



Requisitos para el uso de cubiertas faciales y mascarillas 29 de marzo de 2021

Carolina del Norte tomó acción temprana y agresiva para frenar la propagación del COVID-19 en nuestro estado. Estas acciones evitaron que nuestros sistemas de atención médica se vieran abrumados y proporcionaron tiempo valioso para desarrollar la capacidad de nuestro estado para responder a esta crisis. Ahora, estamos viendo un aumento de casos y hospitalizaciones por COVID-19 en todo nuestro estado. Con más habitantes de Carolina del Norte que abandonan sus hogares a medida que relajamos las restricciones, aumenta el riesgo de exposición e infección al COVID-19.

Tenemos metas importantes: proteger a nuestras familias, amigos y vecinos para que no se enfermen gravemente, restaurar nuestra economía, hacer que la gente vuelva al trabajo y que nuestros hijos vuelvan a la escuela. Para lograr estos objetivos, debemos permanecer atentos y continuar trabajando juntos para combatir la propagación de COVID-19 mediante la adopción de acciones preventivas para frenar la propagación de COVID-19. Las acciones preventivas incluyen recordar las 3 Ms:

MASCARILLA - Usar una mascarilla de tela cubriendo nariz y boca. MANTENER - 6 pies (2 metros) de distancia. Evitar estar cerca de los demás. MANOS - Lavarse las manos con frecuencia o usar desinfectante para manos.

En los últimos meses, hemos aprendido mucho sobre la transmisión de COVID-19. Ahora sabemos que las personas que están infectadas, pero no presentan síntomas, pueden infectar a otras al esparcir gotitas respiratorias a través de actividades como hablar, toser, reír y cantar. Nuevas evidencias científicas sugieren que el uso público de mascarillas puede ayudar a reducir la transmisión de enfermedades. Las mascarillas no sustituyen a otras prácticas importantes de prevención y deben usarse **además** de mantenerse a una distancia de 6 pies, lavarse las manos y quedarse en casa cuando está enfermo.

Este documento actualiza el lineamiento existente de NC DHHS para el uso de mascarillas por parte del público en general cuando está fuera del hogar. Este exige que las mascarillas se usen en todo el estado como se describe a continuación, y no sustituye el lineamiento existente sobre el distanciamiento social y el lavado de manos.

Guía para las personas

Desde el 23 de noviembre, se requiere el uso de mascarillas cuando se encuentren en todos los entornos públicos interiores alrededor de personas que no sean miembros del mismo hogar o residencia, independientemente de la distancia que mantengan, a menos que se aplique una excepción. Las mascarillas también son requeridas en entornos públicos al aire libre si las personas no pueden mantenerse a seis pies de distancia de personas que no son del mismo hogar.

Excepciones. Las mascarillas no necesitan ser usadas por una persona, trabajador, cliente o patrón en lugares públicos y entornos comerciales que:

- a. Tiene una afección médica o de comportamiento, o discapacidad y no puede usar una cubierta facial (incluyendo, pero no limitado a, cualquier persona que tenga problemas para respirar, o esté inconsciente o discapacitada, o que no pueda ponerse o quitarse la cubierta facial sin ayuda);
- b. Tiene menos de cinco (5) años (consulte la guía escolar de Escuelas Fuertes Herramientas de Salud Pública para conocer los requisitos para los entornos escolares K-12);
- c. Está comiendo o bebiendo;
- d. Está nadando;
- e. Necesita comunicarse con alguien con pérdida auditiva de una manera que requiera que la boca sea visible;
- f. Está dando un discurso para una transmisión o a una audiencia;
- g. Trabaja en casa o está solo en un vehículo;
- h. Se quita temporalmente la cobertura facial para obtener servicios gubernamentales o servicios de atención médica o para fines de identificación;
- i. Estaría en riesgo si usa una cubierta facial en el trabajo, según lo determinen los reguladores locales, estatales o federales o en las pautas de seguridad en el lugar de trabajo;
- j. Ha descubierto que el hecho de cubrirse la cara impide la visibilidad para operar máquina/equipo o un vehículo;
- k. Es un niño cuyo padre, tutor o persona responsable no ha podido colocar la cubierta facial de manera segura en la cara del niño (los niños menores de dos (2) años no deben usar una cubierta facial); o
- l. Es: un (1) atleta profesional o universitario que está haciendo ejercicio intensamente o se está recuperando del ejercicio y (2) está entrenando o participando en un deporte que está bajo la supervisión de una liga, asociación u otro organizador que requería que los equipos y jugadores siguieran un protocolo para reducir el riesgo de COVID-19.

NCDHHS tiene recomendaciones adicionales para mejorar el uso de la mascarilla según la guía de los centros CDC. Para garantizar que las mascarillas protejan al máximo posible, NCDHHS recomienda que:

- Se asegure de que su mascarilla se ajuste perfectamente a su cara y cubra su nariz y boca. Para ayudar con un ajuste perfecto, puede usar una mascarilla con una tira de metal en la parte superior de la mascarilla.
- Use dos o más capas para cubrir su rostro. Puede hacer esto usando una cubierta facial de tela con dos o más capas o usando una mascarilla desechable (a veces llamada mascarilla quirúrgica o mascarilla de procedimiento médico) debajo de una mascarilla de tela.
- No use dos mascarillas desechables.
- Se asegure de poder ver y respirar con facilidad.

Para obtener información adicional sobre cómo mejorar el uso de mascarillas, consulte las pautas actualizadas de los centros CDC.

Guía para empresas

Se requiere que las empresas pidan a sus clientes y empleados que usen mascarillas, ya sea que estén adentro o afuera, a menos que se aplique una excepción.

Requisitos para el uso de cubiertas faciales y mascarillas – 29 de marzo de 2021

Los empleadores que tienen trabajadores que realizan trabajos fuera de su hogar en Carolina del Norte y que aún no han proporcionado mascarillas para sus trabajadores deben hacer esfuerzos de buena fe, tan pronto como sea posible, para proporcionar un suministro de una semana de mascarillas reutilizables o una nueva cubierta facial desechable todos los días para que los trabajadores lo utilicen en su lugar de trabajo. Se deben proporcionar nuevas mascarillas durante la jornada laboral si la cubierta facial del trabajador se ensucia, se rasga o se moja.

Guía para el uso de mascarillas al hacer ejercicio

Se requiere que todos los trabajadores e invitados usen mascarillas cuando estén dentro de un gimnasio o lugar de recreación, establecimiento, independientemente de que estén haciendo ejercicio. Todas las personas deben usar una cubierta facial si están:

- Al aire libre/ exterior y a menos de los seis pies de alguien que no reside en el hogar de la persona; o
- En interiores y no dentro de su propia casa; o
- En el interior de la casa y a menos de los seis pies de alguien que no reside en el hogar de la persona.

Sin embargo, las personas no necesitan cubrirse la cara mientras hacen ejercicio si:

- Hay una de las excepciones mencionadas anteriormente, como una afección médica o conductual;
- Si tienen síntomas durante el ejercicio intenso, como dificultad para respirar, mareos o aturdimiento
- Si usan equipo como un protector bucal o casco y tiene problemas para respirar;
- Si están realizando alguna actividad en la que la cubierta facial pueda enredarse y provocar asfixia, o afecte la vista en actividades de alto riesgo como gimnasia, animación o saltos con giros o
- Si realizan actividades que pueden hacer que la cobertura facial se moje, como nadar u otras actividades en una piscina, lago, parques acuáticos o lugares similares.

Guía para escuelas

A todos los adultos (trabajadores, maestros, invitados, otros más) y niños mayores de cinco (5) años en los planteles escolares públicos y no públicos de Carolina del Norte se les requiere que usen una cubierta facial:

- Cuando estén al aire libre y a menos de 6 pies de otra persona, a solo que haya una excepción;
- Cuando estén adentro, en todo momento a menos que se aplique una excepción.

Para obtener más información sobre la orientación escolar, consulte

[Escuelas Fuerte NC Herramientas para Salud en las escuelas pública](#) y [Escuelas Fuerte NC Herramientas para salud en las escuelas que no son pública.](#)

Consulte las preguntas frecuentes sobre las mascarillas en el sitio web: [FAQ](#).



Mantenernos separados nos une.
Proteja a su familia y vecinos.

Obtenga más información en nc.gov/covid19.



NC DEPARTMENT OF
HEALTH AND
HUMAN SERVICES