

# Guía de Barbijos para Estudiantes

¡USAR  
BARBIJO!



**Los mejores barbijos son los que se adaptan, tienen una buena filtración y se usan constantemente**

**Centrarse en la comodidad, la adaptación y la filtración**

El barbijo debe:

- Cubrir completamente la nariz y boca
- Se adecúan bien a los lados de la cara y no tienen aperturas
  - Preguntas para hacerse: ¿Siento aire en mis ojos a través de los huecos en la nariz? ¿Siento aire escapándose por mis cachetes?
- Manipular solo por los lazos de la oreja, cuerdas o correas de la cabeza (no de la superficie del barbijo)
- Usarse todo el día en la escuela
- Tener un soporte metálico en la nariz para poder apretarse sobre la nariz
- Ofrecer una buena filtración (a continuación vea los barbijos recomendados)

**Omita las polainas de cuello y los barbijos de tela**

Las cuelleras son porosas y no protegen bien contra el Covid-19. Lo mismo para bufandas, pañuelos y barbijos de tela.

**Qué buscar en un nuevo barbijo**

**Barbijos de calidad:** Los funcionarios de salud pública ahora recomiendan cambiar los barbijos de tela. Los barbijos mejorados incluyen doble barbijo (barbijo quirúrgico + barbijo de tela), barbijos médicos ajustados (barbijos quirúrgicos) y barbijos de respirador (N95, KN95 o KF94).

Más efectivo	Mas efectivo	Efectivo	Menos efectivo
<ul style="list-style-type: none"> <li>• N95 (También es mejor para el humo de incendios forestales)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• KF94</li> <li>• KN95</li> <li>• Barbijo doble</li> <li>• Barbijo quirúrgico ajustado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Barbijo quirúrgico</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Barbijo de tela con tres o más capas de tela</li> </ul>

**Consejos para barbijos desechables:** Revise las etiquetas para asegurar que están hechos de varias capas, material no tejido. No deben dejar huecos en la cara. Para ayudar a evitar los huecos, haga un nudo donde se unen los lazos de la oreja con el barbijo, después doble y meta el material innecesario debajo de los bordes.



**Barbijo doble**

Los niños también pueden usar barbijo doble, usando un barbijo quirúrgico lo más cerca posible de su cara, con un barbijo de tela ajustado en la parte superior para eliminar cualquier espacio.

**Tener uno adicional para la escuela**

Por si acaso, poner uno adicional en la mochila de su hijo.

**Los padres deberían considerar estos factores, investigar y elegir el barbijo que más les sirva a sus hijos.**