



5 ERRORES QUE DEBES EVITAR AL UTILIZAR CUBREBOCAS

El cubrebocas y las máscaras de plástico son herramientas que nos ayudan a evitar la inhalación de agentes dañinos o peligrosos, como partículas de polvo, vapores, gases o humo. También sirve contra microorganismos, como virus y bacterias, aunque en este caso, también ayudan a proteger a los demás cuando el usuario es el afectado, ya que impide que las expulse de su organismo.

Lamentablemente, la escases de estos artículos ha llevado a utilizar otras alternativas, como bufandas o polainas (acesorio para cubrir cuello y rostro). Esto no sólo es inefectivo, también contraproducente, ya que **la tela porosa rompe las partículas en otras más pequeñas, que tienen más probabilidades de permanecer en el aire por más tiempo**. Otros problemas pueden hallarse debido al uso incorrecto de las máscaras, como:

1. **Nariz fuera.** Quienes usan los cubrebocas de esta forma alegan que les permite respirar con mayor comodidad. Sin embargo, el uso de la mascarilla sobre la nariz asegura que las gotitas respiratorias o la mucosidad nasal no sean expulsadas, a la vez que proporciona protección contra las gotitas infecciosas de otras personas.
2. **Máscara alrededor de la barbilla.** Como señalamos, las cubiertas faciales están diseñadas para usarse sobre la nariz y la boca, esto permite detener la propagación de gotitas respiratorias o de exponerse a ellas. Al igual que en el caso anterior, colocarlas en torno a la barbilla dejando al descubierto la nariz y la boca, no sirve en absoluto.
3. **Barbilla expuesta.** Si bien la nariz y la boca están cubiertas, dejar la barbilla expuesta favorece que los virus entren en contacto con la piel de la cara y se transfieran fácilmente a los ojos, nariz o boca. Por ello, es importante asegurarse que el cubrebocas se adecúe correctamente para obtener el mejor rendimiento.
4. **Daño, desgaste y suciedad.** Cualquier rasgadura en el cubrebocas lo volverá ineficaz, ya que no permitirá cubrir correctamente. Esto también se aplica a las tiras o elásticos desgastados que no permiten que la mascarilla se ajuste a la cara.
5. **Manos sucias.** No sólo la higiene del cubrebocas es importante, también la de nuestras manos, ya que con ellas manipulamos nuestra mascarilla.

Vía: Clickisalud; Hola Doctor