

Cómo poner, usar, quitar y desechar una mascarilla tipo quirúrgicas

Consideraciones previas: este es un instructivo genérico. Seguir las instrucciones y recomendaciones del fabricante. Comprobar la fecha de caducidad.

Antes de ponernos una mascarilla

1. Debemos lavarnos las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol.
2. Debemos inspeccionar la mascarilla para ver que no tiene rasgaduras o agujeros. Si observamos rasgaduras o agujeros en ella no la debemos utilizar.

Como ponernos una mascarilla

1. Asegurarnos de orientar hacia afuera el lado correcto de la mascarilla (el lado coloreado). El lado de color blanco es el que debe estar en contacto con la piel. Si la mascarilla es blanca por los dos lados el lado con los pliegues hacia abajo es el que debe estar en contacto con la piel.
2. Asegurarnos de orientar el borde rígido/tira de metal de la mascarilla hacia la nariz.
3. Colocarse la mascarilla y pellizcar el borde rígido/tira de metal de la mascarilla para que se amolde a la forma de la nariz.
4. Asegurar de que no haya espacios entre la cara y la mascarilla.
5. Tirar hacia abajo la parte inferior de la mascarilla para cubrir la barbilla.
6. En caso de llevar gafas, hay que quitárselas para colocar y ajustar la mascarilla. Lavarse las manos después de colocarse las gafas.

Como quitarnos una mascarilla

1. Retirar las cintas elásticas de detrás de las orejas (o desabrochar las cintas) manteniendo la mascarilla alejada de la cara y la ropa.
2. No se debe tocar la parte filtrante de la mascarilla.
3. Desechar la mascarilla inmediatamente en un recipiente cerrado.
4. Lavarse las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol.

Consideraciones en cuanto a su uso

1. Evitar tocar la mascarilla mientras se usa para evitar contaminación; si se hace, lavarnos las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol.
2. Cambiar la mascarilla tan pronto como esté húmeda.
3. Cambiar la mascarilla si la resistencia a la respiración es excesiva.
4. No reutilizar las mascarillas de un solo uso.



Videos demostrativos: pulsar [aquí](#) o [aquí](#)

Nota 1: la mascarilla quirúrgica tiene como finalidad evitar la transmisión de agentes infecciosos por parte de la persona que la lleva, pero no son efectivas para prevenir el contagio. Están diseñadas de dentro hacia fuera para evitar la diseminación de microorganismos normalmente presentes en la boca, nariz o garganta y evitar así la contaminación hacia una tercera persona.

Nota 2: las mascarillas quirúrgicas deben cumplir la Directiva de Productos Sanitarios 93/42/CEE, y el Real Decreto 1591/2009 (por el que se regulan los productos sanitarios). Sus características deben ser acordes con la Norma UNE-EN 14683:2014.

Nota 3: Los elementos de protección se deben colocar en el siguiente orden: bata, gorro, cubrezapatos, **mascarilla**, gafas y guantes; y se retirarán en el siguiente orden: guantes, gafas, cubrezapatos, gorro, bata y **mascarilla**.