

# ¿Deberíamos usar mascarilla también conocida como tapabocas, para prevenir la condición Post-COVID-19?



## Uso de mascarilla sugerida

Se sugiere que los adultos que no presentan síntomas usen mascarilla en espacios públicos cerrados, especialmente en espacios de mayor riesgo, como áreas concurridas o mal ventiladas. Esto ayuda a reducir la propagación del virus incluso si no hay síntomas.

## Cuando el riesgo es alto

Se sugiere el uso de mascarilla en situaciones de alto riesgo. Por ejemplo, cuando los casos de COVID-19 son altos o cuando se está en contacto con personas que podrían enfermarse gravemente.



## Mascarillas más efectivas

Los estudios demuestran que **las mascarillas N95 o KN95** son las más eficaces. Proporcionan un beneficio pequeño pero adicional comparadas con las mascarillas médicas o quirúrgicas.

## Otras mascarillas

Las mascarillas médicas o quirúrgicas siguen proporcionando cierta protección. Elija una mascarilla de acuerdo con el nivel de riesgo, la disponibilidad y la que mejor se acomode a su cara. Las mascarillas de tela no se revisaron en esta recomendación.



## Salud Planetaria

El uso de mascarillas puede afectar el medio ambiente. Para reducir las emisiones de CO2, podemos usar mascarillas que se descompongan de forma natural, usarlas por un periodo de tiempo más largo, elegir mascarillas con menos material de empaque y comprar mascarillas fabricadas localmente.

Escanee el código QR para obtener más detalles sobre la prevención de la condición Post-COVID 19.

