

Pautas para el uso de mascarillas para padres/tutores
Woodstock CUSD 200

Pautas para el uso de mascarillas:

Todas las personas en las escuelas deben usar mascarillas en todo momento a menos que sean menores de 2 años, tengan problemas para respirar o estén inconscientes, incapacitados o que no puedan quitarse la mascarilla sin ayuda.

Se deben usar mascarillas dentro del edificio incluso cuando se mantenga el distanciamiento social recomendado. No es necesario usar mascarillas afuera si se mantiene una distancia física de 6 pies. Las escuelas desarrollarán estrategias y prácticas para que los estudiantes y el personal tomen descansos seguros y periódicos durante todo el día para quitarse las mascarillas. Las familias que tienen inquietudes sobre el uso de mascarillas deben comunicarse con el director de la escuela.

Qué tal funcionan las mascarillas de tela:

Las mascarillas de tela pueden evitar que la persona que la usa arroje gotas de saliva al hablar, estornudar o toser. Si todos usan una mascarilla cuando están en público, el riesgo de estar expuesto al virus puede reducirse. Dado que las personas pueden transmitir el virus antes de que comiencen los síntomas, o incluso si las personas nunca tienen síntomas, usar una mascarilla de tela puede proteger a otras personas a su alrededor.

Consideraciones generales para el uso de mascarillas de tela:

Cuando use una mascarilla de tela para la cara, asegúrese de que:

- La boca y la nariz estén completamente cubiertas.
- La mascarilla se ajusta perfectamente a los lados de la cara para que no haya espacios
- No tiene ninguna dificultad para respirar mientras usa la mascarilla
- La mascarilla se puede atar o asegurar para evitar resbalones
- Lavar la mascarilla después de cada uso en la lavadora o con una solución de lejía a mano. Deje que se seque por completo.
- Las pañoletas de cuello (polainas de cuello) y los pañuelos no están permitidos para cubrirse la cara.
- No se permite el uso de mascarillas con válvulas.

Se recomienda que los estudiantes traigan al menos dos mascarillas a la escuela todos los días. Es posible que sea necesario cambiar la mascarilla durante el día si el estudiante tose o estornuda y la mascarilla se satura o se vuelve incómoda de usar. Los estudiantes y el personal deben asegurarse de que la boca y la nariz estén completamente cubiertas y que la mascarilla se ajusta perfectamente a los lados de la cara para que no haya huecos.

Cómo ponerse la mascarilla:

1. Lávese las manos con agua y jabón o desinfectante para manos antes de tocar la cubierta facial.
2. Asegúrese de que no haya rasgaduras o agujeros obvios en la mascarilla.
3. Si está usando una máscara desechable, el lado de la mascarilla que tiene un borde flexible rígido es la parte superior y está destinado a moldearse a la forma de su nariz. El lado de color de la mascarilla debe ir hacia afuera, mientras que el lado blanco hacia tu cara.
4. Sostenga la mascarilla en las orejas.
5. Coloque un lazo alrededor de cada oreja.

6. La parte superior de la mascarilla debe cubrir su nariz. Tire de la parte inferior de la máscara sobre su boca y mentón. Intente ajustarla bien a los lados de su cara.
7. Asegúrese de poder respirar fácilmente.
8. Lávese las manos con agua y jabón o desinfectante para manos.

Cómo quitar la mascarilla:

1. Lávese las manos con agua y jabón o desinfectante para manos antes de tocar la mascarilla. Evite tocar la parte frontal de la mascarilla ya que la parte frontal está contaminada después del uso. Solo toque las orejas/cinta/banda.
2. Sostenga ambas cintas y levante y retire suavemente la máscara.
3. Doble las esquinas exteriores juntas. El exterior de la mascarilla se considera contaminado.
4. Coloque las mascarillas desechables en una bolsa de plástico y desecharlas en la basura.
5. Lave la mascarilla de tela en la lavadora o con la mano. Seque completamente antes de usar.
6. Lávese las manos con agua y jabón o desinfectante para manos.

Opciones para almacenar la mascarilla durante la comida y los descansos de los estudiantes al aire libre:

1. Las mascarillas se pueden almacenar en una bolsa de papel etiquetada con el nombre del estudiante
2. Las mascarillas pueden almacenarse en una caja de plástico (caja de lápices), la parte exterior del revestimiento facial debe colocarse boca abajo, los ganchos para las orejas pueden colgar a los lados del recipiente y luego puede cerrar la tapa. **(provide a video for staff/students here.) stay tuned this will be added soon.**
3. Se puede usar una cinta de seguridad colgada en el cuello. Coloque la mascarilla en la cinta de seguridad colgada al cuello antes de salir. Una vez que el estudiante llega afuera, pueden quitarse la mascarilla y esta quedará colgada del estudiante. El estudiante debe volver a colocarse la mascarilla antes de volver a ingresar al edificio.

Consejos para el personal y los padres acerca del uso de mascarillas

Consejos para evitar el daño de la piel por el uso continuo de mascarillas:

1. Limpie la piel con un jabón suave, evite los jabones que secan la piel y exfoliantes. Los productos para desbloquear los poros obstruidos pueden ser beneficiosos.
2. Evite el maquillaje o use maquillaje sin aceite. No use vaselina, los productos con ácido hialurónico y ceramidas pueden ser beneficiosos. Espere 30 minutos después de la aplicación antes de ponerse la máscara.
3. Para labios secos, use chapstick y evite brillos pegajosos.

Precauciones de Salud Adicionales

[Si tiene síntomas quédese en casa](#)