

El significado de una carta de exclusión/exención del cubrebocas:

¿Esta carta me permite ir a cualquier lugar sin cubrebocas?

No. Todas las personas están sujetos al mandato del uso del cubrebocas en lugares al interior y en espacios al exterior donde no se puede mantener la distancia social de 6 pies o 2 metros. Si una persona con discapacidad no puede usar un cubrebocas, escudo facial o revestimiento facial, el lugar proporcionando servicios públicos deberá trabajar con esa persona para buscar una modificación razonable para obtener sus servicios. Por ejemplo, una tienda puede hacer entrega a fuera en la banqueta, un restaurant puede proporcionar entrega a domicilio, o un doctor puede ofrecer citas por teléfono o por video conferencia cuando sea clínicamente apropiado.

¿Esta exención me permite trabajar sin cubrebocas?

No. Excepto en situaciones donde los empleados están un lugar donde no están interactuando con el público y puede mantenerse 6 o más pies de distancia, el empleado debe cumplir con el requisito del cubrebocas. Si un trabajador no puede usar un cubrebocas, escudo facial o rrevestimiento facial debido a una discapacidad, el empleador debe trabajar con el empleado para determinar si se le puede proporcionar una acomodación especial. El empleador debe trabajar con su departamento de recursos humanos o hablar con su consejo legal para determinar sus opciones legales para tratar el asunto. El empleador también puede comunicarse con el departamento de labor e industria (BOLI) para asistencia técnica.

¿Qué condiciones se consideran como una exención para el uso de un cubre boca?

Ejemplos de una persona con discapacidad que posiblemente no pueda usar un cubre boca:

- Personas con asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (COPD en inglés), o algún otra discapacidad respiratoria posiblemente no puedan usar un cubrebocas porque sientan que es más difícil respirar a través del cubrebocas. Personas con discapacidades respiratorias deben consultar con su propio médico para recomendaciones sobre el uso del cubrebocas.
- Personas trastorno de estrés postraumático (TEPT), ansiedad severa, o claustrofobia, que es un miedo intenso a los espacios cerrados o limitados, pueden sentir miedo o terror al usar un cubrebocas. Estas personas posiblemente no puedan mantenerse calmados o funcionar al ponerse un cubrebocas.

- Algunas personas con autismo son sensibles al tacto y textura. Cubrir la nariz y cara con tela puede causar una sobrecarga sensorial, sentido de pánico, y extrema ansiedad.
- Una persona con parálisis cerebral puede tener dificultad en mover los músculos pequeños en sus manos. Debido a su movilidad limitada, es posible que no puedan colocar o sujetar las cintas del cubre boca sobre sus orejas, Esto significa que la persona posiblemente no pueda poner o quitarse el cubrebocas sin ayuda.
- Una persona que usa aparatos de control con la boca para operar una silla de ruedas o tecnología de apoyo o usa su boca o lengua para usar un ventilador de apoyo no podrá usar un cubrebocas.

¿Qué puedo hacer para tolerar mejor el uso del cubrebocas?

Los cubrebocas pueden hacer sentir difícil la respiración o causar una respuesta emocional en muchas personas, pero con ejercicios de relajación y respiración, terapia para tratar los traumas del pasado, y descansos intermitentes del uso del cubrebocas cuando sea seguro, muchas personas pueden aprender a tolerar el uso del cubrebocas cuando estén en público. Por favor hable con su equipo de salud sobre formas de sobrellevar el uso del cubrebocas.

¿Qué puede hacer en vez de usar un cubrebocas?

Los escudos faciales son un cubrimiento de plástico claro que no aplica presión a la cara o boca que podría molestar la respiración. Los pañuelos o paliacates pueden ayudar si es difícil para usted usar un cubrebocas.