

No sobran las medidas de protección

GRANMA :: 03/08/2020

El uso prolongado de las mascarillas médicas, cuando se llevan puestas correctamente, no provoca intoxicación por CO2 ni hipoxia

La mascarilla es vital. Estudios realizados en torno a la COVID-19 muestran que la tos y los estornudos fuertes, además de generar gotas que se expanden a una distancia apreciable, emiten igualmente finas partículas de aerosol que transportan el virus a mayor distancia, más en ambientes cerrados con poco intercambio de aire. Ello explica la importancia de nuestro nasobuco.

El uso prolongado de las mascarillas médicas, cuando se llevan puestas correctamente, no provoca intoxicación por CO2 ni hipoxia.

Una vez puesta la mascarilla médica, compruebe que está bien colocada y que le permite respirar con normalidad. No reutilice una mascarilla desechable y cámbiela cuando se humedezca.

No se recomienda usar mascarilla durante el ejercicio físico. En este caso, lo importante para protegerse es mantener al menos un metro de distancia de las demás personas.

Como medida de precaución, especialmente en hogares, donde haya bebés y niños pequeños que gateen o jueguen en el suelo, considere dejar los zapatos a la entrada de su casa. Esto ayudará a prevenir el contacto con la suciedad o cualquier desecho que pueda ser transportado en las suelas de los zapatos.

Las personas que fuman tienen mayor riesgo de contraer la enfermedad por coronavirus, porque se llevan constantemente la mano a los labios. Y, en caso de resultar infectadas, corren mayor riesgo de desarrollar un cuadro grave, porque su función pulmonar se encuentra deteriorada.

<https://www.lahaine.org/mundo.php/no-sobran-las-medidas-de>