

# Pautas para el uso de mascarilla durante la pandemia de COVID-19

## Resumen de los cambios del 14 de marzo de 2022

- Se actualizó el documento para cumplir con los cambios de la [orden sobre el uso de mascarilla del secretario de Salud](#) (solo en inglés) y la [proclamación del gobernador](#) (solo en inglés).

## Introducción

Al usar mascarilla, ayuda a proteger a las personas que lo rodean y se protege usted también. A la hora de responder a esta pandemia, aprendimos que hay momentos y lugares en los que usar mascarilla puede reducir ampliamente la transmisión del COVID-19 de persona a persona, salvar vidas y ayudar a mantener la economía activa de manera segura e inteligente. Las estrategias de prevención estratificadas, como estar al día con las vacunas y usar mascarilla, pueden ayudar a prevenir enfermedades graves y reducir una posible sobrecarga del sistema de atención médica, especialmente cuando los niveles de contagio son elevados.

Según los CDC (por su sigla en inglés, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades), algunas mascarillas regulares y quirúrgicas ofrecen niveles de protección más altos que otras, y algunas pueden ser más difíciles de tolerar o usar constantemente que otras. Lo más importante es usar correctamente una mascarilla regular o quirúrgica que se ajuste bien, que sea cómoda para usted y que le brinde una buena protección. Puede obtener más información en la [página web de los CDC sobre distintos tipos de mascarilla \(en español\)](#).

Las personas con enfermedades del desarrollo, del comportamiento o médicas que no puedan usar mascarilla pueden usar un protector facial transparente con un paño cobertor. También pueden usarse protectores faciales con tela en la parte inferior; incluso los niños que asisten a programas de cuidado infantil, campamentos diurnos y escuelas K-12 (de kínder a 12.º grado) pueden usar este tipo de protección si no toleran las mascarillas ajustadas. Consulte las pautas del DOH (por su sigla en inglés, Departamento de Salud del Estado de Washington) para obtener información sobre el uso de mascarillas en [escuelas K-12, programas de cuidado infantil, aprendizaje temprano, desarrollo juvenil y campamentos diurnos \(en español\)](#).

Además, puede consultar la sección de los CDC sobre [consideraciones para grupos específicos de personas \(en español\)](#) si desea más información. El DOH no recomienda el uso de mascarillas con válvulas de exhalación o ventilación, ni de bandanas o cuellos de abrigo de una sola capa.

En el [lugar de trabajo](#), es posible que se requieran ciertos tipos de mascarillas regulares o quirúrgicas. Las mascarillas con válvula de exhalación pueden usarse de acuerdo con las pautas

publicadas por el DOH y el [L&I \(por su sigla en inglés, Departamento de Trabajo e Industrias del Estado de Washington\)](#) (solo en inglés).

Visite [el sitio web sobre mascarillas del DOH](#) (solo en inglés) para ver una lista de preguntas frecuentes sobre mascarillas.

## Obligaciones y órdenes de salud actuales

Las órdenes públicas actuales que les exigen a las personas el uso de mascarillas en determinados entornos incluyen las siguientes:

- [Centros de atención médica](#)
- Centros penitenciarios y cárceles (prisiones y cárceles de adultos)
- [Transporte público \(solo en inglés\)](#)

### Orden del Departamento de Salud del Estado de Washington

La [orden sobre el uso de mascarilla del secretario de Salud](#) (solo en inglés) exige que los residentes de Washington usen mascarillas en [centros de atención médica](#) y prisiones y centros penitenciarios de adultos, independientemente del estado de vacunación, con algunas pocas excepciones y exenciones. Las personas tienen la responsabilidad individual de cumplir esta orden. Sin embargo, los negocios también tienen la responsabilidad de hacerles cumplir esta orden a sus empleados y clientes. Consulte las órdenes a continuación para obtener más información.

### Orden federal

En la [orden de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(solo en inglés\)](#), encontrará las obligaciones relacionadas con el transporte público. Esta orden exige el uso de mascarilla para todos los pasajeros que se encuentran arriba del transporte público y en sus centros, incluidos aviones, barcos, ferris, trenes, subtes, autobuses, taxis y vehículos compartidos, entre otros. Los operadores de transporte público deben exigir que todos los pasajeros usen mascarilla al subirse al vehículo y bajarse de él, y durante todo el trayecto. Puede obtener más información en el [sitio web de los CDC para autoridades legales \(solo en inglés\)](#).

Los CDC no exigen el uso de mascarilla en autobuses o camionetas operados por sistemas escolares de K-12 públicos o privados o programas ECE (por su sigla en inglés, cuidado y educación para la primera infancia). Los sistemas escolares y los programas ECE pueden optar por exigir el uso de mascarilla en los autobuses o camionetas escolares, según su criterio. Para obtener más información sobre el transporte en autobús, consulte los [requisitos y pautas para mitigar la transmisión del COVID-19 en escuelas K-12, programas de cuidado infantil, aprendizaje temprano, desarrollo juvenil y campamentos diurnos](#) (en español).

### Proclamación del gobernador del estado de Washington

En la [proclamación 20-25.19: Washington listo para enfrentar el COVID-19 \(solo en inglés\)](#) y en la [proclamación 21-08: seguridad de los trabajadores \(solo en inglés\)](#), se encuentra información

sobre las responsabilidades y expectativas empresariales que involucran a clientes y empleados.

## Departamento de Trabajo e Industrias del Estado de Washington y proclamación del gobernador

Si bien el uso de mascarilla en la mayoría de los lugares de trabajo no es obligatorio según la proclamación del Gobernador mencionada anteriormente, las empresas privadas pueden seguir exigiéndolo si así lo desean. Le pedimos que respete las [normas del lugar](#). Además, según la [proclamación del gobernador sobre la seguridad de los trabajadores \(solo en inglés\)](#), algunos empleados que tienen ciertos riesgos de salud o que viven con personas que tienen riesgo de tener COVID-19 grave pueden necesitar o elegir usar mascarillas. Los trabajadores tienen derecho a usar mascarilla para protegerse y proteger a sus familias y comunidades. En 2021, la Legislatura aprobó el Proyecto de ley sustitutivo final del Senado 5254, que protege el derecho de los trabajadores a usar mascarilla durante una emergencia de salud pública. Esta protección está ahora reglamentada en la [sección 49.17.485 del RCW \(por su sigla en inglés, Código Revisado de Washington\) \(solo en inglés\)](#). Consulte los [requisitos y pautas para la prevención del COVID-19 \(solo en inglés\)](#) y las [preguntas frecuentes de COVID-19 sobre los requisitos de tapabocas y mascarillas para trabajadores \(solo en inglés\)](#) del L&I para obtener más información relacionada con los lugares de trabajo.

## Entidades y funcionarios de salud pública local

Los funcionarios de salud local tienen autoridad para emitir órdenes de salud a fin de controlar y prevenir la propagación de la enfermedad dentro de su jurisdicción. Estas órdenes pueden ser más estrictas que las estatales, pero no menos estrictas. Consulte con la [Jurisdicción del Sistema Local de Salud \(solo en inglés\)](#) y cumpla todas las órdenes de salud existentes en el área.

## Recomendaciones

Además de la información anterior, que establece los requisitos que se mantienen para el uso de mascarilla en entornos específicos, se incluyen a continuación las recomendaciones generales de salud pública que deben tenerse en cuenta.

### Recomendaciones sobre el uso de mascarilla en entornos concurridos que no sean centros de atención médica

Se recomienda el uso de mascarilla en espacios cerrados cuando sea posible en los siguientes contextos. Consulte las pautas específicas de cada sector a continuación.

- [Sitios que prestan servicios para personas sin hogar \(solo en inglés\)](#).
- [Entorno marítimo comercial \(solo en inglés\)](#) (por ejemplo, [buques de pesca comercial \[solo en inglés\]](#), buques de carga y cruceros).
- [Entorno laboral concurrido \(solo en inglés\)](#) en el que no es posible el distanciamiento físico debido a la naturaleza del trabajo, como depósitos, fábricas e instalaciones de envasado de alimentos y procesamiento de carne.

- Zonas de convivencia en residencias (sin incluir dormitorios), entre las que se incluyen centros de reinserción laboral, viviendas de transición, centros de rehabilitación o detención de menores y viviendas para trabajadores temporales.
- Espacios cerrados en los que haya personas encarceladas en prisiones de adultos, cárceles de adultos, centros de rehabilitación o de detención de menores (por ejemplo, salas de tribunales).

Las personas que viven o trabajan en los entornos mencionados deben seguir las mismas recomendaciones generales cuando no están en estos lugares (por ejemplo, cuando salen a la comunidad). Las autoridades de salud pública pueden exigir el uso de mascarilla en determinadas circunstancias, como cuando hay brotes.

Los establecimientos que no son centros de atención médica donde se congregan personas (como empresas y organizaciones) pueden exigir el uso de mascarilla en sus instalaciones. Estos establecimientos deben tener en cuenta todos los siguientes factores a la hora de decidir si exigen el uso de mascarillas:

- La vulnerabilidad de las personas en el establecimiento.
  - Las personas que no están [al día](#) (en español) con las vacunas contra el COVID-19 son más propensas a contagiarse de COVID-19 y enfermarse gravemente.
  - Las personas con [determinadas afecciones médicas](#) (en español) tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente de COVID-19.
- La calidad de la ventilación en el lugar: consulte las publicaciones [Ventilación y calidad del aire para reducir la transmisión de COVID-19 \(wa.gov\)](#) (solo en inglés) y [Ventilación en edificios \(CDC\)](#) (en español) para obtener información y opciones de ventilación para sitios con y sin sistemas de HVAC (por su sigla en inglés, calefacción, ventilación y aire acondicionado).
- La capacidad de las personas para distanciarse físicamente en el lugar.
- La sospecha o confirmación de un brote de COVID-19 en el lugar: se recomienda especialmente el uso de mascarilla en espacios cerrados cuando se produce un brote en un entorno concurrido que no es un centro de atención médica.
- Cuando los niveles de la enfermedad en las comunidades son altos, los CDC y el DOH recomiendan que todas las personas usen mascarilla en los espacios cerrados, independientemente del estado de vacunación. Consulte la publicación [Niveles de COVID-19 en las comunidades de los CDC \(en español\)](#).

Estos establecimientos no deben disuadir a las personas de usar mascarilla si deciden hacerlo. Consulte a continuación las recomendaciones para el uso individual de mascarilla y las consideraciones basadas en el riesgo.

### Recomendaciones para el uso individual de mascarilla

Las personas con síntomas, una prueba con resultado positivo o el contacto con alguien con COVID-19 deben usar mascarilla, de acuerdo con las publicaciones [Qué hacer si obtiene un resultado positivo en la prueba de COVID-19 \(solo en inglés\)](#), [Qué hacer si existe la posibilidad de que haya estado en contacto con alguien que tiene COVID-19 \(solo en inglés\)](#) y los [árboles de](#)

[decisión según los síntomas de COVID-19](#) (en español). Las personas deben usar mascarilla si así lo requiere el lugar en el que se encuentran. Consulte la sección [Obligaciones y órdenes de salud actuales](#) para obtener información sobre requisitos.

Incluso si las circunstancias anteriores no corresponden, las personas pueden usar mascarilla según su preferencia personal, en función del nivel de riesgo personal o comunitario. Las personas deben tener en cuenta los siguientes factores a la hora de decidir si usar mascarilla:

- El estado de vacunación individual y el estado de vacunación de la familia, los amigos y otras personas del entorno: las personas que no están [al día](#) con las vacunas contra el COVID-19 son más propensas a contagiarse de COVID-19 y enfermarse gravemente.
- Las [afecciones médicas](#) (en español) individuales y de la familia, los amigos y otras personas del entorno que aumentan el riesgo de enfermarse gravemente de COVID-19.
- Las características del entorno en el que se encuentra (por ejemplo, hacinamiento o mala ventilación).
- Cuando los niveles de la enfermedad en las comunidades son altos, los CDC y el DOH recomiendan que todas las personas usen mascarilla en los espacios cerrados, independientemente del estado de vacunación. Consulte la publicación [Niveles de COVID-19 en las comunidades](#) de los CDC.

## Más información y recursos sobre el COVID-19

Manténgase actualizado sobre la [situación actual del COVID-19 en Washington \(en español\)](#), las [proclamaciones del gobernador Inslee \(solo en inglés\)](#), los [síntomas \(solo en inglés\)](#), [cómo se propaga la enfermedad \(solo en inglés\)](#) y [cómo y cuándo deben hacerse pruebas las personas \(en español\)](#). Para obtener más información, visite nuestra página de [preguntas frecuentes \(solo en inglés\)](#).

La raza, etnia o nacionalidad de una persona no implican un mayor riesgo de contraer COVID-19. Sin embargo, los datos revelan que las comunidades de color están siendo afectadas de manera desigual por el COVID-19. Esto se debe a los efectos del racismo y, en particular, al racismo estructural, que deja a algunos grupos con menos oportunidades de protegerse y proteger a sus comunidades. [Los estigmas no contribuyen a combatir la enfermedad \(solo en inglés\)](#). Comparta información precisa con los demás para evitar que se propaguen rumores y desinformación.

- [Departamento de Salud del Estado de Washington 2019. Brote de nuevo coronavirus \(COVID-19\) \(en español\)](#)
- [Respuesta del estado de Washington ante el coronavirus \(COVID-19\) \(en español\)](#)
- [Encuentre su departamento o distrito de salud local \(solo en inglés\)](#)
- [Información sobre el coronavirus \(COVID-19\) de los CDC \(solo en inglés\)](#)
- [Cómo hacer una mascarilla accesible y fácil de usar para las personas con sordera \(HSDC \[por su sigla en inglés, Centro de Audición, Lenguaje y Sordera\]\) \(solo en inglés\)](#)

**¿Tiene alguna otra pregunta?** Llame a nuestra línea directa de información sobre el COVID-19: **1-800-525-0127**.

Puede llamar los lunes, de 6 a. m. a 10 p. m., y de martes a domingo y [días feriados estatales \(solo en inglés\)](#), de 6 a. m. a 6 p. m. Para obtener servicios de interpretación, **presione #** cuando lo atiendan y **diga su idioma**. Si tiene preguntas relacionadas con su propia salud, la prueba de detección de COVID-19 o los resultados de las pruebas, comuníquese con un proveedor de atención médica.

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 ([Washington Relay](#)) o enviar un correo electrónico a [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).

## Anexo A: glosario

### Centros de atención médica

Según la [orden sobre el uso de mascarilla del secretario de Salud \(solo en inglés\)](#), los centros de atención médica y los centros de atención a largo plazo son cualquier entorno público o privado que se usa principalmente para la prestación de servicios de atención médica presencial a las personas, con algunas excepciones. Si se encuentra en un lugar cuyo uso principal es la prestación de servicios de atención médica, como un hospital, significa que la totalidad de las instalaciones es un centro de atención médica o un centro de atención a largo plazo, y se debe usar mascarilla en todo el lugar, sujeto a las excepciones y exenciones de la orden de uso de mascarilla. Si se encuentra en un lugar cuyo uso principal es otro, como una farmacia dentro de una tienda o una enfermería de una escuela, el concepto de centro de atención médica o centro de atención a largo plazo incluye solo las áreas que se utilizan principalmente para la prestación de asistencia médica, pero no las demás áreas del lugar. Se debe usar mascarilla en las áreas utilizadas principalmente para la prestación de asistencia médica, sujeto a las excepciones y exenciones de la orden de uso de mascarilla. A menos que se excluya a continuación, los proveedores de atención médica son las personas autorizadas según la lista de [requisitos de acreditación de profesionales de la salud](#) (solo en inglés), así como las personas a las que la ley permite prestar servicios de atención médica sin poseer una credencial. **Todos los empleados y visitantes, además de los profesionales de la salud, tienen la obligación de usar mascarilla cuando se encuentren en espacios cerrados de centros de atención médica.**

A continuación, se presenta una lista no exhaustiva de los centros de atención médica y de atención a largo plazo:

- Centros de cuidados intensivos, incluidos, entre otros, los hospitales.
- Centros de cuidados intensivos a largo plazo.
- Centro de rehabilitación con internación.
- Centros de salud conductual con internación, entre los que se incluyen centros de evaluación y tratamiento, centros residenciales de tratamiento y centros de desintoxicación segura.
- Centros de atención residencial a largo plazo, entre los que se incluyen residencias para la tercera edad, centros de vida asistida, hogares familiares para adultos, centros en los que se prestan servicios y ayudas residenciales comunitarias certificadas y centros residenciales de atención médica ampliada.
- Clínicas móviles u otros vehículos en los que se preste atención médica.
- Centros para pacientes ambulatorios, entre los que se incluyen centros de diálisis, consultorios médicos y los centros de salud conductual (incluidos los consultorios de psiquiatras, consejeros de salud mental y profesionales de trastornos por consumo de sustancias).
- Centros odontológicos y de especialidades dentales.
- Centros de optometría y oftalmología.
- Farmacias (sin incluir las zonas comerciales).

- Consultorios de masajes (esto incluye áreas designadas donde se administran masajes dentro de entornos que no son del área de la salud, como *spas* y centros de bienestar y actividad física).
- Consultorios quiroprácticos.
- Consultorios de parteras y centros de parto independientes.
- Centros de aislamiento o cuarentena.
- Centros de cirugía ambulatoria.
- Centros de atención de urgencia.
- Centros de cuidados paliativos.
- Centros en los que proveedores privados prestan servicios de atención médica a domicilio, atención personalizada o cuidados paliativos.

El concepto de centros de atención médica y de atención a largo plazo no incluye los siguientes contextos:

- Lugares donde se celebran eventos deportivos, espectáculos u otras reuniones (incluso cuando entrenadores acreditados asisten a jugadores), que no sean áreas utilizadas principalmente para la prestación de servicios de atención médica, como las áreas designadas de primeros auxilios (que son entornos del área de la salud).
- Hogares de acogida con licencia del DCYF (por su sigla en inglés, Departamento de Niños, Jóvenes y Familias) que no prestan principalmente servicios de atención médica.
- Centros de investigación en los que no se presta atención médica a las personas.
- Centros de atención veterinaria.
- Agencias de control de animales.
- Sociedades humanitarias sin fines de lucro.
- Establecimientos de venta de marihuana, incluidos aquellos en los que haya asesores de marihuana medicinal prestando sus servicios.

Si el centro de atención médica exige el uso de mascarilla en espacios al aire libre, debe cumplir con sus normas. Consulte el concepto [“normas del lugar”](#) que se menciona más abajo para obtener más información. Consulte la página sobre [prevención del COVID-19 en centros de atención médica](#) (solo en inglés) para obtener pautas detalladas, incluidas las relacionadas con [el control en la fuente](#) (solo en inglés) y las pautas de visita a determinados centros de atención médica.

## Normas del lugar

Los negocios, las organizaciones, los centros y los establecimientos tienen derecho a establecer sus propias normas con respecto al uso de mascarilla. Los negocios están obligados a seguir todos los requisitos de las [pautas del L&I](#) (solo en inglés) y pueden optar por exigir el uso de mascarilla en ciertos entornos (por ejemplo, al aire libre) y ser más restrictivos que lo que propone la [orden sobre el uso de mascarilla del secretario de Salud](#) (solo en inglés).

Los funcionarios locales de salud pública también pueden establecer órdenes de uso de mascarilla más restrictivas para limitar la transmisión en la comunidad. Estas normas pueden ser más restrictivas que la [orden sobre el uso de mascarilla del secretario de Salud](#) (solo en inglés), pero no pueden ser menos restrictivas.



Además, es posible que algunas personas necesiten o decidan seguir usando mascarilla. Tienen derecho a elegir usar mascarilla en espacios públicos incluso si las órdenes sobre el uso de mascarilla estatales o locales no están vigentes. Le solicitamos que respete la elección de usar mascarilla para protegerse y proteger a su familia y a sus comunidades. Tenga en cuenta que, si elige usar mascarilla, se le puede pedir que se la quite brevemente en situaciones como las de identificación.