

# quotidianosanita.it

Lunedì 22 GIUGNO 2020

## Covid. Oms: “No alle mascherine durante attività fisica mantenere distanza di almeno 1 metro”

***Per l'Organizzazione mondiale della sanità l'uso delle mascherine durante l'esercizio fisico può “ridurre la capacità di respirare e favorisce crescita microrganismi col sudore”***

Le persone durante l'attività fisica “non devono indossare la mascherina quando si esercitano in quanto le mascherine possono ridurre la capacità di respirare comodamente”.

A dirlo è l'Organizzazione mondiale per la sanità che inoltre precisa come “il sudore può far bagnare la mascherina più rapidamente, il che rende difficile respirare e favorisce la crescita di microrganismi”.

Per questo l'Oms ricorda che la “misura preventiva più importante durante l'esercizio fisico è quella di mantenere una distanza fisica di almeno un metro dagli altri”.

### Can people wear masks while exercising?

People should NOT wear masks when exercising as masks may reduce the ability to breath comfortably.



Sweat can make the mask become wet more quickly which makes it difficult to breathe and promotes the growth of microorganisms.

The important preventive measure during exercise is to maintain physical distance of at least one meter from others.

16 June 2020

#Coronavirus

#COVID19

