

Enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19)

Descargo de responsabilidad: Este sitio web se actualiza con frecuencia. Parte de su contenido puede estar disponible en inglés hasta que se haya traducido todo el contenido.

Consideraciones al usar cubiertas de tela para la cara

Ayude a desacelerar la propagación del COVID-19

Actualización: 28 de junio de 2020

[Imprimir la página](#)

- CDC recommends that people wear cloth face coverings in public settings and when around people who don't live in your household, especially when other [distanciamiento social](#) measures are difficult to maintain.
- Las cubiertas de tela para la cara podrían ayudar a evitar que quienes tienen COVID-19 propaguen el virus a otras personas.
- Es muy probable que las cubiertas de tela para la cara reduzcan la propagación del COVID-19 cuando las personas las usan de forma generalizada en entornos públicos.
- Las cubiertas de tela para la cara NO deben ser usadas por niños menores de 2 años de edad ni por personas que tengan dificultad para respirar, o que estén inconscientes, incapacitadas o no sean capaces de quitárselas sin ayuda.

Evidencia para la efectividad de las cubiertas de tela para la cara



Las cubiertas de tela para la cara están recomendadas por ser una barrera simple que ayuda a evitar que las gotitas respiratorias viajen por el aire hasta otras personas cuando las personas que usan las cubiertas de tela para la cara tosen, estornudan, hablan o alzan la voz. A esto se le llama control de fuentes de infección. Esta recomendación es con base en lo que conocemos acerca del rol que juegan las gotitas respiratorias en la propagación del virus que causa el COVID-19, en conjunción con [la evidencia emergente](#) de los estudios clínicos y de laboratorio que indican que las cubiertas de tela para la cara reducen la dispersión de las gotitas cuando cubren la nariz y la boca. El COVID-19 se propaga principalmente entre las personas que tienen contacto cercano entre sí (dentro de los 6 pies aproximadamente), por lo que las cubiertas de tela para la cara son especialmente importantes en los entornos donde las personas se encuentran cerca las unas de las otras o donde el distanciamiento social sea difícil de mantener.

cara?

¿Quién debe usar una cubierta de tela para la

Público en general

- CDC recommends all people 2 years of age and older wear a cloth face covering in public settings and when around people who don't live in your household, especially when other [distanciamiento social](#) measures are difficult to maintain.
- El COVID-19 puede ser propagado por personas que no tienen síntomas y que desconocen que tienen la infección. Por ese motivo, es importante que todas las personas usen cubiertas de tela para la cara en entornos públicos y pongan en práctica el [distanciamiento social](#) (mantener una distancia de al menos 6 pies de las demás personas).
- Mientras que las cubiertas de tela para la cara se recomiendan para reducir la propagación del COVID-19, los CDC reconocen que hay instancias específicas en las que no es viable usar una cubierta de tela para la cara. En estos casos, se deben considerar [adaptaciones y alternativas](#) siempre que sea posible (ver los ejemplos más abajo).

Personas que tienen COVID-19 o que piensan que podrían tenerlo

- [Si está enfermo](#) de COVID-19 o piensa que podría tener COVID-19, no concurra a áreas públicas. Quedarse en casa, excepto para buscar atención médica. En la medida de lo posible, permanezca en una misma habitación y alejado de otras personas y [mascotas](#) de su casa. Si tiene que estar cerca de otras personas o animales, use una cubierta de tela para la cara (incluso dentro de su casa).
- La cubierta de tela para la cara ayuda a evitar que una persona enferma propague el virus a otras personas. Esto ayuda a que las gotitas respiratorias queden contenidas y no lleguen hasta otras personas.

Cuidadores de personas con COVID-19

- [Quienes cuidan a una persona con COVID-19 en la casa o en un entorno no hospitalario](#) pueden también usar una cubierta de tela para la cara. Sin embargo, se desconocen los efectos de protección, es decir, cuan eficaces son estas cubiertas de tela para la cara para proteger a las personas sanas de respirar el virus. Para prevenir enfermarse, los cuidadores también deben tomar las [medidas preventivas cotidianas](#): evitar el contacto cercano tanto como sea posible, limpiarse las manos con frecuencia, evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca sin haberse lavado las manos, y limpiar y desinfectar las superficies con frecuencia.

¿Quién no debe usar una cubierta de tela para la cara?

Las siguientes personas **no** deben usar cubiertas de tela para la cara:

- Niños menores de 2 años de edad
- Personas con problemas respiratorios
- Personas que estén inconscientes, incapacitadas o no sean capaces de quitarse la cubierta de tela para la cara sin ayuda

Viabilidad y adaptaciones

Los CDC reconocen que el uso de cubiertas de tela para la cara puede no ser posible en todas las situaciones o para algunas personas. En algunas situaciones, usar una cubierta de tela para la cara puede exacerbar una afección física o mental, llevar a una emergencia médica, o generar preocupaciones de importancia en cuanto a la seguridad. Se deberían considerar las adaptaciones y las alternativas cuando sea posible a los fines de aumentar la viabilidad del uso de cubiertas de tela para la cara o reducir el riesgo de propagar el COVID-19 si no es posible usar una.

Por ejemplo,

- Es posible que las personas que son sordas o tienen dificultad para oír, o quienes interactúan o cuidan a personas que tienen impedimentos auditivos no puedan usar una cubierta de tela para la cara si necesitan leer los labios para comunicarse. En este caso, deben considerar usar cubiertas para la cara transparentes. Si no hay disponibilidad de cubiertas para la cara transparentes, considere usar la comunicación escrita, el subtítulo o disminuir el ruido de fondo para que se pueda efectuar la comunicación mientras usa una cubierta de tela para la cara que oculta los labios.
- Algunas personas con discapacidades del desarrollo, problemas de integración sensorial o sensibilidades táctiles, ciertas afecciones mentales, o con capacidades cognitivas limitadas pueden tener reacciones negativas al hecho de usar una cubierta de tela para la cara. Estas personas pueden consultar a su proveedor de atención médica como parte de su decisión de usar una cubierta de tela para la cara.
- Es posible que los niños más pequeños (p. ej., en etapa de preescolar o a principios de la escuela primaria) no puedan usar una cubierta de tela para la cara adecuadamente, principalmente por un tiempo prolongado. El uso de cubiertas de tela para la cara

puede ser una prioridad en momentos en los que es difícil mantener la distancia social de 6 pies de las demás personas (p. ej., cuando se hace carpool para ir o volver o cuando se hace la fila en la escuela). Garantizar que el tamaño y el ajuste de una cubierta de tela para la cara sean adecuados y educar a los niños recordándoles acerca de la importancia y el uso adecuado de las cubiertas de tela para la cara pueden ayudar a abordar estos problemas.

- No se deben usar cubiertas de tela para la cara cuando se están realizando actividades que puedan causar que la cubierta de tela para la cara se moje, como al [nadar en el mar o en una piscina](#). Una cubierta de tela para la cara mojada puede causar dificultad para respirar. En el caso de las actividades como la natación, es importante mantener la distancia física de las demás personas en el agua.
- Es posible que las personas que están realizando actividades de alta intensidad, como correr, no puedan usar la cubierta de tela para la cara si les causa dificultad para respirar. Si no se puede usar una cubierta de tela para la cara, considere llevar a cabo la actividad en un lugar donde haya una mayor ventilación y un mayor intercambio de aire (por ejemplo, en exteriores en lugar de interiores) y cuando sea posible mantener distanciamiento social de las demás personas.
- Las personas que trabajan en un entorno donde las cubiertas de tela para la cara pueden aumentar los riesgos de [enfermedades relacionadas por el calor](#) o causar problemas de seguridad debido a la introducción de un peligro (por ejemplo, las tiras que se pueden enganchar en una máquina) pueden consultar con un profesional de salud y seguridad ocupacional para determinar cuál es la cubierta para la cara apropiada para su entorno. Las personas que trabajan en exteriores pueden priorizar el uso de una cubierta de tela para la cara cuando estén en contacto directo con otra persona, como durante los viajes en grupo o las reuniones de cambio de turno, y quitarse la cubierta para la cara cuando sea posible el distanciamiento social. [Puede encontrar más información aquí](#) y debajo.

Las cubiertas de tela para la cara son una medida preventiva crítica y son **particularmente** esenciales en momentos donde el distanciamiento social se dificulta. En el caso de que no se pueda usar una cubierta de tela para la cara, asegúrese de tomar otras medidas para reducir el riesgo de propagación del COVID-19, como el distanciamiento social, el lavado frecuente de manos, y la limpieza y desinfección de las superficies que se tocan con frecuencia.

Protectores faciales

Se desconoce si los protectores faciales proporcionan algún beneficio como control de fuentes de infección para proteger a otras personas de la dispersión de las partículas respiratorias. Los CDC no recomiendan el uso de los protectores faciales para las actividades cotidianas comunes o como reemplazo de las cubiertas de tela para la cara. Algunas personas pueden elegir usar un protector facial cuando se espera que se producirá un contacto directo sostenido con otras personas. Si se utilizan protectores faciales sin una mascarilla, deben ajustarse en los laterales de la cara de quien los usa y se deben extender hasta debajo de la barbilla. Los protectores faciales desechables solo se deben usar una sola vez. Los protectores faciales reutilizables deben limpiarse y desinfectarse después de cada uso. **NO se recomienda el uso de protectores faciales de plástico en recién nacidos ni en bebés.**

Mascarillas quirúrgicas

Las cubiertas de tela para la cara no son mascarillas quirúrgicas ni mascarillas de respiración. Actualmente, estos son suministros críticos que se deben continuar reservando para los trabajadores de la salud y otro tipo de personal de respuesta a emergencias médicas, como lo recomienda la guía actual de los CDC. Las cubiertas de tela para la cara tampoco son un reemplazo apropiado para ellos en lugares de trabajo donde se recomiendan o requieren las mascarillas o las mascarillas de respiración, y estas están disponibles.

Estudios recientes:

- Rothe C, Schunk M, Sothmann P, et al. Transmission of 2019-nCoV Infection from an Asymptomatic Contact in Germany. The New England journal of medicine. 2020;382(10):970-971. [PMID: 32003551](#) 
- Zou L, Ruan F, Huang M, et al. SARS-CoV-2 Viral Load in Upper Respiratory Specimens of Infected Patients. The New England journal of medicine. 2020;382(12):1177-1179. [PMID: 32074444](#) 
- Pan X, Chen D, Xia Y, et al. Asymptomatic cases in a family cluster with SARS-CoV-2 infection. The Lancet Infectious diseases. 2020. [PMID: 32087116](#) 
- Bai Y, Yao L, Wei T, et al. Presumed Asymptomatic Carrier Transmission of COVID-19. Jama. 2020. [PMID: 32083643](#) 
- Kimball A HK, Arons M, et al. Asymptomatic and Presymptomatic SARS-CoV-2 Infections in Residents of a Long-Term Care Skilled Nursing Facility - King County, Washington, March 2020. MMWR Morbidity and mortality weekly report. 2020; ePub: 27 March 2020. [PMID: 32240128](#) 
- Wei WE LZ, Chiew CJ, Yong SE, Toh MP, Lee VJ. Presymptomatic Transmission of SARS-CoV-2 - Singapore, January 23-March 16, 2020. MMWR Morbidity and Mortality Weekly Report. 2020; ePub: 1 April 2020. [PMID: 32271722](#) 

- Li R, Pei S, Chen B, et al. Substantial undocumented infection facilitates the rapid dissemination of novel coronavirus (SARS-CoV2). *Science* (New York, NY). 2020. PMID: 32179701 [↗](#)
- Furukawa NW, Brooks JT, Sobel J. Evidence Supporting Transmission of Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 While Presymptomatic or Asymptomatic [published online ahead of print, 2020 May 4]. *Emerg Infect Dis*. 2020;26(7):10.32/eid2607.201595. [Enlace](#)
- Oran DP, Topol Prevalence of Asymptomatic SARS-CoV-2 Infection: A Narrative Review [published online ahead of print, 2020 Jun 3]. *Ann Intern Med*. 2020;M20-3012. PMID: 32491919 [↗](#)
- National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. 2020. Rapid Expert Consultation on the Possibility of Bioaerosol Spread of SARS-CoV-2 for the COVID-19 Pandemic (April 1, 2020). Washington, DC: The National Academies Press. <https://doi.org/10.17/25769> [↗](#) .
- Schwartz KL, Murti M, Finkelstein M, et al. Lack of COVID-19 transmission on an international flight. *CMAJ*. 2020;192(15):E410. PMID: 32392504 [↗](#)
- Anfinrud P, Stadnytskyi V, Bax CE, Bax A. Visualizing Speech-Generated Oral Fluid Droplets with Laser Light Scattering. *N Engl J Med*. 2020 Apr 15. doi:10.11/NEJMc2007800. PMID: 32294341 [↗](#)
- Davies A, Thompson KA, Giri K, Kafatos G, Walker J, Bennett A. Testing the efficacy of homemade masks: would they protect in an influenza pandemic? *Disaster Med Public Health Prep*. 2013;7(4):413-8. PMID: 24229526 [↗](#)
- Konda A, Prakash A, Moss GA, Schmoldt M, Grant GD, Guha S. Aerosol Filtration Efficiency of Common Fabrics Used in Respiratory Cloth Masks. *ACS Nano*. 2020 Apr 24. PMID: 32329337 [↗](#)
- Aydin O, Emon B, Saif MTA. Performance of fabrics for home-made masks against spread of respiratory infection through droplets: a quantitative mechanistic study. medRxiv preprint doi: <https://doi.org/10.11/2020.04.19.20071779>, posted April 24, 2020.
- Ma QX, Shan H, Zhang HL, Li GM, Yang RM, Chen JM. Potential utilities of mask-wearing and instant hand hygiene for fighting SARS-CoV-2. *J Med Virol*. 2020. PMID: 32232986 [↗](#)
- Leung, N.H.L., Chu, D.K.W., Shiu, E.Y.C. *et al.* Respiratory virus shedding in exhaled breath and efficacy of face masks. *Nat Med*. 2020. PMID: 32371934 [↗](#)
- Johnson DF, Druce JD, Birch C, Grayson ML. A quantitative assessment of the efficacy of surgical and N95 masks to filter influenza virus in patients with acute influenza infection. *Clin Infect Dis*. 2009 Jul 15;49(2):275-7. PMID: 19522650 [↗](#)
- Green CF, Davidson CS, Panlilio AL, et al. Effectiveness of selected surgical masks in arresting vegetative cells and endospores when worn by simulated contagious patients. *Infect Control Hosp Epidemiol*. 2012;33(5):487-494. PMID: 22476275 [↗](#)

Esta página fue revisada el 28 de junio del 2020

COVID-2019 Menu

-  Coronavirus Home
-  Your Health
-  Community, Work & School
-  Healthcare Workers
-  Laboratories
-  Health Departments
-  Cases, Data & Surveillance
-  More Resources