



## Preguntes freqüents sobre l'ús de mascareta\*

\*Aquestes respostes estan vinculades a la [Resolució SLT/1648/2020](#) i poden variar si canvia la norma establerta.

### Qui?

- **Quines persones han de fer ús de mascareta?** Totes aquelles persones **de 6 anys en endavant** que no tinguin contraindicació (veure la pregunta següent). Per a les persones de **3 a 5 anys**, l'ús de mascareta és **recomanable** però no obligatori.
- **Quines persones estan exemptes de l'ús de mascareta?**
  - Aquelles persones que presenten una **malaltia o dificultat respiratòria** que pot empitjorar amb l'ús de la mascareta.
  - Aquelles persones que **no són capaces de treure's la mascareta de manera autònoma** (sense ajuda) quan ho necessiten.
  - Aquelles persones que presenten **trastorns o alteracions de la conducta** que en fan inviable l'ús.

### Quan?

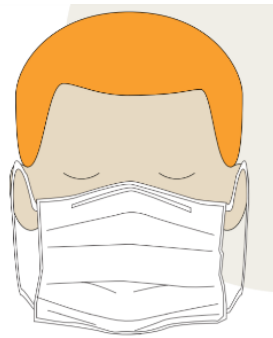
- **En quines situacions haig de portar mascareta?** En general, cal fer ús de mascareta sempre que se surt de casa.
- **En quines situacions no cal fer ús de mascareta?** Les situacions en les quals no cal fer ús de mascareta són:
  - Durant la **pràctica esportiva**.
  - Mentre s'està **menjant o bevent**.
  - Durant les activitats restringides als **grups estables de convivència** en el marc de les **escoles** i les **activitats de lleure infantil i juvenil**.
- **A casa, haig de dur mascareta?** No és necessari si s'està amb les persones amb qui es conviu habitualment.
- **Al carrer, haig de dur mascareta?** Sí, excepte si s'està fent esport.
- ***Nou redactat!* A la feina, haig de dur mascareta?** Cal que les empreses garanteixin totes les mesures de protecció per a les persones treballadores. En empreses no obertes al públic, un cop la persona treballadora estigui al seu **lloc de treball** (asseguda i/o fent una tasca que no comporti mobilitat) i amb totes les mesures necessàries, pot prescindir de la mascareta malgrat que continua sent recomanable. En canvi, serà obligatòria per a tots els desplaçaments que es facin a l'interior del centre de treball (entrades, sortides, lavabo...) També es podrà prescindir de la mascareta en aquelles feines que impliquin un **gran esforç físic**, independentment de si es duen a terme a l'interior o a l'exterior (per exemple, en treballs vinculats a la construcció) i sempre que es pugui garantir la seva seguretat i salut.

- **A la platja, cal dur mascareta?** Mentre s'és a la platja es pot prescindir de la mascareta però cal utilitzar-la durant el trajecte o quan s'està en instal·lacions d'ús públic, als lavabos (incloent-hi les cues, si n'hi ha), dutxes o guinguetes (*xiringuitos*).
- **A la piscina o en d'altres instal·lacions aquàtiques (també tipus spa), cal dur mascareta?** Cal fer ús de la mascareta als vestuaris i a les instal·lacions interiors (vestíbul, passadissos, etc.) i exteriors però es pot prescindir de la mascareta a les zones de bany.
- **En un vehicle particular, cal dur mascareta?** No, si totes les persones ocupants del vehicle són convivents.
- ***Nou redactat!* Si em desplaço en bicicleta, haig de portar mascareta?** L'ús de la mascareta és recomanable per als desplaçaments o per passejar excepte quan per l'esforç físic requerit aquesta dificulti una correcta respiració. **I si és per fer esport?** En el cas que sigui en el context d'una pràctica esportiva, com el ciclisme de carretera o de muntanya, no és necessari portar mascareta.
- **Si em desplaço en patinet elèctric, haig de portar mascareta?** Sí, és necessari.
- **Al teatre o al cinema, cal dur mascareta?** Sí, també quan es realitzin en espais exteriors.
- **Al gimnàs, cal dur mascareta?** Cal fer ús de la mascareta als vestuaris i a les instal·lacions interiors (vestíbul, passadissos, etc.) i exteriors. No és necessària durant la pràctica esportiva.
- **A la terrassa o a l'interior d'un bar o restaurant, cal dur mascareta?** Un cop s'estigui assegut/uda a taula, es pot prescindir de la mascareta. Caldrà utilitzar-la per anar al lavabo o per anar a pagar o a demanar al taulell.
- **A la biblioteca, cal dur mascareta?** Sí, en tot moment.
- **En activitats educatives i/o lúdiques, cal dur mascareta?** Sí, excepte en aquelles activitats en les quals estan definits grups estables de convivència –en el marc d'aquests grups– i aquelles en les quals es realitzi activitat esportiva o activitats que no puguin ser dutes a terme amb mascareta (per exemple, tocar instruments de vent o cantar, en les quals caldrà extremar mesures com la **ventilació** i la **distància** de seguretat). En aquests casos, la mascareta s'haurà de dur a tot arreu (vestuaris, passadissos, vestíbuls, ascensors, etc.) excepte a les aules, zones d'assaig o espais on es realitzin les activitats.
- **Si anem d'excursió, cal dur mascareta?** Es pot prescindir de la mascareta perquè es tracta d'una activitat esportiva.
- **Al transport públic, cal dur mascareta?** Sí, en tot moment. També n'han de fer ús les persones que condueixen els vehicles o treballen en les diferents instal·lacions del transport, excepte si estan en cabines o despatxos tancats i d'ús individual.
- **En un establiment de turisme (hotel, hostel, alberg...), cal dur mascareta?** No és necessari mentre s'estigui a la pròpia habitació o a la taula durant els àpats. Sí que cal fer ús de mascareta a les zones comunes i als ascensors.
- **En un càmping, haig de dur mascareta?** Sí, excepte quan s'estigui dins la pròpia parcel·la, a la piscina o durant els àpats.
- **A la perruqueria o en centres d'estètica haig de dur mascareta?** Sí, en tot moment.
- **Als establiments comercials, haig de dur mascareta?** Sí, en tot moment.

- **En un local d'oci, haig de dur mascareta?** Sí, excepte quan s'estigui consumint una beguda.
- **En altres tipus d'establiments (bancs, caixes, oficines d'atenció al públic...), cal fer ús de mascareta?** Sí, en tot moment.

## Com?

- **Quin tipus de mascareta hem d'utilitzar?** En l'àmbit comunitari, es poden utilitzar mascaretes **higièniques** (de roba) o **quirúrgiques**. En l'àmbit laboral, s'utilitzaran les mascaretes indicades pel Servei de Prevenció de Riscos Laborals.
- **Com es col·loca correctament la mascareta?** Cal que la mascareta **tapi el nas i la boca**, tal com s'indica en el dibuix següent:



Exemple d'ús correcte de la mascareta.

- **Es pot utilitzar un escut o una pantalla facial en comptes de la mascareta?** La **pantalla facial** sol estar indicada en situacions amb risc d'esquitxades (per exemple, si s'està ajudant a una persona dependent en tasques com l'alimentació o la higiene) i requereix l'ús de mascareta. L'**escut facial** o màscara protectora facial protegeix ulls, nas i boca, especialment davant actes reflexes com tocar-se la cara, i és una alternativa a la mascareta si s'ajusta adequadament a la cara i cobreix completament la barbata.
- **Cada quan haig de canviar la mascareta?** Tant les mascaretes quirúrgiques com les higièniques s'han de renovar diàriament. Les mascaretes higièniques (de roba) s'han de rentar a elevada temperatura (> 60 °C).
- **De quina manera m'haig de posar i treure la mascareta?** Cal rentar-se les mans o aplicar-hi gel hidroalcohòlic abans i després de fer-ho i seguir les següents [indicacions](#).
- **Si m'haig de treure la mascareta, on la deso?** És recomanable desar la mascareta en una **bossa de paper**. També podem utilitzar una bossa de roba si la rentem cada vegada que canviem de mascareta a alta temperatura (> 60 °C). **No és recomanable posar-se la mascareta sota la barbata, al colze, al canell, etc. mentre no se'n fa ús.**
- **On es llencen les mascaretes?** Les mascaretes d'un sol ús s'han de llençar al **rebuig**.