

# LAS 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 mientras se asegura a la cabeza con lazos o tiras, o simplemente se envuelve alrededor de la parte inferior de la cara. Este documento proporciona respuestas a algunas preguntas sobre cómo usar y limpiar eficazmente las cubiertas de tela para la cara. Los CDC y el DHS ofrecen información adicional sobre las cubiertas de tela para la cara y cómo usarlas correctamente.

### ¿Quién debe usar las cubiertas de tela para la cara?



Se recomienda considerablemente el uso de cubiertas de tela para la cara tanto para los estudiantes como para el personal que puedan llevarlas puestas y quitárselas adecuadamente. Las cubiertas de tela para la cara pueden ayudar a evitar que la persona propague la enfermedad si es asintomático (no muestra ningún síntoma) o no se da cuenta de que está enferma.

Sin embargo, existen preocupaciones válidas que pueden impedir que una persona use una cubierta para la cara de manera segura. Las cubiertas de tela para la cara NO deben colocarse en los niños menores de 2 años, en personas que tengan problemas para respirar, o que estén inconscientes, discapacitadas o bien no puedan quitarse la cubierta sin ayuda. Las consideraciones médicas, incluyendo el trastorno del espectro autista y las condiciones respiratorias, así como las experiencias personales traumáticas, significan que algunas personas no pueden usar una cubierta para la cara de manera segura. El uso de una cubierta de tela para la cara puede ser peligroso o estresante para las personas con discapacidades y los niños pequeños. Las personas tampoco pueden llevar puesta una cubierta para la cara de manera segura debido al perfil racial o la discriminación. El acceso a una cubierta para la cara limpia y apropiada o a múltiples cubiertas también puede ser una dificultad.

### ¿Cómo hablo con mis hijos sobre por qué algunas personas no pueden usar una cubierta para la cara?

Esta es una buena oportunidad para hablar con sus hijos sobre el trauma, el racismo y la discriminación, así como la necesidad de aceptación, comprensión y empatía con respecto a las razones por las que puede no ser seguro para todos usar una cubierta de tela para la cara. Otra oportunidad para una charla familiar es el tema sobre la protección de la salud de los amigos, haciendo hincapié en que es importante que las personas que sí pueden usar una cubierta de tela para la cara hagan todo lo que puedan para proteger a las personas que no pueden hacerlo. Asegúrese de que los niños entiendan que no es su responsabilidad hacer cumplir el uso o no uso de las cubiertas de tela para la cara.



## ¿Cuál es la razón por la que se deben usar las cubiertas de tela para la cara?



Las recomendaciones actuales apoyan el uso de cubiertas de tela para la cara en espacios públicos donde no se puede estar al menos a 6 pies de distancia de los demás. Las cubiertas de tela para la cara ayudan a reducir la posibilidad de que se propague la enfermedad a otros si usted es asintomático o no se da cuenta de que está enfermo. Esto se debe a que las cubiertas reducen la liberación de partículas infecciosas en el aire si la persona que la lleva puesta habla, tose o estornuda. Es importante tener en cuenta que las cubiertas de tela para la cara NO evitan completamente la exposición de la persona que la lleva puesta a las partículas infecciosas, especialmente si está en contacto con una persona infectada o si la persona infectada no lleva su propia máscara.

Cuanto más podamos ayudar a frenar la propagación de la enfermedad, más ayudaremos en términos de:

- Ayudar a nuestra comunidad protegiendo a los que están en mayor riesgo o son más vulnerables y reduciendo la carga de nuestro sistema de atención de la salud.
- Prevenir la interrupción de la educación de nuestros niños reduciendo la probabilidad de tener ausencias masivas o cambiar al aprendizaje virtual.
- Ayudar a nuestra economía a recuperarse reduciendo tanto la propagación de enfermedades como la probabilidad de retroceder o aumentar las restricciones.

## Parece que las recomendaciones siguen cambiando— ¿Por qué debería mi hijo llevar una cubierta para la cara?

En este momento, la investigación sugiere que el uso de una cubierta de tela para la cara puede tener un impacto real en la transmisión de la enfermedad y reducir el riesgo de propagación. Es cierto que la investigación ha evolucionado en este tema, y eso se debe a que los médicos, científicos y profesionales de la salud pública están aprendiendo cada vez más sobre COVID-19 a medida que continúan tratándolo, estudiándolo y rastreándolo. Reconocemos que las cubiertas de tela para la cara pueden ser incómodas e inconvenientes, pero son una herramienta valiosa sobre la que podemos tener control para así ayudar a disminuir el riesgo de propagación y mantener nuestras comunidades más seguras. Enfatizar esto con los niños y hablar con ellos acerca de cómo todos podemos desempeñar un papel en la protección de los demás puede ayudar a facilitar a las familias el uso de las cubiertas de tela para la cara. Además, reiterar que cada pequeño detalle cuenta y que los errores (como olvidar subirse la cubierta para la cara hasta arriba) están bien siempre y cuando se comprometan a usarla. Al igual que con otros temas en la infancia, puede haber accidentes y errores a medida que los niños aprenden y se adaptan a algo nuevo, pero cada vez que se usa una cubierta de tela para la cara, se puede ayudar a reducir el potencial de propagación de COVID-19.



## ¿Cómo se usa una cubierta de tela para la cara?



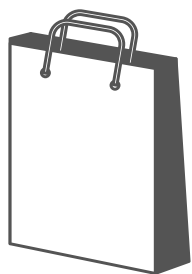
Una cubierta de tela para la cara debe cubrir la nariz y la boca, ajustarse bien a la cara y estar asegurada en su lugar por medio de banditas elásticas que se ponen alrededor de las orejas o tiras que se atan detrás de la cabeza. Evite tocar la cubierta de tela para la cara, especialmente si no se ha lavado las manos recientemente.

## ¿Cuándo necesita cambiar una cubierta de tela para la cara?

Para permitir una limpieza adecuada, no debe usarse la misma cubierta de tela para la cara por más de un día. Si la cubierta de tela se ensucia o se daña, se recomienda cambiarla con más frecuencia. Puede ser necesario disponer de múltiples cubiertas para la cara. La posibilidad de que las cubiertas de tela se ensucien o se dañen debe considerarse como algo muy probable, especialmente cuando las usan estudiantes más jóvenes. Las escuelas deben trabajar con las comunidades y las familias para tratar de proporcionar cubiertas para la cara adicionales para este tipo de situaciones.



## ¿Cómo se lava una cubierta de tela para la cara? Si no tiene acceso regular a una lavadora, ¿cuál es la mejor manera de lavar una cubierta de tela para la cara?



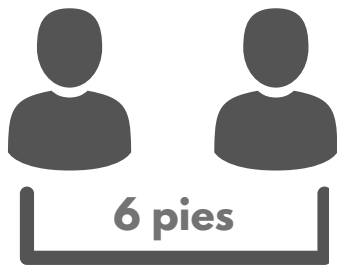
Es una buena idea lavar con frecuencia las cubiertas de tela para la cara, ya que no deben usarse por más de un día antes de necesitar ser lavadas. Guárdelas en una bolsa o recipiente designado hasta que se puedan lavar con detergente y agua caliente y secar en un ciclo caliente. Si no puede lavar a máquina la cubierta de tela para la cara, lávela a mano con detergente y agua caliente antes de ponerla a secar al aire. No se aconseja volver a usar la cubierta de tela para la cara sin lavarla.

## ¿Cómo se cuida la piel cuando se usa una cubierta de tela para la cara regularmente?

Lávese la cara con frecuencia, preferiblemente antes y después de usar la cubierta para la cara, y aplique una crema hidratante para disminuir la fricción y reducir la irritación. Use una cubierta para la cara limpia.



## ¿Cómo puedo hacer que el uso de una cubierta de tela para la cara sea más efectivo?



Las cubiertas de tela para la cara que se usan adecuadamente ayudan a reducir la liberación de partículas infecciosas en el aire cuando la persona que la usa habla, tose o estornuda. Sin embargo, no son un reemplazo para el distanciamiento físico ni el lavado de manos y deben usarse junto con otras prácticas adecuadas. Nuestra mejor defensa contra COVID-19 es practicar una buena salud pública: lavarnos las manos con frecuencia; evitar tocar nuestros ojos, nariz y boca con las manos sin lavar; evitar estar cerca de personas enfermas; y el distanciamiento físico (al menos a 6 pies de distancia) de otros, especialmente de las personas con las que no vivimos.

## 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](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html)

### Información del DHS sobre las cubiertas de tela para la cara

[www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/protect.htm](http://www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/protect.htm)



**WISCONSIN DEPARTMENT**  
*of* **HEALTH SERVICES**

P-02711S (07/2020)