

Realizando lo Máximo de Sus Máscaras y Cubre bocas



Los dos tipos más comunes de respiradores (también conocidos como máscaras) son: respiradores aprobados internacionalmente y respiradores aprobados por NIOSH. Muchas máscaras se ven similares pero hay diferencias significativas.

La mayoría de **respiradores aprobados internacionalmente** son máscaras KN95. Es posible que el uso de una máscara internacional que no haya sido registrada con el FDA no tiene el nivel de protección indicado, así que debe asegurarse buscar máscaras KN95 certificadas y aprobadas por la FDA.

La mayoría de los **respiradores aprobados por NIOSH** son máscaras N95. Las máscaras aprobadas por NIOSH tienen el nivel más alto de protección contra partículas, incluido el virus que causa el COVID-19. Además, evitan que sus propias gotitas y partículas respiratorias arriesga a otros.

Cómo correctamente seleccionar y usar una máscara:

- Busque las marcas impresas en el producto para indicar que auténticas
- Asegúrate de que cubran la nariz y la boca completamente y que sellen bien
- No deben dejar espacios alrededor de la nariz o la boca

NO se debe usar una máscara internacional o aprobada por NIOSH si:

- Tiene válvulas de exhalación, u otras aperturas
- Es difícil respirar cuando la usa
- Está mojada, sucia, dañada
- En combinación de otras máscaras



Límites de Duración de la Máscara:

Tanto los respiradores aprobados internacionalmente como los aprobados por NIOSH tienen alrededor de 40 horas de uso por máscara antes de que se consideren gastadas, dice Anne Miller, directora ejecutiva de Project N95, una organización sin fines de lucro que vende máscaras de alto nivel.

- <https://www.nytimes.com/2022/01/27/well/live/reusing-respirator-masks-covid.htm>

Get the Most Out of Your Masks



The two most common types of respirators (also known as masks) are: Internationally Approved Respirators and NIOSH-Approved Respirators. Many masks look similar, but there are significant differences.

Most **Internationally Approved** masks are KN95 masks. Using an international mask that has not been registered with the FDA may not provide the level of protection indicated, so make sure to look for certified KN95 masks that are FDA approved.

Most **NIOSH-Approved** masks are N95 masks. NIOSH approved masks provide the highest level of protection from particles, including the virus that causes COVID-19. Additionally, they prevent your respiratory droplets and particles from exposing others.

How to properly choose and wear a mask:

- Look for markings printed on the product to indicate it is authentic
- Make sure it covers your nose and mouth and seals well
- There should be no gaps around your nose or mouth

A NIOSH-Approved or international mask should NOT be worn if:

- It has exhalation valves, vents, or other openings
- It is hard to breathe when wearing it
- It is wet, dirty, or damaged
- Combined with other masks



Mask Duration Limits:

Both Internationally Approved and NIOSH-Approved masks have about 40 hours of use per mask before they are considered to be worn out, says Anne Miller, executive director at Project N95, a nonprofit that vets and sells high-performance masks.

- <https://www.nytimes.com/2022/01/27/well/live/reusing-respirator-masks-covid.htm>