

# escola de pais



Olga Fernández  
Coordinadora de Urgencias  
Pediátricas de Cosaga



## LA PEDIATRA HABLA

# ¿Cuál es la mejor mascarilla infantil?

### PARA LOS NIÑOS, TENEMOS TRES TIPOS DE MASCARILLAS

1. Tenemos la mascarilla quirúrgica, pero con un tamaño más pequeño para niños. La mascarilla tiene que cubrir nariz, boca y barbilla y que quede ajustable por los lados. En los niños la quirúrgica no ajusta bien, a veces habría que hacer un nudo en las gomas para ajustarlo.
2. Las de protección, FFP2 es para los niños más vulnerables porque protegen a quien lo lleva.
3. Las mascarillas higiénicas son las más recomendadas para los niños, por la norma UNE 0065. Es importante porque las telas tienen que garantizar y cumplir unos requisitos mínimos de eficacia de Filtración de gérmenes

(Por ejemplo si tiene una costura en el centro ya no se puede garantizar una filtración correcta) y de respirabilidad (porque una elevada respirabilidad nos costará más coger aire y terminaremos sacándola). La respirabilidad, es un indicador de la comodidad de uso. Las nuevas mascarillas homologadas UNE 0065 no necesitan filtro.

4. Hay un segundo tipo de mascarillas que no cumplen las normas de homologación, pero los fabricantes han hecho sus propios tests y alegan que cumplen los criterios de eficacia y respirabilidad. Algunas tienen un filtro de protección. No hay filtros homologados. Lo que si se recomienda es evitar poner filtros caseros, como cuando empezó la pandemia.
5. También hay que desconfiar

de las mascarillas en las que se indica que tiene un tejido FFP2. Es importante desmentirlo, porque FFP2 no es un tejido, es una certificación que mide muchos parámetros.

+ Están prohibidas las mascarillas con válvula.

### ¿CÓMO SE DESINFECTAN LAS MASCARILLAS HIGIÉNICAS REUTILIZABLES?

1. Lavar en lavadora con detergente, siempre a una temperatura entre 60-90°C. ciclo normal de lavado.
2. Como segunda vía, se propone sumergir las mascarillas en una dilución de lejía 1:50 (1 ml de lejía, 50 ml de agua) siempre agua tibia durante 30 minutos y lavar posteriormente con agua y jabón y aclarar para eliminar cualquier resto de lejía.

3. Y por último usar Sprays viricidas autorizados por el Ministerio de Sanidad, mirar en la Web los viricidas que se recomiendan y autorizados por las autoridades sanitarias. Ventilar una hora, si se puede poner al sol.

4. También desinfectar mascarillas con alcohol sin que pierda la propiedad hidrófuga. Si bien la solución más fácil según explican los farmacéuticos es la de pulverizar con una solución de alcohol (sirve tanto el de 70° como el de 96°)

y dejar airear y secar (si es al sol mucho mejor) durante una hora aproximadamente.

### ¿Y LAS MASCARILLAS FFP2?

Si están nuevas, no se han desgastado ni humedecido, al llegar a casa guardar a temperatura ambiente y en material transpirable. Nunca guardar herméticamente. Lo ideal es en papel o tela, nunca en plástico. Una solución sería guardar en una caja de zapatos en el balcón y reutilizar al tercer o cuarto día.

### Los tipos de mascarillas

No todas las mascarillas protegen por igual. Los especialistas consideran que las de fabricación casera de tela apenas sirven de protección contra el coronavirus y las más habituales impiden que el enfermo difunda el virus, pero no sirven para protegerse de una infección. Esta es una clasificación según los distintos tipos de protección.

Equipo	Tipo	Protección de quien la lleva contra organismos infecciosos	Para no contagiar. Evita la emisión de organismos infecciosos	Propiedades
Mascarillas autofiltrantes desechables. Protegen de fuera hacia dentro y sirven para prevenir el contagio. Siguen la norma EN 149  Las reutilizables llevan una marca "R".  Las no reutilizables servirían para un único turno. Llevan "NR"	FFP 1 sin válvula de exhalación 	●	●	Equipo de protección pero con filtración mínima. No protege frente a organismos infecciosos. Limita la propagación del contagio
	FFP 2 sin válvula de exhalación 	●	●	Protege y limita la propagación del contagio
	FFP 3 con válvula de exhalación 	●	●	Todas las mascarillas autofiltrantes FFP 3 disponen de válvula de exhalación. Protege pero no limita la propagación del contagio
	FFP 2 con válvula de exhalación 	●	●	Protege pero no limita la propagación del contagio
Quirúrgicas. Protegen de dentro hacia afuera. Sirven para que alguien enfermo no contagie. En este grupo se incluyen las fabricadas en casa, aunque éstas sin ninguna homologación.	Mascarilla quirúrgica desechable 	●	●	No es un equipo de protección. No protege pero limita la propagación del contagio.
	Mascarilla higiénica desechable 	●	?	No es un equipo de protección. No protege pero limita la propagación del contagio. No sujeto a norma, eficacia no testada
Protegen de fuera hacia dentro. Siguen la norma EN 140 	Semimáscara buconasal con filtros	●	●	Todas disponen de válvulas de exhalación. Protege pero no limita la propagación del contagio. Reutilizable

