



¿Cómo enfrentará la CDMX la crisis de agua este 2024?



Ciencia y tecnología

Los cubrebocas de tela no son tan efectivos ante Ómicron y las nuevas cepas de Covid-19, ¿cómo protegerte?

¿Qué cubrebocas usar para evitar el contagio de Ómicron y otras variantes contagiosas de COVID-19? Aquí una guía rápida para saberlo.



Publicado por [Alejandro I. López](#)
Editor digital

Creado: 11.01.2022 | 18:00 Actualizado: 11.01.2022 | 18:00

EN: [Mascarilla N95](#) [Variante ómicron](#) [Alimentos](#) [SARS](#) [Sudáfrica](#) [México](#) [OMS](#) [COVID-19](#)

a situación de la pandemia de COVID-19 es **cambiante**. Lo que hoy es una certeza, mañana puede quedar superado ante evidencia más completa. De ahí que los [estudios sobre inmunidad](#) ofrezcan resultados dispares conforme pasa el

L tiempo; que la investigación y experiencia empírica consideren **algunos fármacos mejores para disminuir los efectos del virus sobre otros** o incluso que constantemente se cambien las decisiones populares sobre **qué cubrebocas se deben usar para evitar los contagios masivos**. Así funciona la ciencia y la producción de conocimiento científico.

En el caso de las distintas variantes de COVID-19 que han aparecido en los últimos meses, [sabemos](#) que **Ómicron** –la variante identificada en Sudáfrica hace solo unas semanas– **es más contagiosa, pero menos letal que la cepa original de Coronavirus** descubierta en Wuhan en 2019. También se ha descubierto la posibilidad que **otras mutaciones del SARS-CoV-2 pueden interactuar con esta y dar paso a una enfermedad más grave**. Basta solo con recordar que hoy en día se [reportan](#) casos de **Deltacron**, un tipo de COVID que **combina las variantes Ómicron y Delta**.

De ahí que utilizar **cubrebocas más efectivos** sea un imperativo para reducir los contagios y las hospitalizaciones, especialmente en espacios públicos y mal ventilados, como el transporte público o el supermercado, pero... **¿cómo hacerlo y cuáles son más eficaces contra las cepas más contagiosas de COVID-19?**

Una cuestión de filtros

Getty Images



Getty Images

- cubrebocas Covid-19

A mediados de enero de 2021, el estado alemán de Baviera anunció que los únicos cubrebocas válidos en lugares públicos eran los **FFP2** (piezas faciales filtrantes de categoría 2), un tipo de **mascarilla quirúrgica** que según las [normas](#)

[europeas](#), es capaz de **filtrar al menos el 92 % de partículas presentes en el aire**.

También lee: [Por qué Ómicron es más contagiosa pero menos letal que otras variantes de Coronavirus](#)

Una semana más tarde, Francia emitió una recomendación a sus ciudadanos para que **dejaran de usar los cubrebocas de tela caseros** y en su lugar, se utilizaran únicamente **mascarillas FFP2** y **mascarillas quirúrgicas** (las típicas azules y desechables). La acción fue replicada por Austria, donde desde el 25 de enero, fue prohibido entrar a tiendas o viajar en el transporte público sin un FFP2.

Estas medidas levantaron polémica debido a la dificultad para adquirir cubrebocas que cumplan con esa especificación y el costo que implica para las familias más desfavorecidas. Sin embargo, la evidencia científica demuestra que **el uso de una FFP2 o similar en espacios públicos cerrados y mal ventilados ofrece una mejor protección** que un cubrebocas de tela.

FFP2, N95, KN95... ¿Qué cubrebocas usar y en qué momento?

Getty Images



Getty Images

Los diversos nombres y modelos de cubrebocas pueden llegar a ser un dolor de cabeza. Por ello, el primer paso para salir de la confusión es saber que estamos ante **tres idiomas distintos**:

Mientras que las **FFP** (que se dividen en FFP1, FFP2 y FFP3) responden a una **norma europea**, la **clasificación N** (como los N95 y N99) corresponde a la **norma estadounidense** del Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH, por sus siglas en inglés) según el porcentaje de partículas que son capaces de filtrar. No obstante, **los FFP y las N no son los únicos cubrebocas utilizados durante la pandemia.**

Te interesa: Ómicron cancela o pospone (otra vez) eventos de talla mundial

En México, lo más parecido a los cubrebocas FFP2 según la norma europea son las **mascarillas KN95**, un modelo fabricado en China de uso no médico, que **imita la eficiencia de la famosa N95** (de grado médico) y puede alcanzar hasta un 95 % de filtración.

Desafortunadamente, la ausencia de regulación nacional ha favorecido la creación de un **mercado ilegal con productos que no cumplen las normas chinas**. Ante esto, la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) dio a conocer [un listado](#) de los **fabricantes y modelos aceptados** durante la emergencia sanitaria en su país. Esta normativa ha sido adoptada por otras naciones, incluyendo México.

¿Cómo reconocer un cubrebocas KN95 original?

Getty Images



Getty Images

Aunque puede parecer una tarea imposible, **existen algunas señales de que los cubrebocas chinos poseen la certificación correspondiente** y por lo tanto, se trata de productos genuinos:

En primer lugar, estos cubrebocas deben incluir la leyenda **GB2626-2006**, el estándar del Servicio Nacional de Acreditación de China para la Evaluación de la Conformidad (CNAS) impresa a un costado del cubrebocas y en el empaque.

También lee: [Así es Deltacron, la nueva variante de COVID-19 que combina Ómicron con Delta](#)

Los cubrebocas deben **tener las letras “KN95” impresas, empaquetarse individualmente** y contener **un certificado** que incluye su **fecha de producción, el material con el que están hechos** y la leyenda de que se trata de una **mascarilla no médica**. Este certificado **no debe poseer sello alguno de la FDA u otro organismo estadounidense**.

Una alternativa fiable a los cubrebocas KN95 de alta eficiencia es su similar surcoreano, el modelo conocido como **KF94**. Este cubrebocas es un **híbrido del KN95 y las mascarillas de tela más largas**, de modo que ofrece el mismo nivel de protección que su contraparte china y debido a que es menos conocido, aún no existen réplicas de baja calidad en el mercado ilegal.

¿Funciona utilizar dos cubrebocas?

Foto: Getty Images



Foto: Getty Images

Si no hay oportunidad de utilizar un cubrebocas que cumpla con las características anteriores, es posible alcanzar un grado similar de protección combinando un **cubrebocas quirúrgico común con uno de tela**, con la mascarilla quirúrgica como capa interna y la casera hacia el exterior.

Con esta combinación entre materiales y capas, [el 80 % de filtración](#) que ofrece un cubrebocas quirúrgico y el [50 % que ofrece](#) una mascarilla casera mejoran notablemente su eficacia.

¿Cuáles son las situaciones de riesgo para usar la máxima protección?

Getty Images



Getty Images

- cubrebocas Covid-19

El descubrimiento de nuevas variantes más contagiosas de COVID-19 no debe ser motivo de preocupación o miedo, sino información valiosa para saber cuándo reforzar las medidas para evitar contagios.

En términos generales, el comportamiento de las variantes del SARS-CoV-2 es idéntico en cualquier caso: **el virus entra al organismo a través de la boca, los ojos o la nariz en forma de gotículas que las personas enfermas expulsan al hablar, exhalar, toser o estornudar.**

También lee: [La razón de que tengas que usar cubrebocas todavía, aunque ya estés vacunado](#)

Además, en algunos lugares cerrados donde la ventilación es pobre y resulta imposible mantener un par de metros de distancia entre personas, es probable que **algunas gotículas más pequeñas (conocidas como aerosoles) se mantengan flotando durante al menos media hora y ocurran contagios aún con sana distancia**, lo que se conoce como [transmisión aérea](#).

Es en estos sitios –como un salón de clases, una oficina, el supermercado o un vagón de metro– donde se debe acudir con **la mejor protección disponible**. Los espacios abiertos como avenidas con banquetas amplias, parques y bosques suponen **un riesgo muy bajo de contagio** y en estos sitios basta con utilizar un cubrebocas de tela y mantener la distancia.

También es momento de **restar atención a las superficies y la limpieza de zapatos, objetos exteriores, paquetes y alimentos**. La [evidencia científica](#) demuestra que no hay necesidad de desinfectarlos de forma obsesiva; basta con lavarse las manos frecuentemente y mantener las medidas ya conocidas para evitar un contagio.

Sigue leyendo

[La variante Ómicron está generando un ‘tsunami de casos’, advierte la OMS](#)

Cómo prevenir el acné causado por el uso de cubrebocas

[Así funciona el cubrebocas antiviral que ‘desactiva’ al Coronavirus creado por la UNAM](#)

Este es el uso correcto del cubrebocas, una guía fundamental para la ‘nueva normalidad’

[Okoboji: el pueblo en Estados Unidos que decidió no usar cubrebocas en apoyo a Donald Trump](#)