutico cuál es la mascarilla más adecuada para tu caso, así como sus instrucciones de empleo.



Instrucciones de uso de una mascarilla

Las mascarillas han de cubrir nariz, boca y barbilla.

Cómo se debe poner la mascarilla:

1.

Lavarse las manos con agua y jabón o con una solución hidroalcohólica.



2.

Identificar la parte superior de la mascarilla.



3.

Colocar la mascarilla en la cara. Si dispone de pinza nasal, ajustarla a la nariz.

4.

Enganchar la mascarilla a las orejas o a la parte posterior de la cabeza, según el modelo.



5.

Bajar la parte inferior de la mascarilla a la barbilla, verificando que cubra la barbilla.



6.

Pellizcar la pinza nasal con ambas manos para ajustarla a la nariz.



Una vez ajustada, no tocar la mascarilla con las manos.

Si se necesita tocar la mascarilla, se deben lavar previamente las manos con agua y jabón o frotárselas con una solución hidroalcohólica. Tampoco se recomienda colocar en una posición de espera en la frente o debajo de la barbilla durante y después del uso.



Cómo se debe retirar la mascarilla:

1.

Lavarse las manos con agua y jabón o frotarlas con una solución hidroalcohólica.



2.

Retirar la mascarilla sin tocar la parte frontal de la mascarilla.



3.

Desechar la mascarilla en un contenedor provisto de una bolsa de plástico (preferiblemente con doble bolsa), y a ser posible con tapa y control no manual.



4.

Lavarse las manos con agua y jabón o frotarlas con una solución hidroalcohólica.



Se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior al indicado por el fabricante. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra nueva.



Haz un uso responsable y adecuado de las mascarillas para no contribuir al desabastecimiento y para que quienes sí las necesitan puedan utilizarlas.



Farmacéuticos
Consejo General de Colegios Farmacéuticos



Para más información consulta

- **Especificación UNE 0064.**
Mascarillas higiénicas no reutilizables.
Requisitos de materiales, diseño, confección, marcado y uso.
[Parte 1: Para uso en adultos.](#)
[Parte 2: Para uso en niños.](#)
- **Especificación UNE 0065.**
Mascarillas higiénicas reutilizables.
Requisitos de materiales, diseño, confección, marcado y uso.
[Para uso en adultos y niños.](#)
- **Orden CSM/115/2021, de 11 de febrero,**
por la que se establecen los requisitos de información
y comercialización de mascarillas higiénicas
- **European Centre for Disease Prevention and Control.**
[Using face masks in the community](#)
Versión 15 de febrero de 2021.
- **Ministerio de Sanidad.**
[Evaluación del riesgo de la transmisión de SARS-CoV-2 mediante aerosoles.](#)
Medidas de prevención y recomendaciones 18.11.2020
- **Organización Mundial de la Salud. (OMS).**
[Brote de enfermedad por coronavirus](#)
(COVID-19): orientaciones para el público
- **Desai AN, Mehrotra P.** Medical Masks. JAMA.
Published online March 04, 2020. doi:10.1001/jama.2020.2331



Farmacéuticos

Consejo General de Colegios Farmacéuticos

Vocalía Nacional de
Farmacia Hospitalaria

Vocalía Nacional de
Oficina de Farmacia

Vocalía Nacional de
Distribución

Vocalía Nacional de
Ortopedia

