

English Version Below

Consideraciones para el uso de mascarillas

Lo que debe saber

- Las personas de 2 años de edad o más deben usar mascarillas de forma universal.
- Cuando usa una mascarilla, usted se protege y protege a los demás.
- Las mascarillas NO reemplazan la práctica del distanciamiento social. Las mascarillas deben usarse además de mantener una distancia de al menos 6 pies, especialmente cuando se encuentra en espacios cerrados rodeado de personas con las que no convive.
- Lávese las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos o use desinfectante de manos con al menos un 60 % de alcohol después de tocar o quitarse la mascarilla.
- La CDC sigue estudiando la efectividad de los diferentes tipos de mascarillas y actualizan las recomendaciones a medida que se dispone de nueva evidencia científica. El informe científico más reciente está disponible aquí: [Informe científico: Uso de mascarillas de tela en la comunidad para controlar la propagación del SARS-CoV-2 | CDC](#)

¿Quiénes no deberían usar mascarilla?

Las mascarillas no deben ser usadas por:

- Niños menores de 2 años de edad
- Personas con problemas respiratorios
- Cualquier persona que esté inconsciente, incapacitada o que no sea capaz de quitarse la mascarilla sin ayuda
- Usar mascarilla podría ser difícil para ciertas personas con problemas sensoriales, cognitivos o conductuales. Si no pueden usar una mascarilla correctamente o no pueden tolerar tener colocada una mascarilla, no deberían usarla; en tales casos, es necesario evaluar otras [adaptaciones y alternativas](#)

Recomendado



Mascarillas desechables no médicas



Mascarillas que se ajustan de forma adecuada (cómodamente alrededor de la nariz y el mentón sin separarse demasiado de los lados de la cara)



Mascarillas realizadas con tela que permite respirar (como el algodón)



Mascarillas realizadas con tela de tejido cerrado (es decir, telas que no dejan pasar la luz al colocarlas frente a una fuente de luz)



Mascarillas con dos o tres capas

No recomendado



Mascarillas que no se ajustan de forma adecuada (muy separadas del rostro, demasiado sueltas o demasiado ajustadas)



Mascarillas realizadas con materiales que dificultan la respiración (como plástico o cuero)



Mascarillas realizadas con telas de tejido suelto o tejidas, es decir, telas que dejan pasar la luz



Mascarillas con una sola capa



Mascarillas con válvulas de respiración o ventilación

Mascarillas con válvulas de respiración o ventilación

La CDC **no recomienda** el uso de mascarillas con válvulas de respiración o ventilación porque este tipo de mascarillas podrían no evitar que propague el COVID-19 a otras personas. El orificio presente en el material podría permitir que sus gotitas respiratorias se escapen y lleguen a otras personas. La investigación acerca de la eficacia de este tipo de mascarillas está en curso.

Según el último **Acuerdo ministerial número 300-2020, en el artículo 7**, recomiendan utilizar mascarillas de uso obligatorio tanto para todo el personal como los estudiantes. Las mascarillas permitidas son las quirúrgicas o de tela con dos capas adaptadas para la edad. Las mascarillas N95 se recomiendan para personal de alto riesgo.

Dra. Karla Gutiérrez
Pediatra
Coledio Americano de Guatemala

Considerations for Wearing Masks

What you need to know

- People age 2 and older should wear masks.
- When you wear a mask, you protect others as well as yourself.
- A mask is NOT a substitute for [social distancing](#). Masks should still be worn in addition to staying at least 6 feet apart, especially when indoors around people who don't live in your household.
- Wash your hands with soap and water for at least 20 seconds, or use [hand sanitizer](#) with at least 60% alcohol after touching or removing your mask.
- Masks may not be necessary when you are outside by yourself, away from others, or with other people who live in your household. However, some localities may have mask mandates while out in public; please check for the rules in your locality.
- CDC continues to study the effectiveness of different types of masks and update our recommendations as new scientific evidence becomes available. The most recent scientific brief is available here: [Scientific Brief: Community Use of Cloth Masks to Control the Spread of SARS-CoV-2 | CDC](#)

Who should not wear a mask?

Masks should not be worn by

- Children younger than 2 years old
- Anyone who has trouble breathing
- Anyone who is unconscious, incapacitated, or otherwise unable to remove the mask without assistance
- Wearing masks may be difficult for some people with sensory, cognitive, or behavioral issues. If they are unable to wear a mask properly or cannot tolerate a mask, they should not wear one, and [adaptations and alternatives](#) should be considered

Recommended



Non-medical disposable masks



Masks that fit properly (snugly around the nose and chin with no large gaps around the sides of the face)



Masks made with breathable fabric (such as cotton)



Masks made with tightly woven fabric (i.e., fabrics that do not let light pass through when held up to a light source)



Masks with two or three layers

Not Recommended



Masks that do not fit properly (large gaps, too loose or too tight)



Masks made from materials that are hard to breathe through (such as plastic or leather)



Masks made from loosely woven fabric or that are knitted, i.e., fabrics that let light pass through



Masks with one layer



Masks with exhalation valves or vents

Masks with exhalation valves or vents

CDC **does not recommend** using masks with exhalation valves or vents because this type of mask may not prevent you from spreading COVID-19 to others. The hole in the material may allow your respiratory droplets to escape and reach others. Research on the effectiveness of these types of masks is ongoing.

According to the latest **Ministerial Agreement number 300-2020, article 7**, they recommend using mandatory masks for all staff and students. The permitted masks are surgical, or cloth with two layers adapted to age. N95 masks are recommended for high-risk personnel.

Dr. Karla Gutiérrez
Pediatrician
American School of Guatemala



DE VALLE Para más información visite/To learn more, visit:
GRUPO EDUCATIVO

- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover-guidance.html>
- <https://www.mspas.gob.gt/component/jdownloads/send/862-acuerdo-ministerial-no-300-2020/7152-acuerdo-ministerial-no-300-2020.html>

THE AMERICAN SCHOOL OF GUATEMALA

Section 1783, POB 25339, Miami, FL 33102 USA

Phone: (502) 2500-9595 Fax: (502) 2369-8335 www.cag.edu.gt

Authorized by the Ministry of Education of Guatemala
Accredited by New England Association of Schools and Colleges
Member of the Tri-Regional Association of American Schools in Mexico, Central America, Colombia and the Caribbean