



HOSPITAL NACIONAL "DANIEL ALCIDES CARRION"



RECOMENDACIONES EN EL USO DE MASCARILLAS EN LA COMUNIDAD EN LOS BROTES DE INFLUENZA A (H1N1)

OMS, 3 de MAYO 2009

Guía interina

Este documento provee una guía provisional para el uso de las mascarillas en las comunidades que han reportado brotes causados por el nuevo virus de influenza A (H1 N1). Será revisada tan pronto como mayores datos estén disponibles.

Antecedentes

Actualmente, la evidencia sugiere que la principal ruta de transmisión humano-humano del nuevo virus influenza A (H1 N1) es la vía respiratoria a través de las gotitas que se expelen al hablar, estornudar o toser.

Cualquier persona en contacto cercano (aprox. 1 metro) de alguien con síntomas similares a la influenza (fiebre, estornudos, tos, congestión nasal, escalofríos, mialgias, etc.) está en riesgo de estar expuesta a las gotitas potencialmente infecciosas.

En el entorno del cuidado de la salud, los estudios que evalúan medidas para reducir la propagación de virus respiratorios sugiere que el uso de mascarillas podría reducir la transmisión de la influenza. Las recomendaciones sobre el uso de las mascarillas en el ámbito del cuidado de la salud están acompañadas de información sobre medidas adicionales que podrían tener impacto en su efectividad, tales como el entrenamiento en el correcto uso, insumos adecuados y facilidades para la apropiada eliminación de las mismas. En la comunidad, sin embargo, los beneficios de portar mascarillas no ha sido establecido, especialmente en áreas abiertas, a pesar de estar en contacto cercano con una persona con síntomas similares a la influenza.

Sin embargo, muchos individuos desearían portar mascarillas en el hogar o la comunidad, particularmente si están en contacto cercano con una persona con síntomas similares a la influenza, por ejemplo, mientras se provee cuidado a los miembros de la familia. Además, el usar una mascarilla puede permitir que un individuo con síntomas similares a la influenza cubra su boca y nariz ayudando a contener las gotitas provenientes de la vía respiratoria, una medida que es parte de la etiqueta al toser.

Usar una mascarilla incorrectamente, sin embargo, podrían incrementar verdaderamente el riesgo de transmisión, antes que reducirlo. Si las mascarillas han de ser usadas. Esta medida debería



HOSPITAL NACIONAL "DANIEL ALCIDES CARRION"



combinarse con otras medidas generales para ayudar a prevenir la transmisión de la influenza humano-humano, entrenando en el correcto uso de las mascarillas y considerando los valores culturales y personales.

Recomendación General

Es importante recordar que en la comunidad las siguientes medidas generales podrían ser más importantes que portar la mascarilla en prevenir la diseminación de la influenza.

Para individuos que están bien:

Mantener la distancia de al menos 1 metro de cualquier individuo con síntomas similares a la influenza y :

- Evitar tocarse boca y nariz
- Realizar higiene de manos con frecuencia, lavado con agua y jabón o usar una solución para limpieza de manos a base alcohol, especialmente si se toca la boca y nariz así como superficies potencialmente contaminadas.
- Reducir tanto como sea posible el tiempo de contacto cercano con gente que podría estar enferma.
- Reducir tanto como sea posible el tiempo en lugares llenos de gente
- Mejorar el flujo de aire en las viviendas abriendo las ventanas tanto como sea posible.

Para individuos con síntomas similares a la Influenza:

- Estar en casa si no se siente bien y seguir las recomendaciones de salud pública de la localidad
- Mantener distancia de los individuos sanos (al menos 1 metro)
- Cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar, con pañuelos desechables o cualquier otro material similar para contener secreciones respiratorias. Eliminar el material inmediatamente después del uso o lavarlo. Lavarse las manos inmediatamente después del contacto con secreciones respiratorias.
- Mejorar el flujo de aire en la vivienda abriendo ventanas lo más que sea posible.

Si se portan mascarillas, el adecuado uso y eliminación es esencial para asegurar su efectividad y evitar cualquier incremento en el riesgo de transmisión asociada con el incorrecto uso de las



HOSPITAL NACIONAL "DANIEL ALCIDES CARRION"



mascarillas. La siguiente información en el uso correcto de las mascarillas deriva de las prácticas en el ámbito del cuidado de la salud.

- Colocar la mascarilla cuidadosamente para cubrir boca y nariz y atarla asegurándola para minimizar cualquier rendija entre el rostro y la mascarilla.
- Mientras se use, evitar tocar la mascarilla
 - Al tocar la mascarilla en uso, por ejemplo al removerla o lavarla, lavarse las manos con agua y jabón o usar una solución para lavado de manos a base de alcohol.
- Reemplazar la mascarilla por una mascarilla nueva y seca tan pronto como se humedezca.
- No reusar mascarillas de un solo uso
 - Descartar mascarillas de un solo uso después de cada uso y eliminarlas inmediatamente después de removerlas.

Aunque algunas alternativas para las mascarillas médicas estándar son usadas con frecuencia (mascarillas de tela, mascarillas de papel, bufandas, trapos atados sobre nariz y boca), no existe suficiente información disponible sobre la efectividad de las mismas. Si tales alternativas son usadas, sólo deben ser usadas una vez o en el caso de las mascarillas de tela deben ser lavadas entre uso y uso (lavar con detergente común a temperatura normal). Deben ser removidas inmediatamente después de usadas. Las manos deben de lavarse inmediatamente luego de remover la mascarilla.

1 El termino mascara es usado aquí para incluir aquellas mascarar improvisadas o hechas a mano, mascarar para el polvo, mascarar quirúrgicas (también llamadas mascarar medicar). Las mascarar tienen varios usos. Ellas son frecuentemente de un solo uso y denominadas como quirúrgicas, dentales, de procedimientos médicos, de aislamiento, mascarar para láser o polvo. Las mascarar frecuentemente usadas fuera de las instituciones de salud pueden también ser hechas de tela, papel o materiales similares. Las mascarar, en nombres y estándares difieren entre los países.

2. Jefferson T, Foxlee R, Del Mar C et al. Intervenciones físicas para interrumpir o reducir la difusión de virus respiratorios. Revisión sistemática. *BMJ* 2008; 336:77-80.

3. En algunas instituciones donde están disponibles las soluciones para manos basadas en alcohol y los temas de seguridad (como peligro de incendio e ingestión accidental) son adecuadamente dirigidos, su uso apropiado (frote de manos por 20 a 30 segundos) podría ser promovido como un medio de desinfección.

4. Las Guías interinas para la prevención de infecciones y el control de la propensión de la epidemia o pandemia de la enfermedad respiratoria aguda en el cuidado de la salud de la OMS están disponibles en:
http://www.who.int/csr/resources/publications/WHO_CD_EPR_2007_6/en/index.html.