

Emergència sanitària

Sanitat recomana als avis i als seus cuidadors les mascaretes quirúrgiques

Per als nens de fins a tres anys, cap, i per a la resta de la població, les higièniques



Una farmacèutica ensenya les mascaretes quirúrgiques aconsellades per a la població vulnerable

CELESTE LÓPEZ
Madrid

Malgrat les sis setmanes que fa que els ciutadans estan confinats a casa, aprenent sobre epidèmies, el coronavirus i vies de transmissió, encara queden molts dubtes pel que fa a una de les peces que durant mesos formarà part d'això que anomenem la nova realitat (fins que arribi la vacuna tan esperada, cap al 2021 en el millor dels casos): les mascaretes. En un intent d'aclarir l'ús d'aquest producte sanitari, el Ministeri de Sanitat ha emès unes recomanacions en què deixa clar que per a la població vulnerable —com és el cas de les persones grans; amb malalties cardiorespiratòries, diabetis o tensió alta, i les embarassades— és aconsellable l'ús de mascaretes quirúrgiques quan surten al carrer. Aquestes mascaretes es venen a la farmàcia i el Govern central n'ha limitat el preu a 0,96 euros. L'únic col·lectiu al qual no se li recomana l'ús d'aquesta màscara és als nens de fins a 3 anys.

Aquestes mascaretes quirúrgiques, que tapen la boca, el nas i el mentó, les utilitzen habitualment els professionals sanitaris i asseguren una barrera que limita la transmissió d'un agent infecciós entre el sanitari i el pacient. Es fan servir per reduir i controlar la propagació de les gotes respiratòries.

També són aconsellables aquestes mascaretes, segons la guia del Ministeri de Sanitat, per als professionals que treballin als centres socio-sanitaris i a les residències de gent gran, on la seva feina impliqui estar a menys de 2 metres dels usuaris o altres treballadors. A més, es recomanen a les persones amb símptomes respiratoris, a les persones que hi conviuen i als seus cuidadors. I per als que estan en quarantena domiciliària per contactar amb les persones amb qui conviuen o sortir al carrer quan sigui estrictament necessari per prevenir un potencial contagi asimptomàtic.

I per a la resta de la població? Doncs les anomenades mascaretes no mèdiques, que inclouen diverses formes de mascareta, de fabricació pròpia o comercial. Es tracta de cobertes facials fetes de tela, altres tèxtils o altres materials com el paper. Dins aquestes màscares hi ha les denominades

higièniques, una mena de mascareta que no està destinada als professionals sanitaris però el seu procés de fabricació segueix unes especificacions tècniques prefixades. Tenen una estructura fibrosa dissenyada a partir d'un patró a què s'ha donat un nivell d'integritat estructural amb estàndards de qualitat certificats al mateix nivell que les mascaretes mèdiques, fet que exclou els productes fabricats amb un altre teixit, tricotat o paper. Poden ser reutilitzables o no reutilitzables.

Vuit passos per posar-se i treure's la màscara

1. Abans de posar-se una mascareta cal rentar-se bé les mans amb aigua i sabó o amb una solució amb base alcohòlica.
2. Tapeu-vos la boca i el nas amb la mascareta i eviteu que hi hagi forats entre la cara i la màscara.
3. Eviteu tocar la mascareta amb les mans mentre la feu servir i, si ho feu, renteu-vos bé les mans amb aigua i sabó o amb una solució amb base alcohòlica.
4. Rebutgeu la mascareta quan estigui humida i eviteu reutilitzar-la més de 4 hores. En cas que s'humitegi o es deteriori per l'ús, es recomana substituir-la per una altra.
5. Per qüestions de comoditat i higiene, es recomana no utilitzar-la més de 4 hores. En cas que s'humitegi o es deteriori per l'ús, es recomana substituir-la per una altra.
6. Cal treure's la mascareta per la part de darrere, sense tocar la part frontal, llençar-la a la brossa i rentar-se les mans amb aigua i sabó o amb una solució amb base alcohòlica, com ja s'ha dit abans.
7. En el cas de mascaretes higièniques reutilitzables, s'han de rentar d'acord amb les instruccions del fabricant.
8. La distància de seguretat i rentar-se les mans amb aigua i sabó o solucions amb una base alcohòlica són de molta importància.

higièniques, una mena de mascareta que no està destinada als professionals sanitaris però el seu procés de fabricació segueix unes especificacions tècniques prefixades. Tenen una estructura fibrosa dissenyada a partir d'un patró a què s'ha donat un nivell d'integritat estructural amb estàndards de qualitat certificats al mateix nivell que les mascaretes mèdiques, fet que exclou els productes fabricats amb un altre teixit, tricotat o paper. Poden ser reutilitzables o no reutilitzables.

Aquestes mascaretes estan recomanades per a la població general sana, ja que les d'ús mèdic s'han de prioritzar per al personal sanitari i en casos confirmats de Covid-19, persones encarregades de l'atenció de persones amb la malaltia i els grups vulnerables. Aquestes mascaretes tapen la boca, el nas i la barbeta, tenen un arnès de cap que la pot envoltar o subjectar-se a les orelles, i són d'ús unipersonal, preferiblement durant un procediment únic. Es poden fer servir diferents vegades si l'ús és en espais de temps molt curts i amb molta cura.

"L'ús de mascareta en la població general sana pot ser partí-

Les màscares FFP estan destinades només als professionals sanitaris exposats a contaminants aeris

cularment rellevant en situacions epidèmiques quan el nombre de persones asimptomàtiques però infeccioses es pot suposar que és alt en la comunitat", assenyalava el Ministeri de Sanitat.

El Govern central deixa clar que l'altre tipus de mascaretes, les filtrants (FFP) o respirador, que si que són qualificades com a equip de protecció individual, estan dissenyades per protegir l'usuari de l'exposició a contaminants de l'aire. Les fan servir principalment personal sanitari per protegir-se, especialment durant els procediments de generació d'aerosols. Els respiradors no són apropiats com a mitjà de control de la font, ja que no impedeixen l'alliberament de partícules respiratòries exhalesades de l'usuari al medi ambient.

LA CONSULTA



Quins són els símptomes, a les residències de gent gran?

La infecció per coronavirus té múltiples presentacions clíniques, per la qual cosa és millor anomenar-la malaltia per coronavirus (com diuen els anglesos, *coronavirus disease* de l'any 2019, o Covid-19 en el seu acrònim). Això és així perquè no sempre causa pneumònia, sinó que també afecta el cor, els ronyons, el fetge, l'intestí, el sistema nerviós, la pell... És una malaltia sistèmica de la qual cada dia aprenem una nova manera d'afectar l'organisme.

I això explica que de vegades no aparegui amb la típica manifestació a què inicialment se la va

associar, la pneumònia. Dèiem fa un parell de mesos: provoca febre, tos i sensació de falta d'aire (dispnea). De mica en mica hem après que també pot causar diarrea; sensació de falta o disminució del sentit de l'olfacte i altres manifestacions neurològiques, o afectació cardíaca, del ronyó o de la pell. O que pot ser totalment asimptomàtica. Una bomba de relotgeria per a la salut pública: persones que infecten i ningú no se n'adona. Ni elles mateixes.

El coronavirus és un virus enganxós i traïdor. Fals i de reaccions imprevisibles. I, per acabar de complicar-ho, és un virus que juga a fet i amagar als dos extrems de la vida. En els nens

mostra una afectació molt lleu, en molts casos asimptomàtica. En les persones grans, sobretot en les que acumulen malalties cròniques i dependència física o mental, es manifesta de manera atípica amb pèrdua de la gana, intranquil·litat i insomni, caigudes no esperades, somnolència, etcètera.

El coronavirus a les edats extremes, a més de fals i traïdor, és un farsant.

Ara sabem que entre les persones que viuen en residències de gent gran hi ha molts casos asimptomàtics (i aquest fet ha facilitat la seva dispersió de manera molt important), i d'altres que es manifesten com una afectació

intestinal, una pèrdua d'interès pel dia a dia, un decaïment general, una caiguda, la pèrdua de la gana, la desorientació, un estat més irascible...

I també estem aprenent que, tot i que la mortalitat és molt alta en aquest grup de població, hi ha moltes persones que se sobreposen a la malaltia. Que sobreviuen.

Pèrdua de la gana, intranquil·litat i insomni o caigudes no esperades apareixen com a senyals atípics

Un grup d'aquests supervivents passen uns dies afectats, delicats, fràgils en la seva lluita amb la malaltia, i, de mica en mica, es van sobreposant fins a tornar a ser com eren abans de la malaltia.

Un altre grup és asimptomàtic durant tot el temps que el virus els ataca i, al final, acaben guanyant.

Es com si aquestes persones li diguessin al virus: en la nostra llarga vida ja hem après a sobreviure als traïdors i farsants. No ens enganyaràs.

JOSÉ A. GARCÍA NAVARRO
President de la Societat Espanyola de Geriatria. Consorci de Salut i Social