

NUEVAS RECOMENDACIONES DE LA OMS

PARA TENER EN CUENTA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomendó que en lugares con transmisión generalizada de coronavirus todas las personas que no puedan mantener con otras la distancia de dos metros, como por ejemplo en el transporte público, tiendas o espacios cerrados con mucha gente, **utilicen mascarillas o tapabocas de tela**.

En una actualización de su guía de consejos sobre este elemento de protección, la organización considera que a medida que los países van levantando las medidas de confinamiento y las restricciones de movimiento **es necesario que las personas las utilicen** para protegerse en situaciones en las que no se puede aplicar la distancia social recomendada.

Hasta ahora, la OMS solo recomendaba -según su guía del pasado 6 de abril- el uso de mascarillas para la gente que atendía a personas potencialmente contaminadas, o que tenían tos o estornudos; así como para el personal sanitario. Sin embargo, **volvió a cambiar de opinión y ahora aconseja que todos deben utilizarlas**.

Al principio de la pandemia, la organización decía que no eran necesarias para todos. “La OMS no recomienda que las personas asintomáticas (es decir, sin síntomas respiratorios) lleven mascarillas de uso médico en la comunidad (...). **Se recomienda el uso de mascarillas por personas sintomáticas (es decir, con síntomas respiratorios) en la comunidad**”.

Las máscaras recomendadas ahora para el público en general son las de tela, que deben cumplir ciertas condiciones para que realmente representen una protección para el portador y para el resto de la comunidad.

MASCARILLAS DE TELA

La experta del Departamento de Emergencias Sanitarias de la OMS, **April Beller**, explicó a *EFE* que hay nuevas evidencias científicas (a partir de investigaciones de las universidades de Stanford y Colorado) sobre las máscaras de tela, los diversos materiales de los que puede estar hechas y el nivel de protección que confieren.

Esos estudios han revelado **cuáles son los materiales que pueden actuar como “barrera” a las microgotas** que expelen las personas contaminadas cuando tosen o estornudan, y la manera en que deben combinarse para cumplir este cometido.

“Si yo estoy infectada o tosiendo, todo entra en la máscara y no sale por el otro lado, así que es una manera para proteger al resto de personas”, comentó Beller.

La guía orientativa de la OMS recalca que no todas las máscaras de tela tienen la misma calidad de filtración, uno de los factores determinantes para su efectividad.

Los materiales a considerar en la fabricación de una mascarilla eficaz son **el polipropileno, el algodón y el poliéster**, y la celulosa y la seda como últimas alternativas.

“La distancia es la mejor prevención que existe. Si no es posible, ¿por qué la tela? Porque las mascarillas quirúrgicas deben ser guardadas para el personal sanitario”, dijo Beller.

Una excepción debe ser hecha para las personas de más de 60 años o que padecen enfermedades crónicas, a quienes ahora la OMS también recomienda el uso de mascarillas médicas.

MATERIALES PARA LAS MASCARILLAS

Beller explicó que **lo ideal es combinar las telas y que la mascarilla tenga tres capas**, utilizando el material más absorbente (por ejemplo, el algodón) más cerca de la boca, lo que hará que, si se tose, las gotas de saliva se queden allí.

Por fuera debería ir el material más repele el agua, como el poliéster, mientras que como filtro (al medio) se podría utilizar el polipropileno, que es el material que se utiliza en las mascarillas quirúrgicas.

En muchos países las mascarillas más utilizadas son las de algodón hechas de manera artesanal, sea porque las mascarillas quirúrgicas escasean, porque están reservadas para el personal médico o porque resultan más baratas.

Utilizarlas es mejor que nada, pero el problema que tienen es que **“absorben mucho el agua, así que cuando se mojan hay que cambiarlas porque pueden estar contaminadas”**, mencionó Beller.

REGLAS PARA MASCARILLAS DE TELA

Las reglas para la utilización las mascarillas son tan importantes como el material del que estén hechas: **hay que lavarse o desinfectar las manos antes de colocarlas**, y si se usan por poco tiempo -por ejemplo, para un trayecto en autobús- **pueden ser guardadas en una bolsa de plástico** para volverlas a utilizar luego.

Lo recomendable es lavarlas todos los días, idealmente a 60 grados y, si esto no es posible, a mano, con agua, desinfectándolas un minuto con cloro y enjuagándolas muy bien a continuación.

Otro aspecto a tener en cuenta es que si están muy estiradas, no funcionan; que **deben cubrir nariz, boca y mentón**, y que deben estar bien pegadas al rostro por todos los lados.

En síntesis recomendaciones importantes de la Organización Mundial de la Salud (OMS) que entendemos vale la pena tener en cuenta para cuidarnos todos.-

SANTA FE, Junio 8 de 2020.-

