



Las mascarillas salvan vidas

Como su socio en el cuidado de la salud que se preocupa por el bienestar de todas las personas a las que servimos, Avera apoya a los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) al recomendar que use una mascarilla cada vez que esté cerca de personas que no viven en su hogar.

¿Cómo reducen las mascarillas la propagación de la COVID-19?

- Se ha demostrado que el uso de mascarillas reduce la transmisión de la COVID-19 y disminuye las hospitalizaciones y muertes.^{1,4}
- La COVID-19 se contagia a través de las gotitas de las vías respiratorias, incluso de personas que no presentan síntomas. Las mascarillas detienen las gotitas de las vías respiratorias antes de que lleguen a otras personas, evitando la propagación de la COVID-19.²

¿Puede alguien estar médicamente exento de usar una mascarilla?

- Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan que los niños menores de 2 años, las personas que tengan problemas para respirar o que estén inconscientes, incapacitadas o que no puedan quitarse la mascarilla por sí mismas no usen una mascarilla.

¿Qué sucede si no uso una mascarilla?

- Tiene mayor riesgo de infectarse con la COVID-19 si no usa una mascarilla. Si no puede usar una mascarilla, debe aislarse en casa.

¿Mi hijo debe usar una mascarilla en la escuela?

- Avera recomienda que todo el personal y los estudiantes usen mascarillas en la escuela, teniendo en cuenta el plan de educación individual del estudiante (IEP, individual education plan), si es necesario.

¿Está seguro si una persona usa una mascarilla y la otra no?

- Cuando usa una mascarilla, está protegiendo a otras personas de sus gotitas de las vías respiratorias.³
- Si todos usan una mascarilla, la COVID-19 se puede reducir a niveles controlables, evitando nuevas olas de la pandemia.⁵

¿Las personas sin síntomas pueden seguir contagiando la COVID-19?

- Sí. 10 % a 50 % de las personas con COVID-19 son asintomáticas, pero aún pueden contagiar la COVID-19.¹

¿Debe usar una mascarilla fuera de casa? O ¿solo es necesario usar una mascarilla en interiores?

- Debe usar una mascarilla cada vez que esté cerca de personas que no viven en su hogar.

¿Usar una mascarilla reduce sus niveles de oxígeno?

- No se ha demostrado que usar una mascarilla, incluso durante un período de tiempo prolongado, cause intoxicación por dióxido de carbono en personas sanas.⁶
- Los CDC recomiendan que los niños menores de 2 años, las personas que tengan problemas para respirar o las personas que estén inconscientes, incapacitadas o que no puedan quitarse la mascarilla por sí mismas no la usen.

¿Son suficientes las mascarillas de tela o lo único que importa es si está usando un respirador N-95?

- Los respiradores N-95 no son necesarios para el uso diario y pueden resultar incómodos y restrictivos.
- Los respiradores N-95 están hechos para proteger a los profesionales de la salud y a sus pacientes.
- Se ha demostrado que el uso correcto de las mascarillas de tela o desechables lo mantiene a salvo, especialmente cuando también practica el distanciamiento social y el lavado de manos frecuente.

Para obtener más información, visite avera.org/covid-19.



La misión de Avera es generar un impacto positivo en la vida y la salud de las personas y las comunidades mediante una prestación de servicios de calidad basada en los valores cristianos. Si cree que podría tener algún problema para pagar parte de su factura, comuníquese con su oficina comercial local o con el personal de facturación. De ese modo, examinaremos las opciones de pago que pueda haber disponibles para usted.