



El Condado de Skagit y COVID-19: ¿Por qué usar una máscara?

el Oficial de Salud Pública del Condado de Skagit, Dr. Howard Leibrand, emitió un aviso de que todos los residentes del Condado de Skagit deben usar una máscara de tela cuando estén en público o en el trabajo. Esta misma recomendación también fue hecha por los Centros para el Control de Enfermedades. Culturalmente, los estadounidenses generalmente no usan máscaras como una herramienta generalizada para la prevención de enfermedades transmisibles, pero ayudan a evitar que se propaguen virus como COVID-19. Las máscaras son una forma muy simple de reducir la probabilidad de que usted obtenga o transmita COVID-19.

Las máscaras funcionan creando una barrera física entre usted y el resto del mundo. COVID-19 se propaga principalmente a través de gotitas respiratorias, que se crean cuando tose, estornudar o respirar. Usando una barrera sobre su nariz y boca, puede reducir la cantidad de gotas que se liberan al aire a su alrededor. Esto es particularmente importante en la lucha contra COVID-19 porque las personas pueden ser contagiosas antes de que se desarrollen los síntomas. Podría sentirse bien, y estar en el supermercado o en la farmacia ocupándose de sus propios negocios, y aún tiene el potencial de infectar o proteger a otros, dependiendo de si usas una máscara y mantiene su distancia social. Para obtener consejos sobre cómo hacer tu propia máscara casera, [visitar aquí](#).

Finalmente, el uso de una máscara no debe considerarse un sustituto de la práctica del distanciamiento social y otras prácticas recomendadas por el Departamento de Salud. Las máscaras funcionan mejor cuando se usan mientras observando buenas prácticas de distanciamiento social e higiene de manos.

La línea de fondo: cuando usa una máscara y mantiene la distancia social, puede ayudar a reducir la propagación de COVID-19 y proteger a quienes su rodean. Cuantas más personas usen máscaras de manera constante y mantengan el distanciamiento social en el trabajo o en público, cuanto más fuerte sea este efecto.

Una cosa a tener en cuenta: no use limpiadores químicos, como blanqueador, para limpiar o desinfectar sus máscaras de tela. Esto puede hacer que inhale accidentalmente productos químicos tóxicos. En vez, los CDC recomiendan lavar su máscara regularmente de la misma manera que lava su ropa. Intenta no colocar su máscara sobre superficies extrañas, y no toque su máscara (lo mismo que no tocaría su cara desnuda) mientras lo usa.