

La diaria, entrevista a Presidenta de GeUVIH Dra. Susana Pereira

LA PANDEMIA DEL COVID-19

## **Coronavirus en Uruguay: ¿usar o no usar tapabocas caseros?**

La mascarilla no es para todos y los pañuelos o los tapabocas caseros tienen sus contras. Quienes no tienen síntomas respiratorios no requieren una.

ROSANA DECIMA

Sábado, 28 Marzo 2020 04:00



Persona usando tapabocas en Montevideo. Foto: Darwin Borrelli

En tiempos donde reina la paranoia, las noticias falsas, los remedios caseros y las teorías sobre cómo protegerse del coronavirus, el concepto más importante en el tema de los tapabocas es que únicamente deben usarlos los que están contagiados, los que sospechan que pueden estarlo porque tienen síntomas o los que están en contacto con alguien que tenga el virus (obviamente también los que por otros motivos de salud ya las

usaban desde antes en determinadas circunstancias). Exacto: no hay necesidad de usarlo si usted está sano y lo único que busca es prevenir el contagio del virus. Para eso, algo mucho más sencillo que una mascarilla: lavarse las manos con agua y jabón al llegar de la calle, tras hacer las compras, antes durante y después de cocinar, por ejemplo. Y en caso de no poder lavarse las manos en el momento, la segunda opción es el alcohol en gel.

Estos consejos de los expertos en salud circulan en el mundo, pero parece que en las últimas semanas entraron por un oído y salieron por el otro de esas personas que en pocos días arrasaron con las mascarillas –casi a la par de que lo hicieran con el alcohol en gel– en las farmacias uruguayas. Se vendió todo: desde las más caras con válvulas, hasta las más baratas de tela que están pensadas para un solo uso. Comenzaron a verse personas usándolas en el ómnibus, en los supermercados, hasta algunos andando en bicicleta o moto.

Esto pasa en Uruguay y en todo el mundo, pero ante el avance del coronavirus las recomendaciones a la población en general por parte de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en ningún momento incluyeron el uso de tapabocas. Es más, la OMS emitió un comunicado para informar que las personas que no tienen los síntomas respiratorios “no requieren una máscara médica, ya que no hay evidencia disponible sobre su utilidad para proteger a personas no enfermas”.

La infectóloga uruguaya Susana Pereira explicó a El País que una mascarilla mal utilizada, así como también otras prendas como bufandas o pañuelos que a veces las personas usan para cubrirse pensando que se protegen, pueden ser contraproducentes ya que son un reservorio de bacterias y virus.

“Lo de las máscaras no es lo importante, hay que poner el acento en que hay que lavarse las manos, mantener la distancia de seguridad con otras personas. Eso es lo que más nos va a cuidar”, subrayó la médica.

Por estos días no se consiguen tapabocas en las farmacias y hay varios emprendimientos solidarios que los están confeccionando para los que más los necesitan. Por ejemplo, en el Servicio de Intendencia del Ejército hay unos 15 militares que realizan mil mascarillas por día para cubrir parte de la demanda del Ministerio de Salud Pública. Las que hacen allí son las de tela, que protege en un solo sentido: retiene las partículas emitidas por el que la utiliza.

Algo que está circulando mucho en las redes sociales son tutoriales de cómo hacer mascarillas caseras y hay todo tipo de material, desde tela, pasando por papel o productos como filtros de café. Respecto a esto, la infectóloga insistió en que hay que, en primer lugar, poner el foco siempre en quién debe usar una máscara o no.

Pereira señaló que en todas partes del mundo se han emitido recomendaciones al respecto y que, si bien de un país a otro puede haber pequeñas diferencias, el denominador común que se maneja es que los tapabocas son para quienes tienen síntomas respiratorios.

“Hay que usar el sentido común. Quien necesita la máscara es quien tiene los síntomas, para así proteger a su entorno. Si va a un centro de salud, por ejemplo, la tiene que usar para proteger a quienes lo van a asistir. En el caso de los que trabajan en áreas que están en contacto con las secreciones de los pacientes, ellos sí deben usar una máscara de mejor calidad y con filtro”, sostuvo Pereira.

La profesional recalcó que los ciudadanos que no tengan síntomas lo que deben hacer es “lavarse las manos y mantener la distancia”. Usar una máscara casera o un pañuelo si luego se lava es secundario, si quiere puede hacerlo, pero debe tener cuidado en la higiene: “No hay que dejar que el pañuelo haga de ‘junta bichos’ ni andar con la máscara en el puño, poniéndola y sacándola, tocándola sin lavarse las manos”.

“Si tenés síntomas y no tenés otra opción que ir a un centro de salud, podés usar una máscara casera o un pañuelo. Es importante avisar al

personal médico que tenés síntomas respiratorios y ellos te van a asistir con una mascarilla quirúrgica”, concluyó la especialista.