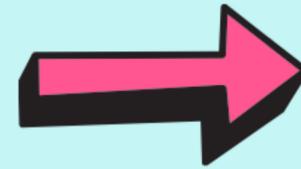


¿Sirven para algo?

MASCARILLAS CASERAS



VS



En el caso de las mascarillas caseras y la prevención ante el virus **#covid19**, **NO** podemos dar una respuesta basada en la evidencia.



**MEJOR UTILIZAR MASCARILLA CASERA,
QUE NO UTILIZAR NADA.**



@mascarillascaserascovid19



DR.KRAMER
@kramerfoxx

MASCARILLAS CASERAS Y SU EFECTIVIDAD. ¿SIRVEN PARA ALGO?

- ✓ -Su uso podría recomendarse a **PERSONAS SANAS** en la vía pública, **DONDE SEA DIFÍCIL MANTENER OTRAS MEDIDAS DE DISTANCIAMIENTO.** (medio de transporte, supermercados, farmacia, ect..)
- ✓ -Podría servir como **medio de control** para reducir la propagación del virus en la comunidad.

Útil para **NO contagiar a los DEMÁS,
pero no evita contagiarse .
PROTEGES A LOS DEMÁS.**

¿QUIEN DEBE USARLA?

Dada su escasez deberían ir destinados a:

- ✔ **Positivos** en covid19, respectivos familiares y cuidadores.
- ✔ **Sospecha** covid19.
- ✔ Usuarios con cualquier **infección respiratoria**.
- ✔ Usuarios **mayores de edad, inmunodeficiencias**, con **enfermedades cardiovasculares, factores de riesgo** cardiovascular como hipertensión, diabéticos, fumadores u usuarios oncológicos en tratamiento activo.



DR.KRAMER
@kramerfoxx

BUEN USO DE LA MASCARILLA

1. Antes de usarla desinfectar las manos con solución hidroalcohólica o con jabón y agua.



2. Evite tocar la parte central de la mascarilla y sobre todo la parte **interior**.



3. Cúbrase la nariz, parte inferior de la cara, boca y la barbilla con la mascarilla.



4. Asegúrese de que no haya espacios entre cara y mascarilla.



5. Evite tocar la mascarilla **mientras la usa**; si lo hace, lávese las manos con un desinfectante a base solución hidroalcohólica o con agua y jabón.



6. Cámbiese de mascarilla tan pronto como esté húmeda y **evite reutilizar las mascarillas de un solo uso** o las mascarillas caseras, sin lavarlas previamente. **¡SE RECOMIENDA LAVAR CADA 24H!**



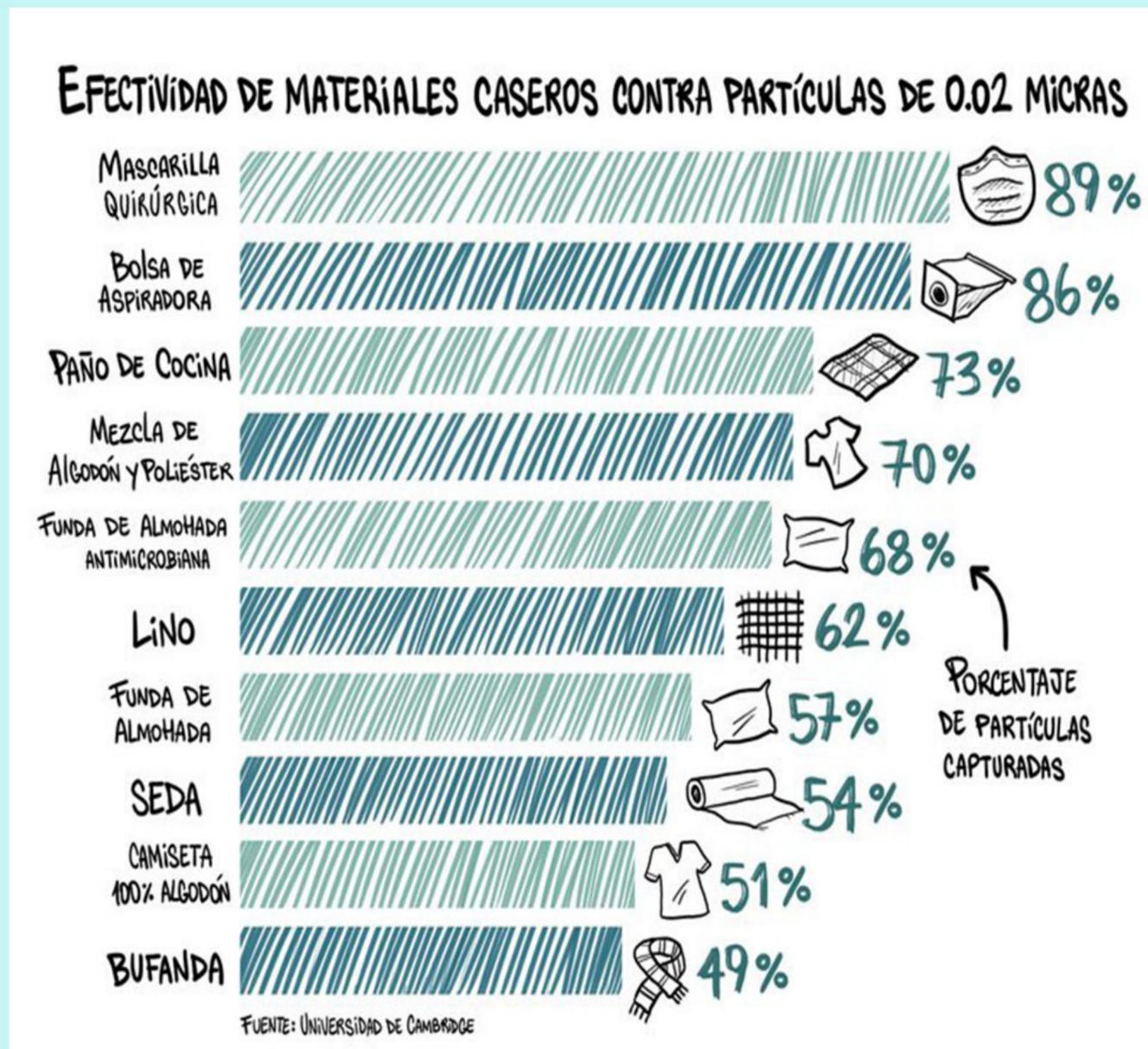
7. Para quitarse la mascarilla: quítesela por detrás (no toque la parte delantera de la mascarilla); deséchela o guárdela inmediatamente en un recipiente cerrado; y lávese las manos.

- ✘ -Las **mascarillas caseras**, por el momento, **no están sujetas a regulación**.
- ✘ -Las mascarillas caseras **no ofrecen un cierre aislante** alrededor de la cara y varían ampliamente en tipos y calidades.
- ✘ -La escasa experiencia en uso de mascarillas por la población general, puede conllevar el **continuo reajuste de la misma**, llevarse las manos continuamente a la cara y aumentar el riesgo de contagio.
- ✘ -Las cubiertas de tela para cara **NO se deberían usar** en niños menores de 2 años, ni en personas con problemas respiratorios o que estén inconscientes, incapacitadas o no sean capaces de quitárselas sin ayuda.

**¡DAN SENSACIÓN DE FALSA SEGURIDAD!
¡NO BAJE LA GUARDIA!**



TEJIDOS MASCARILLAS CASERAS Y EFICACIA.



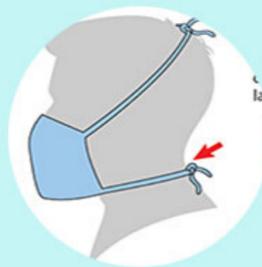
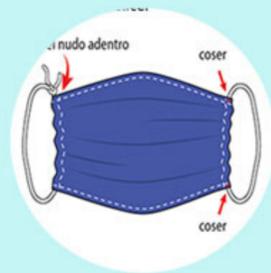
-  -Las **mascarillas caseras**, por el momento, **no están sujetas a regulación**.
-  -Las mascarillas caseras **no ofrecen un cierre aislante** alrededor de la cara y varían ampliamente en tipos y calidades.
-  -La escasa experiencia en uso de mascarillas por la población general, puede conllevar el **continuo reajuste de la misma**, llevarse las manos continuamente a la cara y aumentar el riesgo de contagio.
-  -Las cubiertas de tela para cara **NO se deberían usar** en niños menores de 2 años, ni en personas con problemas respiratorios o que estén inconscientes, incapacitadas o no sean capaces de quitárselas sin ayuda.

**¡DAN SENSACIÓN DE FALSA SEGURIDAD!
¡NO BAJE LA GUARDIA!**



CREA TU PROPIA MASCARILLA CASERA

En la información de la imagen os dejamos varios links donde poder ver como se pueden hacer las siguientes mascarillas:



¡RECUERDEN!

- Recuerde la **higiene de manos previo a la manipulación** del material.
- Recuerde el **uso de guantes desechables** durante la manipulación del material, si tiene disponibilidad.
- Intente **definir el material de elaboración**, según la gráfica aportada, así podremos estimarnos qué eficacia puede tener.
- Intente dotar las mascarillas con el **material que tenga mayor efectividad** ante el posible contagio.
- Incluya **varias capas de tela**.
- El resultado final **debe permitir respirar sin restricción**.

Esterilizar/limpiar

@MASCARILLASCASERASCOVID19

- ✓ **-Soluciones de 70% de alcohol etílico o hipoclorito sódico al 0,5%** (equivalente de 5000 ppm) para la desinfección de **superficies que se tocan** con frecuencia en los hogares o los establecimientos de atención de salud.
- ✓ **-Otras recomendaciones, más al uso casero y hospitalario: LEJÍA EN PROPORCIONES 1:50, esto es, disolver 20 cc de lejía en un 1 litro de agua.**



DR.KRAMER
@kramerfoxx

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO MASCARILLAS CASERAS

Se deben **lavar rutinariamente** según la frecuencia de uso. Nuestra recomendación es la correcta higiene, a diario, **cada 24h.** Lavar las mascarillas caseras en la lavadora es suficiente entre **40°-60°.**
*Pronto dispondremos de nueva información **actualizada** sobre el mantenimiento de las mismas.



Para personal sanitario o con alta exposición, se podría lavar a 60-90°.





¡NO ES SUFICIENTE CON MASCARILLA!



¡RECUERDEN!

El lavado frecuente de manos con solución hidroalcohólica o con agua y jabón y mantener el distanciamiento de 1,5m-2m.



DR.KRAMER
@kramerfoxx

HIGIENE DE MANOS



- 1. Mójese** las manos con agua corriente limpia (tibia o fría), cierre el grifo y enjabónese las manos.
- 2. Frótese** las manos con el jabón hasta que haga espuma. Frótese la espuma por el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
- 3. Restriéguese** las manos durante al menos 20 segundos.
:) ¿Necesita algo para medir el tiempo? Tararee dos veces la canción de “Feliz cumpleaños” de principio a fin.
- 4. Enjuáguese** bien las manos con agua corriente limpia.
- 5. Séqueselas** con una toalla limpia o al aire.

