

**Efectos del uso permanente de mascarillas**  
Contribución a su difusión como medio de prevención de  
pandemias en medios escolares

Compilación de información científica y experimental

Antonio D. Galera  
Universidad Autónoma de Barcelona  
29 de octubre de 2020

# Efectos del uso permanente de mascarillas

## Contribución a su difusión como medio de prevención de pandemias en medios escolares

Compilador: Antonio D. Galera (Universidad Autónoma de Barcelona, España)

29 de octubre de 2020

### TABLA:

Introducción.....	2
I. Efectos fisiológicos .....	3
Inutilidad como barrera mecánica .....	3
Respiración.....	4
Sistema nervioso.....	4
Cerebro .....	4
Corazón .....	4
Sangre .....	5
Músculos .....	5
Piel.....	5
Otorrino .....	5
Metabolismo .....	5
Sistema motor.....	5
Sistema inmunológico .....	6
Coda.....	6
Referencias .....	6
II. Efectos psicológicos .....	7
Ámbito cognitivo.....	7
Ámbito afectivo.....	7
Ámbito social.....	8
Coda.....	9
III. Desprendimiento de gases .....	10
Coda.....	11
Referencias .....	11
IV. Afectaciones neurovegetativas y hormonales.....	12
Desde el punto de mira fisiológico .....	12
Desde el punto de mira psicológico.....	12
Coda.....	12
Referencias .....	13
V. Mascarillas como residuo .....	14
Coda.....	14
Referencias .....	14
VI. Las mascarillas son un crimen contra la Humanidad y un abuso contra la infancia .....	15
VII. Estudios científicos que las desaconsejan .....	19
VIII. Videos .....	25
Efectos colaterales de las mascarillas.....	25
Actuaciones populares exitosas .....	25
Conclusiones.....	26
Conflicto de intereses.....	26

# Efectos del uso permanente de mascarillas

## Contribución a su difusión como medio de prevención de pandemias en medios escolares

Compilación de información científica y experimental

Antonio D. Galera  
Universidad Autónoma de Barcelona

29 de octubre de 2020

### Introducción

Entre las medidas arbitradas por el gobierno de España, entre otros, para intentar evitar contagios provenientes de una supuesta pandemia generada por unos inteligentes y ubicuos corpúsculos, que actúan en unos lugares con preferencia sobre otros, con mayor morbilidad a unas horas que a otras y con mayor incidencia en unas actitudes corporales que en otras o con ocasión de realizar ciertas actividades frente a otras, encontramos la obligación legal de que la población en general utilice permanentemente mascarillas bozales durante su actividad cotidiana, incluidos los niños, niñas y jóvenes en su desempeño escolar y de actividad física.

La justificación de tal obligación se resuelve, por parte de los ordenamientos, con la declaración de su intencionalidad: evitar contagios de una enfermedad cuya existencia se repite hasta la saciedad en los medios de información hasta el extremo de haber generado en la sociedad un terror pánico que vuelve a las personas especialmente sensibles ante el uso de las mascarillas.

En buena lógica inducida por los medios y compelida tanto por los cuerpos y fuerzas de seguridad como por las desaprobadoras miradas de las demás, cuando no negativa a suministrar servicios básicos, la mayoría de las personas las utilizan permanentemente en toda situación y obligan a sus hijos de corta edad a llevarlas, más allá de las prescripciones legales, en toda situación y podríamos suponer que quizá también durante su estancia en los hogares y en ocasión del sueño nocturno.

Conviene por ello intentar indagar, más allá de la genérica justificación legal, en los posibles efectos que el uso continuado, habitual y compulsivo de las mascarillas puede llegar a proporcionar a las personas.

Las líneas que siguen tienen por objeto buscar tales efectos en la literatura científica y experimental. Se trata de un documento provisional, que ha tenido que ser redactado con cierta perentoriedad entre una escasa literatura disponible en castellano y una mayor en inglés, francés y alemán, que no ha dado tiempo a trasladar de forma más completa en este informe.

Entendemos no obstante que es suficiente para dar idea bastante aproximada de los dichos efectos, para la población en general y, sobre todo, para las personas en edades escolares y juveniles, en razón de sus críticas edades de desarrollo y crecimiento.

El documento está dividido en varias partes, en cada una de las cuales se organizan analíticamente los efectos y se extraen unas conclusiones sintéticas (codas), que son comentadas globalmente en la última parte.

## I. Efectos fisiológicos<sup>1 2</sup>

Las mascarillas impiden un correcto intercambio gaseoso en el mecanismo de respiración normal.

Cuando utilizamos una mascarilla impedimos la incorporación correcta de oxígeno en el proceso de inspiración, reinhalando parte del producto de desecho que se elimina en la espiración en forma de dióxido de carbono, junto con los gases emanados durante los procesos digestivos, al dificultarse su liberación por el efecto barrera de la mascarilla.

Esto provoca una progresiva disminución de la concentración de oxígeno arterial, lo que produce hipoxia y una alta concentración de dióxido de carbono en sangre, es decir, hipercapnia. Como consecuencia, la sangre arterial, es decir, la que se supone beneficiosa, llega a las células con mucho menos oxígeno del que éstas necesitan para su normal funcionamiento fisiológico.

Por tanto, cuando existe un suministro disminuido de oxígeno, o sea, hipoxia, se ponen en marcha una serie de cambios fisiológicos en el organismo que intentan devolver el equilibrio, es decir, restablecer los niveles de oxígeno de la sangre arterial, pero a cambio se producen efectos perniciosos de diverso tipo.

### Inutilidad como barrera mecánica

El tamaño nanométrico de los agentes víricos (entre 20 y 100 nm) es infinitamente menor que los poros de cualquier tipo de mascarilla existente en el mercado y con independencia de ello, fácilmente podrían traspasar las aperturas laterales del cubrebocas como un insecto una rejilla de valla metálica.

Mientras usted pueda respirar, podría inhalar con facilidad a través del tracto respiratorio esos agentes patógenos, puesto que igualmente la molécula de oxígeno es unas decenas de veces mayor que cualquier agente vírico.

No existe además evidencia científica de que el virus pueda transmitirse en el aire suspendido en gotículas o aerosoles y pueda ser transportado así con capacidad de infección, ni tampoco a través de superficies.

Finalmente, debería tenerse en cuenta que más del 50% de las infecciones víricas ocurren a través de la mucosa del ojo, por lo que en buena lógica deberíamos cubrir también nuestras retinas oculares.



<sup>1</sup> Adaptado del recurso contencioso-administrativo presentado por una organización jurídica en cada una de las 17 Comunidades Autónomas y las dos Ciudades Autónomas de España (<https://www.partidolaocrata.es/wp-content/uploads/2020/09/NOTA-DE-PRENSA-INTERPOSICIÓN-RECURSOS-CCAA.pdf>).

<sup>2</sup> La información médica para dicho recurso fue realizada por la Dra. Natalia Prego Cancelo, fundadora en España de *Médicos por la Verdad* en julio de 2020.

## Respiración

El primer efecto que la interposición de la barrera mecánica en el tracto respiratorio provoca en el organismo es un aumento de la frecuencia cardíaca inducido por el menor flujo de oxígeno que llega al cerebelo, órgano que regula la necesidad de respirar y se rige por el porcentaje de dióxido de carbono presente los quimiorreceptores periféricos (carotídeos, principalmente); para favorecer el aflujo de más oxígeno, el cerebelo envía órdenes al corazón y los pulmones para que aumenten su frecuencia de contracción.

La respiración se vuelve rápida y profunda, y esto provoca un síndrome de hiperventilación (aumento de ventilación por minuto) que afecta al cerebro pudiendo producir confusión, mareo, debilidad e incapacidad para pensar claramente.

El prolongado uso de mascarillas dificulta la normal eliminación de las bacterias y otros agentes patógenos que proliferan en nuestra boca, procedentes del metabolismo digestivo, en lo que podríamos denominar una retroalimentación tanto vírica como bacteriana: parte de estos productos de desecho se inhalan con la inspiración y van a parar indebidamente a los pulmones. Esta situación está provocando ingresos hospitalarios con cuadros clínicos tan graves y letales como pleuresía pulmonar y principios de neumonía incluso en población joven.

Además, la diferencia de porcentaje de oxígeno entre el aire inspirado (alrededor del 21 por ciento) y el espirado (alrededor del 14 por ciento) resulta alterada cuando respiramos a través de una mascarilla, en el sentido de que el aire inspirado pasa a ser de alrededor del 17 por ciento.<sup>3 4</sup> Esta menor diferencia representa que absorbemos alrededor de un 20 por ciento menos de oxígeno en cada inspiración, déficit que se transmite a todos los procesos orgánicos en que éste es necesario.

## Sistema nervioso

La hiperventilación y el aumento de frecuencia cardíaca estimulan el sistema nervioso simpático con el objetivo de favorecer el aumento del flujo sanguíneo hacia los tejidos, tanto en reposo como en situaciones de actividad física y esfuerzo físico.

Este aumento de estimulación del sistema nervioso simpático potencia la liberación de catecolaminas, entre las cuales se encuentra el cortisol, cuyo exceso inhibe el sistema inmunitario; se facilita de esta forma el desarrollo de enfermedades infecciosas por una disminución del sistema defensivo del organismo.

## Cerebro

La disminución del suministro de oxígeno provoca una hipoxia cerebral que puede producir dificultad en la actividad mental, falta de atención y disminución de la coordinación motriz.

Se están dando iniciales problemas como cefaleas, aturdimiento mental, cansancio, fatiga y desmayos.

Por la gran sensibilidad que tienen las células cerebrales a la privación de oxígeno, la hipoxia en este contexto puede provocar también isquemia cerebral.

Dolor de cabeza. Náuseas o vómitos.

Narcolepsia (especialmente cuando la persona está al volante de un vehículo en marcha, con mayor riesgo de accidentes fatales).

Véase asimismo la parte IV.

## Corazón

La detección de un menor aporte de oxígeno en las células produce un mecanismo fisiológico de incremento de la frecuencia cardíaca, para intentar aumentar la cantidad de oxígeno que ingresa en las células. El aumento de frecuencia cardíaca produce taquicardia, la cual puede provocar dificultad respiratoria, mareo, debilidad, palpitaciones, confusión mental y lipotimias, principalmente cuando la persona esté en un contexto de deshidratación por el aumento de la temperatura ambiental, situación propia del calor que en España suele haber en primavera y verano.

---

<sup>3</sup> Groutaone (76.700 suscriptores al 26-10-2020). Testing Oxygen Under A Mask. (<https://www.youtube.com/watch?v=wi-RjFFhB18>, 30-06-2020).

<sup>4</sup> We are the resistance (92 visualizaciones hasta 26-10-2020). Suboxigenación por el uso de las mascarillas (<https://lbry.tv/@weareresistance:9/OXIGENO:3>, 23-10-2020).

Este aumento de la frecuencia cardíaca compensatoria también puede provocar afectación del miocardio, por sobrecarga contráctil.

## Sangre

Hipoxemia (disminución anormal de la presión parcial de oxígeno en la sangre arterial por debajo de 60 mm Hg, o saturación de oxígeno inferior al 90,7%). Se ha medido que el uso de la mascarilla en un adulto puede provocar una disminución de la saturación de O<sub>2</sub> de 98% a 91% en 1 hora.<sup>5</sup>

Al reducir la entrada de oxígeno se reduce igualmente el nivel de hemoglobina en sangre.

## Músculos

A nivel muscular, la hipoxia por uso prolongado y frecuente de mascarillas podría provocar también pérdida de masa muscular, como consecuencia de ese déficit de oxígeno.

## Piel

Por otra parte, a nivel dermatológico se pueden producir eritemas, inflamación de la epidermis produciendo dermatitis de contacto por irritación de las sustancias químicas propias de las mascarillas (especialmente formaldehído y tolueno),<sup>6</sup> así como el desarrollo de futuras alergias cutáneas por rechazo de tales sustancias, y el agravamiento de patologías cutáneas faciales ya existentes.

Deshidratación.

Se han multiplicado los casos de dermatitis bucal y proliferación fúngica (hongos).

## Otorrino

A nivel nasal, el uso de mascarillas de forma cotidiana y frecuente también puede provocar rinitis, así como a nivel oral podría producirse cuadros de sequedad bucal e infecciones fúngicas por la mayor temperatura y humedad presentes en el compartimento estanco que se genera entre la boca y la mascarilla.

## Metabolismo

La disminución regular de la cantidad de oxígeno que accede al organismo a que acabamos de aludir da como consecuencia una menor cantidad de oxígeno en sangre, es decir, déficit crónico de oxígeno celular y tisular.

Cuando la célula recibe menos oxígeno, se produce hipoxia celular, que inhibe la fabricación de energía en el nivel mitocondrial.

Acumulación de dióxido de carbono en el torrente sanguíneo, hipercapnia (aumento de la presión parcial del dióxido de carbono en la sangre).

Esto es especialmente grave en el caso de las personas escolares, pues la hipoxia permanente en la etapa del desarrollo del cerebro puede disminuir señaladamente su futura potencialidad cognitiva, y particularmente perverso en el conjunto de las personas, pues la hipercapnia (mayor porcentaje de CO<sub>2</sub> que de O<sub>2</sub> en la sangre) puede producir a medio plazo acidosis en las células, el mejor caldo de cultivo de los tumores y cánceres intersticiales.

El oxígeno es el responsable de todas las reacciones bioquímicas que se dan en el organismo y participa activamente en ellas. Junto a la ingesta calórica de alimentos proporciona energía en forma de moléculas de ATP. El razonamiento es sencillo: a menor oxígeno, menos ATP y, por tanto, menos energía.

## Sistema motor

Pérdida de reflejos, Reducción de las habilidades motoras finas, ya que ni los nervios pueden transmitir fidedignamente las órdenes motrices ni los músculos implicados pueden producir la energía necesaria para su ejecución.

---

<sup>5</sup> Un abogado contra la demagogia: Efectos de la mascarilla (<https://www.youtube.com/watch?v=0lM4Mm1xY29-08-2020>). **CENSURADO**

<sup>6</sup> Véase la Parte III de este informe.

## Sistema inmunológico

Descenso de las defensas.

Las personas que, desgraciada e incomprensiblemente, están ahora obligadas a usar mascarillas durante largos períodos de tiempo verán menoscabado su sistema inmunológico y pasarán a ser naturales inmunodeprimidos, en los que las consecuencias de un resfriado común o las de una gripe estacionaria serán mucho más graves y aumentarán su letalidad de forma considerable.

Estrictas medidas como el propio confinamiento y el uso permanente de mascarillas descenden considerablemente los niveles del sistema inmunológico. La razón principal estriba en que el organismo no se mantiene alerta, puesto que no está sometido al intercambio natural y deseable con los habituales gérmenes y bacterias que propicia la cercanía de otras personas y las interrelaciones sociales.

## Coda

A la mira de la múltiple incidencia del uso permanente y habitual de las mascarillas en los procesos fisiológicos del organismo, parece razonable dudar de la justificación que la vigente normativa sanitaria establece para compeler a tal uso, basada únicamente en supuestos datos epidemiológicos que sólo existen en los medios “informativos”.

Frente a tal evidencia, los múltiples efectos negativos sobre la fisiología del organismo, que serán irreversibles en mayor medida cuanto más jóvenes sean las personas que utilizan las mascarillas y cuanto más tiempo se prolongue la medida de “protección”, siendo ya aberrante el número de horas diarias que se prescriben en estas edades.

## Referencias

Véase la parte VII de este informe.

## II. Efectos psicológicos<sup>7 8</sup>

Estableciendo la siguiente valoración de riesgos que hace referencia a la infancia, aunque es de aplicación a toda la población sana. El uso obligatorio de la mascarilla a partir de los 6 años puede tener repercusiones a nivel psicológico en la infancia que en este informe la psicóloga pasa a exponer.<sup>9</sup>

### Ámbito cognitivo

#### - Aumento del nivel de tensión impidiendo la capacidad de concentración

El estrés que conlleva la demanda de atención al uso de mascarilla puede generar una carga añadida de tensión y estrés que puede afectar a capacidad de concentración, atención y creatividad, rendimiento escolar y descanso nocturno.

#### - Dificultad de expresión oral

La interposición de mascarilla en la emisión de mensajes orales dificulta la articulación de éstos, con mayor motivo en personas en edades escolares.

#### - Sensación de ahogo o de asfixia

La hipoxia generada por el menor ingreso de oxígeno puede resultar en sensaciones subjetivas de ahogo o asfixia que limitan la capacidad de pensar y razonar con lucidez.

#### - Limita su expresión emocional

La incomodidad que supone expresarse con mascarilla limita la expresión de sus emociones pudiendo influir en la no canalización adecuada de las mismas y en un aumento de tensión o de agresividad.

#### - Limita su capacidad de expresión corporal y su espontaneidad natural

La incomodidad que supone para su cuerpo estar pendiente de que no se caiga la mascarilla y el impedimento que supone respirar libremente con ella conlleva a una reducción de su movilidad física y corporal que puede llegar a afectar al desarrollo de su psicomotricidad.

#### - Coacción de la libertad de acción

La permanente conciencia de la interposición de mascarilla en su vida escolar, juntamente con otras medidas de “protección” puede producir sensación coartadora de la libertad de acción en sus formas más usuales en situación de aula: la comunicación con las demás escolares, la manipulación de objetos, la expresión de sus ideas.

### Ámbito afectivo

#### - Miedo al fracaso y frustración de sus expectativas de éxito

La obligatoriedad del uso permanente en tiempo y forma de mascarilla, para cumplir las expectativas de los adultos, es una demanda demasiado ambiciosa a la que muchos niños no pueden responder exitosamente generando una sensación de fracaso y de falta de responsabilidad personal.

---

<sup>7</sup> Adaptado del recurso contencioso-administrativo presentado por una organización jurídica en cada una de las 17 Comunidades Autónomas y las dos Ciudades Autónomas de España (<https://www.partidolaocrata.es/wp-content/uploads/2020/09/NOTA-DE-PRENSA-INTERPOSICIÓN-RECURSOS-CCAA.pdf>).

<sup>8</sup> Dictamen pericial redactado por psicóloga colegiada para dicho recurso.

<sup>9</sup> Los efectos han sido sintetizados en tres ámbitos de la personalidad, de los definidos por Galera (2001). *Manual de didáctica de la educación física. Una perspectiva constructivista integradora. Vol. II: Funciones de programación* (p. 25). Barcelona: Paidós.



### - Sentimiento de culpa

El deseo de complacer a sus profesores y padres y cumplir con la norma impuesta va en contradicción con su naturaleza espontánea y expresiva, que se ve limitada por el uso de la mascarilla, generando un sentimiento que puede introyectarse como culpa influyendo en su autoestima y seguridad personal.

### - Miedo a la crítica

Es una vivencia presente que los niños experimentan a diario si no se adaptan a la nueva norma, por parte de los adultos (padres, maestros, vecinos) o de sus compañeros y compañeras.

### - Ansiedad

La asociación de uso permanente de mascarilla con la evitación de un peligro invisible puede producir estados de ansiedad en ocasión de cambios de uso (en unos lugares sí, en otro no...) o descuidos de uso en ocasiones de teórica obligación.

### - Estrés / depresión

La acumulación de sentimientos de culpa, frustración, miedo, ansiedad... puede conllevar a estados de estrés o de depresión, que lógicamente aumentarán de frecuencia con la prolongación permanente de la compulsión.

Otro aspecto que cabe considerar en esta afectación es la frecuencia con que se observan en la clínica relaciones entre estados de depresión y enfermedades degenerativas de etiología poco conocida, como la fibromialgia,<sup>10</sup> de lo que cabe deducir mayores posibilidades de enfermar, en general.

## Ámbito social

### - Dificulta su comunicación interpersonal

Como es obvio, la comunicación interpersonal y expresiva se ve limitada en una etapa en la que el desarrollo relacional y social es de vital importancia para su sociabilización e integración en comunidad.

### - Miedo al contacto social

La mascarilla recuerda la distancia obligatoria y el riesgo que conlleva una cercanía física con otras personas generando un miedo al contacto social.

### - Deteriora sus relaciones sociales

Al no poder comunicarse sin obstáculos físicos, expresar con sus gestos sus emociones, alegría, miedo, sorpresa...sus relaciones pierden significado, pues el otro pasa a ser menos receptivo en la interacción establecida y se corre el riesgo de que se disminuya el interés en la relación con otros fomentándose el aislamiento.

### - Aislamiento social

Dada la dificultad que supone para ellos cumplir esta demanda sin sufrir críticas, tanto por parte de los adultos que para ellos son referentes como de otros niños en algunos casos, el aislamiento social es una consecuencia esperada en muchos casos ante esta situación.

---

<sup>10</sup> Díaz Robredo, L. A.; Robles Sánchez, J. I. (2011). Estabilidad emocional y cortisol como factores diferenciadores de la fibromialgia. *Sanidad Militar*, 67 (1), Madrid, enero/marzo 2011, ISSN: 1887-8571. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/sm/v67n1/articulo2.pdf>.

### - Disminución de la autoestima significativa

El no poder recibir un feedback gestual y expresivo en sus relaciones cuando interacciona con otros niños disminuye la autoestima que se configura cuando el otro da significado a nuestros comportamientos y comunicaciones haciéndonos sentir válidos y subrayando su interés por nosotros.

### - Sensación de miedo y pérdida de seguridad personal

El tener permanentemente presente, a través de la presencia en su rostro de la mascarilla, la presencia de la amenaza de muerte y su responsabilidad como posible portador de la misma, acentúa y condiciona su momento presente impidiendo conectarse con los valores que el amor y la confianza aportan a su desarrollo.



### - Generalización de miedo a otros ámbitos de la vida cotidiana

La sensación de falta de seguridad y vulnerabilidad que conlleva el recordatorio permanente del uso de la mascarilla y de lo que implica hace que se produzca en el niño una falta de seguridad personal que se manifiesta en muchos de ellos en una ampliación de miedos en otros ámbitos de su cotidianidad dificultando su desarrollo psicomotor y afectando su sensación de confianza vital.

### - Vivencia de incoherencia entre sus valores y la expresión actual de los mismos

Valores como la amabilidad que se expresa al sonreír, el compartir, la cercanía, están siendo cercenados en la situación actual que están viviendo y la mascarilla contribuye con su presencia a acentuar esta incongruencia, en tanto que las escolares no pueden extraer información de la observación de las expresiones faciales de sus compañeras y de las personas adultas.

## Coda

Una persona que desde niña haya vivido frecuentes episodios de uso compelido de mascarillas como estado habitual o semihabitual de vida tiene muchas probabilidades de convertirse en adulta poco sociable, poco empática, poco interesada por el mundo que le rodea, poco confiada en sí misma y, por tanto, con poca iniciativa.

### III. Desprendimiento de gases<sup>11</sup>

El uso permanente de mascarillas comunes como las quirúrgicas produce una cámara semiestanca entre la propia mascarilla y la superficie que cubre, la cual desarrolla una temperatura y una humedad superiores a las del exterior.

En dicho ambiente, el tejido de la mascarilla desprende gases emanantes de los compuestos de que está hecho, entre los cuales el formaldehído y el tolueno, en cantidades críticas para la salud, **ya desde los primeros pocos segundos de su uso.** (Ducrocq, 2020).<sup>12</sup>

Los gases tienen efectos nocivos para la salud; algunas personas son más sensibles que otras a sus efectos, pero en todo caso éstos siempre son más intensos cuando se inhalan, como es el caso, durante períodos de tiempo prolongados.

El **formaldehído** es un gas incoloro, inflamable a temperatura ambiente. Tiene un olor penetrante característico y en cantidades altas puede producir una sensación de ardor en los ojos, la nariz y los pulmones.

Está presente entre los productos del metabolismo del organismo en muy pequeñas cantidades que se eliminan sin dificultad. Pero también entra en la composición de numerosos productos industriales, entre los cuales antisépticos, medicamentos, cosméticos, suavizadores de telas, pegamentos, adhesivos y plásticos, algunos de los cuales entran en la composición de las mascarillas.

El formaldehído produce irritación de los tejidos cuando entra en contacto directo con éstos (por ejemplo, el contacto de la mascarilla con la piel). Los síntomas más comunes son irritación de los ojos, la nariz, la garganta y lagrimeo, lo que ocurre con pequeñas concentraciones en el aire; en concentraciones altas constituye un peligro inmediato para la salud y la vida. Las personas que sufren de asma pueden ser más sensibles a los efectos de la inhalación de formaldehído que personas sin asma. (ATSDR, 1999).

Se ha comprobado asimismo que la exposición prolongada al formaldehído (como la que se produce con el uso habitual de la mascarilla en situaciones de clase escolar) puede producir cáncer de senos nasales y de pulmón, por degradación de tres tipos de células pulmonares, entre ellas, una de tipo anticanceroso (EPA, 1989; IARC, 2004; NTP, 2016; Ortega et al., 2016).

Un efecto adicional de la prolongada inhalación de formaldehído es la degradación del ADN y la perturbación de las neuronas del cerebro, lo que favorecería la enfermedad de Alzheimer. (Ortega et al., 2016).

El **tolueno** es un líquido incoloro transparente con un olor característico. Es un buen disolvente. Está presente de forma natural en el petróleo crudo y es producido en el proceso de manufactura de la gasolina y de otros combustibles. Se usa en la fabricación de pinturas, diluyentes de pinturas, barniz para uñas, lacas, adhesivos, caucho y en la imprenta y el curtido de cueros; también se usa en la manufactura de benceno, nylon, plásticos, y poliuretano (componentes de las mascarillas) y en la síntesis de otros productos químicos.

Sus efectos sobre el sistema nervioso pueden ser pasajeros, en forma de dolores de cabeza, mareo o pérdida del conocimiento. Sin embargo, con la exposición repetida que provoca el uso de mascarillas, efectos tales como incoordinación motriz, alteraciones mentales y pérdida de la visión y la audición pueden transformarse en permanentes (ATSDR, 2015).

En personas con debilidad inmunitaria un exceso de inhalación de tolueno puede producir algunos de estos efectos, pasajeros o no: en grandes concentraciones puede provocar afecciones en el sistema nervioso, y a bajas o moderadas dosis se producen síntomas de cansancio, confusión, debilidad, pérdida de memoria, náuseas, pérdida del apetito y afectación de la vista.

Los vapores de tolueno presentan un ligero efecto narcótico e irritan los ojos. Su inhalación durante un período breve de tiempo puede provocar que la persona sufra mareos, e incluso si la cantidad es muy elevada, que pierda el conocimiento. (PRTR, 2020).

---

<sup>11</sup> Cuando no se indique explícitamente, la autoría de una parte dada cabe atribuirla a la compilación efectuada por el Profesor.

<sup>12</sup> Mediciones efectuadas con un monitor de calidad del aire LifeBasis (<https://www.meteorologic.net/capteur-de-qualite-dair-meilleur-guide-dachat-comparatif-test-avis/>).

## Coda

Personas que desde niñas han absorbido gases producto de la degradación de los tejidos de las mascarillas presentarán a la larga tendencia a padecer náuseas e irritación de los ojos, la nariz y la garganta, entre los efectos menos graves; cansancio, confusión, debilidad e incoordinación motriz, entre los moderados, y alteraciones mentales, pérdida de visión y audición, pérdida de memoria, y cáncer de senos nasales y/o de pulmón, entre los graves.

Esta variedad de posibilidades aumentará sin duda en proporción a la frecuencia con que las personas utilicen las mascarillas.

## Referencias

- ATSDR - Agencia para sustancias tóxicas y el registro de enfermedades de EE. UU. (Julio 1999). *Resumen de Salud Pública – Formaldehído* ([https://www.atsdr.cdc.gov/es/phs/es\\_phs111.pdf](https://www.atsdr.cdc.gov/es/phs/es_phs111.pdf)).
- ATSDR - Agencia para sustancias tóxicas y el registro de enfermedades de EE. UU. (Julio 1999). *Resumen de Salud Pública – Tolueno* ([https://www.atsdr.cdc.gov/es/phs/es\\_phs56.pdf](https://www.atsdr.cdc.gov/es/phs/es_phs56.pdf)).
- Ducrocq, Francois (2020). *L'usage des masques est dangereux*. (Recuperado de [https://www.youtube.com/watch?v=v\\_Cjet14e9M](https://www.youtube.com/watch?v=v_Cjet14e9M), 29-09-2020).
- EPA - U.S. Environmental Protection Agency, Office of Air and Radiation (1989). *Report to Congress on Indoor Air Quality, Volume II: Assessment and Control of Indoor Air Pollution*.
- IARC - International Agency for Research on Cancer (June 2004). Formaldehyde, 2-Butoxyethanol and 1-tert-Butoxypropan-2-ol. *IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans*, Vol. 88 (2006). Lyon, Francia: World Health Organization. ISBN 92-832-1288-6. (Recuperado de <http://monographs.iarc.fr/ENG/Monographs/vol88/index.php>, 9-10-2020).
- NTP – National Toxicology Program (2016). Substances Listed in the 14<sup>th</sup> Report on Carcinogens. U.S. Department of Health and Human Services, Public Health Service, November 2016. (Recuperado de [https://ntp.niehs.nih.gov/ntp/roc/content/listed\\_substances\\_508.pdf](https://ntp.niehs.nih.gov/ntp/roc/content/listed_substances_508.pdf), 9-10-2020).
- Ortega Atienza, Sara et al. (2016). Formaldehyde Is a Potent Proteotoxic Stressor Causing Rapid Heat Shock Transcription Factor 1 Activation and Lys48-Linked Polyubiquitination of Proteins. *The American Journal of Pathology*, 186 (11), November 2016, pp. 2857-2868. Retrieved from [https://ajp.amjpathol.org/action/showPdf?pii=S0002-9440\(16\)30298-X](https://ajp.amjpathol.org/action/showPdf?pii=S0002-9440(16)30298-X), 9-10-2020.
- PRTR – Ministerio para la Transición Ecológica (2020). *Protocolo sobre Registros de Emisiones y Transferencia de Residuos Tolueno* (Recuperado de <http://www.prtr-es.es/Tolueno,15660,11,2007.html>, 9-10-2020).

## IV. Afectaciones neurovegetativas y hormonales

### Desde el punto de mira fisiológico

La inspiración por la nariz, además de proveer de filtros pilosos y pituitarios para el aire que entra en el organismo a través de las fosas nasales, aporta oxígeno directamente al cerebro, a través de la lámina cribosa que las conecta con la base cerebral, lo que en primer lugar refresca el cerebro y, en segundo lugar, afecta a dos órganos cerebrales del sistema límbico o emocional:

1. Hipocampo, sede del control de la memoria a corto plazo, de la atención sostenida y único órgano del que hasta la fecha se ha demostrado que interviene en la regeneración neuronal.
2. Amígdala, órgano que activa y regula las emociones.

Como vimos en la Parte I, el uso permanente de la mascarilla afecta directamente al flujo de aire, que entra en menor cantidad por el efecto de barrera, lo que provoca que la persona que padece el uso de aquella se vea compelida inconscientemente a abrir la boca para inspirar un mayor flujo de aire, cuya concentración de oxígeno además está disminuida en un 20 por ciento.

Al entrar así el oxígeno en su mayor parte por la boca, disminuye el aporte al hipocampo y a la amígdala, con el resultado de una tendencia a (Silva, 2020; Servián, 2019):

- a) Disminución de la capacidad de concentración.
- b) Disminución de la atención.
- c) Reducción de la capacidad de regeneración neuronal.
- d) Amortecimiento de la activación emocional.
- e) Altibajos de impulsividad neurovegetativa.

En el caso de las personas escolares y de las jóvenes, algunas de estas afectaciones se ven aumentadas por la falta de desarrollo del lóbulo prefrontal (Blakemore et al. 2011, pp. 193 ss.), que inhibe las reacciones irreflexivas.

### Desde el punto de mira psicológico

Las emociones negativas, como por ejemplo los estados de estrés y depresión permanente a que hemos aludido en la Parte II, provocan un aumento de la hormona cortisol, cuyos efectos sobre el organismo cuando se segrega habitualmente en exceso son (Rodríguez, 2015):

- debilitación del sistema inmunitario (al inhibir la proliferación de células T).
- afectación del hipocampo, con las consecuencias que acabamos de ver.
- diabetes (el cortisol inhibe la producción de insulina, la hormona que controla los niveles azúcar).
- afectación de la piel (la pérdida de colágeno inducida por el cortisol en la piel es diez veces mayor que en cualquier otro tejido).
- afectación del estómago (el cortisol estimula la secreción ácida gástrica).
- incremento de la osteoporosis (el cortisol estimula la bomba de sodio de las células, cambiando el gradiente de salida en favor del potasio; en las células óseas, un exceso de potasio favorece la salida del calcio, cuyo déficit provoca osteoporosis).

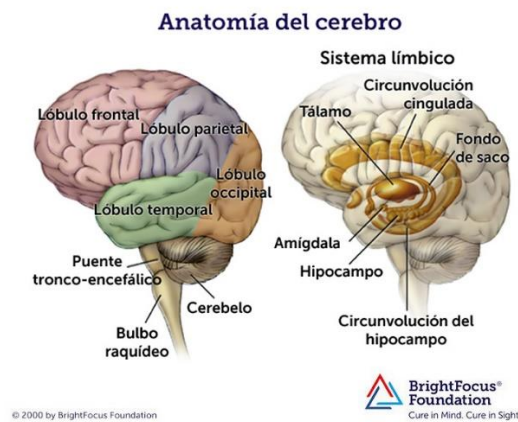
Estos efectos son más acentuados si, como es el caso de las actuales medidas de “protección”, disminuye el contacto social, pues se ha demostrado que la interacción social positiva (familia, amigos, compañeros de escuela) contribuye a controlar los niveles de cortisol (Heinrichs, 2003), lo que, como corolario, nos lleva a que la distancia “social” o el trabajo/escuela telemáticos aumentan el riesgo de secreción excesiva de cortisol.

### Coda

Una persona que desde niña se haya visto obligada a llevar mascarilla habitualmente será, de mayor, menos inteligente, menos reflexiva, más emocionalmente neutra y con tendencia a la impulsividad imprevista, así como tendrá mayor predisposición a la diabetes y la osteoporosis, y en general a cualquier enfermedad (por ejemplo, infecciones, catarros...), al disminuir su sistema inmunitario; todo ello, desde la perspectiva exclusiva de la afectación neurovegetativa y hormonal.

## Referencias

- Blakemore, Sarah-Jayne; Frith, Uta (2011). *Cómo aprende el cerebro. Las claves para la educación*. Barcelona: Planeta. (Booket, 3237).
- Heinrichs, Markus; Baumgartner, Thomas; Kirschbaum, Clemens Ulrike Ehlert (2003). Social support and oxytocin interact to suppress cortisol and subjective responses to psychosocial stress. *Biological Psychiatry*, 54 (12), December 15, 2003, pp. 1389-1398.
- Rodríguez del Risco, Lisbeth (enero 2015). Emociones. Cortisol en exceso y sus efectos negativos. En *PsicoVida* (<http://www.psico-vida.com/2015/01/emociones-cortisol-en-exceso-y-sus-efectos-negativos/>).
- Servián Franco, Fátima (6 junio 2019). Cortisol, la hormona del estrés. En *La Mente es Maravillosa* (<https://lamenteesmaravillosa.com/cortisol-la-hormona-del-estres/>).
- Silva, Karin (39 suscriptores al 13-09-2020). Información sobre el uso de la mascarilla (<https://www.youtube.com/watch?v=ctoU46HnOD0>, 13-09-2020).



## V. Mascarillas como residuo

El tipo más común de mascarilla, en razón por otra parte del precio, es la llamada mascarilla quirúrgica, que está compuesta normalmente de tres capas, una de las cuales, fabricada con un plástico que se denomina polipropileno.

El **polipropileno** (PP) es un plástico sintético que en condiciones estables de temperatura y humedad es totalmente inocuo. Se utiliza en la manufactura de numerosos productos, como botellas ecológicas, bolsas y embalajes, juguetes, ropa interior térmica, recipientes para alimentos y medicinas, y mascarillas, entre muchos otros. En estas últimas suele formar la capa intermedia de los tipos más comunes.

Podría ser tóxico o peligroso si se fundiera, lo que sucede a muy altas temperaturas, y sus partículas entraran en contacto con la piel, fuesen a parar a los ojos o se introdujeran en el tracto respiratorio (Squeasy, 2018). Podría ser el caso en que las mascarillas desechadas se quemaran en los vertederos.

El residuo de polipropileno no quemado tiene también efectos negativos cuando, como sucede con frecuencia, las mascarillas que lo contienen en su composición no son evacuadas correctamente. Aunque es uno de los plásticos menos contaminantes, su degradación biológica requiere un mínimo de alrededor de 150 años (Olarte, 2019), por lo que la evacuación de la ingente cantidad de mascarillas usadas que cabe esperar en estos tiempos tendrá un efecto importante sobre el medio ambiente.

Es curiosa la incongruencia, entre otras muchas, que se plantea con la regulación normativa de la evacuación de las mascarillas usadas. A pesar de la profusión de medidas pretendidamente sanitarias que se han regulado en los últimos meses, NO existe ninguna norma que prescriba los cuidados preventivos que deberían aplicarse en la recogida y evacuación de éstas, en tanto que adminículos supuestamente portadores de focos de una grande y peligrosa infección; no es raro ver por todas partes mascarillas usadas sin que nadie las localice, aítle ni evacúe.

El propio gobierno sólo indica lo siguiente: «Para desecharla, introdúcela en una bolsa de plástico. Deposítala cerrada en la basura y lávate las manos.» (Ministerio de Consumo, 2020). Todo un ejemplo de prevención de algo tan supuestamente mortífero y virulento, tanto desde el punto de vista epidemiológico, como del de la protección del medio ambiente.

### Coda

Una persona que desde niña haya visto que las mascarillas usadas se desechan sin ninguna precaución encontrará, a poco que reflexione, una incongruencia frente a su supuesta virulencia, y a poco que sea crédula con las versiones oficiales, un terror pánico a frecuentar los espacios en que tales residuos aparecen, que son por todas partes: tendrá tendencia a no salir al exterior, perdiendo por tanto oportunidades de desarrollar su autoinmunidad natural a través del aire y de la luz solar.

### Referencias

- Ministerio de Consumo (2020). *¿Qué debes tener en cuenta al comprar una mascarilla?* ([https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov/documentos/030520\\_GUIA\\_COMPRA\\_MASCARILLAS.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov/documentos/030520_GUIA_COMPRA_MASCARILLAS.pdf)).
- Olarte Romero, Federico (2019). Tipos de plásticos: toxicidad y usos. En *Ecovidiasolar.com* ([https://www.ecovidiasolar.es/blog/tipos-de-plasticos-toxicidad-y-usos/#5\\_Polipropileno\\_PP](https://www.ecovidiasolar.es/blog/tipos-de-plasticos-toxicidad-y-usos/#5_Polipropileno_PP) , 19-12-2019).
- Squeasy (2018). *Qué es el polipropileno: Toxicidad, usos, propiedades y más.* (Recuperado de <https://www.squeasy.es/que-es-el-polipropileno-toxicidad-usos-propiedades-y-mas/>, 25-12-2018).



## VI. Las mascarillas son un crimen contra la Humanidad y un abuso contra la infancia

Dra. Margarete Griesz-Brisson

Transcripción parcial del video de la Dra. Margarite Griesz-Brisson, realizada oralmente por Claudia Stauber y transcrita por Henna Maria.

Traducción al castellano, Antonio D. Galera  
Universidad Autónoma de Barcelona (España)

Margarete Griesz-Brisson es doctora en Farmacología, especialista en neurología y en neurofisiología, y sus campos científicos de especial interés son la neurotoxicología, la medicina ambiental, la neuroregeneración y la neuroplasticidad.

Las líneas que siguen son parte de lo que la Dra. tiene que decir a la comunidad sobre las mascarillas y sus efectos en nuestros cerebros, especialmente en los de las personas niñas y jóvenes.

Enlace al video original (26-09-2020, 16.829 visualizaciones hasta 26-10-2020):

<https://www.youtube.com/watch?v=pd22FGeuyog>

Enlace al video con subtítulos en inglés (28-09-2020, 18.358 visualizaciones hasta 26-10-2020):

[https://www.bitchute.com/video/aLjD3hE-on8/?fbclid=IwAR259qX71YRF\\_3i1MEPsn50IZ09061J7Agn5UKc7lLyNT6uH0a\\_gHX64Ido](https://www.bitchute.com/video/aLjD3hE-on8/?fbclid=IwAR259qX71YRF_3i1MEPsn50IZ09061J7Agn5UKc7lLyNT6uH0a_gHX64Ido)

Enlace al video original con subtítulos en español (14-10-2020, 161 visualizaciones hasta 26-10-2020).

Texto recuperado de *Global Research*, October 8, 2020, <https://www.globalresearch.ca/covid-19-masks-crime-against-humanity-child-abuse/5726059>.<sup>13</sup>

### Transcripción original

The reinhalation of our exhaled air will without a doubt create oxygen deficiency and a flooding of carbon dioxide. We know that the human brain is very sensitive to oxygen deprivation. There are nerve cells for example in the hippocampus that can't be longer than 3 minutes without oxygen - they cannot survive.

The acute warning symptoms are headaches, drowsiness, dizziness, issues in concentration, slowing down of reaction time - reactions of the cognitive system.

However, when you have chronic oxygen deprivation, all of those symptoms disappear, because you get used to it. But your efficiency will remain impaired and the under-supply of oxygen in your brain continues to progress.

We know that neurodegenerative diseases take years to decades to develop. If today you forget your phone number, the breakdown in your brain would have already started 20 or 30 years ago.

While you're thinking that you have gotten used to wearing your mask and rebreathing your own exhaled air, the degenerative processes in your brain

### Traducción al español

La reinhalación de nuestro aire exhalado sin duda creará una deficiencia de oxígeno y una inundación de dióxido de carbono. Sabemos que el cerebro humano es muy sensible a la falta de oxígeno. Por ejemplo, hay células nerviosas en el hipocampo que no pueden sobrevivir más de 3 minutos sin oxígeno.

Los síntomas de alarma aguda son dolores de cabeza, somnolencia, mareos, problemas de concentración, disminución del tiempo de reacción: reacciones del sistema cognitivo.

Sin embargo, cuando tienes una privación crónica de oxígeno, todos esos síntomas desaparecen porque te acostumbras.<sup>14</sup> Pero tu eficiencia seguirá disminuyendo y el suministro insuficiente de oxígeno en tu cerebro continúa progresando.

Sabemos que las enfermedades neurodegenerativas tardan años o decenios en desarrollarse. Cuando hoy olvidas tu número de teléfono, puede que la afectación en tu cerebro haya comenzado 20 ó 30 años atrás.

Mientras crees que te has acostumbrado a llevar la máscara y a respirar de nuevo el aire exhalado, los procesos degenerativos de tu cerebro se van

<sup>13</sup> Trascrito por Henna Maria, 3-10-2020, publicado inicialmente en Facebook,

[https://m.facebook.com/story.php?story\\_fbid=1448632362193051&id=100011389044151](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=1448632362193051&id=100011389044151).

<sup>14</sup> Esta aparente habituación NO está exenta de adaptaciones peligrosas para la salud, véanse las partes anteriores, especialmente la V. [Nota del compilador.]



### Transcripción original

are getting amplified as your oxygen deprivation continues.

The second problem is that the nerve cells in your brain are unable to divide themselves normally. So in case our governments will generously allow us to get rid of the masks and go back to breathing oxygen freely again in a few months, the lost nerve cells will no longer be regenerated. What is gone is gone.

I do not wear a mask, I need my brain to think. I want to have a clear head when I deal with my patients, and not be in a carbon dioxide-induced anaesthesia.

There is no unfounded medical exemption from face masks because oxygen deprivation is dangerous for every single brain.

It must be the free decision of every human being whether they want to wear a mask that is absolutely ineffective to protect themselves from a virus.

For children and adolescents, masks are an absolute no-no. Children and adolescents have an extremely active and adaptive immune system and they need a constant interaction with the microbiome of the Earth.

Their brain is also incredibly active, as it is has so much to learn. The child's brain, or the youth's brain, is thirsting for oxygen. The more metabolically active the organ is, the more oxygen it requires. In children and adolescents every organ is metabolically active.

To deprive a child's or an adolescent's brain from oxygen, or to restrict it in any way, is not only dangerous to their health, it is absolutely criminal. Oxygen deficiency inhibits the development of the brain, and the damage that has taken place as a result CANNOT be reversed.

The child needs the brain to learn, and the brain needs oxygen to function. We don't need a clinical study for that. This is simple, indisputable physiology. Consciously and purposely induced oxygen deficiency is an absolutely deliberate health hazard, and an absolute medical contraindication.

An absolute medical contraindication in medicine means that this drug, this therapy, this method or measure should not be used, and is not allowed to be used.

To coerce an entire population to use an absolute medical contraindication by force, there must be definite and serious reasons for this, and the reasons

### Traducción al español

ampliando en la medida en que continúa la falta de oxígeno.

El segundo problema es que las células nerviosas de tu cerebro no pueden dividirse normalmente [cuando tienen déficit de oxígeno]. En caso de que nuestros gobiernos nos permitan generosamente deshacernos de las mascarillas y volver a respirar oxígeno libremente de aquí a unos meses, las células nerviosas perdidas ya no se regenerarán. Lo que se fue, se fue.

Yo no uso mascarilla, necesito que mi cerebro piense. Quiero tener la mente despejada cuando trato con mis pacientes y no estar bajo una anestesia inducida por el dióxido de carbono.

Ninguna exención médica para el uso de mascarillas es infundada, porque la falta de oxígeno es peligrosa para todos los cerebros.

Usar una mascarilla absolutamente ineficaz para protegerse de un virus debe ser la libre decisión de cada ser humano.

Para los niños y adolescentes, las mascarillas son una absoluta aberración. Los niños y adolescentes tienen un sistema inmunológico extremadamente activo y adaptativo y necesitan una interacción constante con el microbioma de la Tierra.

Su cerebro también es increíblemente activo, ya que tiene mucho que aprender. El cerebro del niño, o el cerebro del joven, está sediento de oxígeno. Cuanto más metabólicamente activo es el órgano, más oxígeno necesita. Todos los órganos de los niños y adolescentes son metabólicamente activos.

Privar de oxígeno al cerebro de un niño o adolescente, o restringir su oxigenación de cualquier forma, no sólo es peligroso para su salud, es absolutamente criminal. La deficiencia de oxígeno inhibe el desarrollo del cerebro y el daño resultante NO PUEDE revertirse.

El niño necesita que su cerebro aprenda y el cerebro necesita oxígeno para funcionar. No necesitamos un estudio clínico para eso. Esto es fisiología simple e indiscutible. La deficiencia de oxígeno inducida conscientemente y sistemáticamente es un peligro para la salud absolutamente deliberado y una contraindicación médica absoluta.

En medicina, una contraindicación médica absoluta significa que ese fármaco, esa terapia, ese método o medida no debe usarse y no se permite su uso.

Para coaccionar por la fuerza a toda una población a utilizar una contraindicación médica absoluta, debe haber razones definidas y serias para ello, y éstas

## Transcripción original

must be presented to competent interdisciplinary and independent bodies to be verified and authorised.

When, in ten years, dementia is going to increase exponentially, and the younger generations couldn't reach their god-given potential, it won't help to say "we didn't need the masks".

How can a veterinarian, a software distributor, a businessman, an electrical car manufacturer and a physicist decide on matters regarding the health of the entire population? Please, dear colleagues, we all have to wake up.

I know how damaging oxygen deprivation is for the brain, cardiologists know how damaging it is for the heart, pulmonologists know how damaging it is for the lungs. Oxygen deprivation damages every single organ.

Where are our health departments, our health insurance, our medical associations? It would have been their duty to be vehemently against the lockdown and to stop it and stop it from the very beginning.

Why do the medical boards issue punishments to doctors who give people exemptions? Does the person or the doctor seriously have to prove that oxygen deprivation harms people? What kind of medicine are our doctors and medical associations representing?

Who is responsible for this crime? The ones who want to enforce it? The ones who let it happen and play along, or the ones who don't prevent it?

It's not about masks, it's not about viruses, it's certainly not about your health. It is about much much more. I am not participating. I am not afraid.

You can notice, they are already taking our air to breathe. The imperative of the hour is personal responsibility.

We are responsible for what we think, not the media.

We are responsible for what we do, not our superiors.

We are responsible for our health, not the World Health Organisation.

And we are responsible for what happens in our country, not the government.

## Traducción al español

deben ser presentadas a órganos interdisciplinarios e independientes competentes para su verificación y autorización.

Cuando, dentro de diez años, la demencia vaya a aumentar exponencialmente y las generaciones más jóvenes no puedan alcanzar su potencial dado por Dios, no ayudará decir "no necesitábamos mascarillas".

¿Cómo pueden un veterinario, un distribuidor de productos informáticos, un empresario, un fabricante de automóviles eléctricos y un físico decidir sobre cuestiones relativas a la salud de toda la población?<sup>15</sup> Por favor, queridos colegas, todos tenemos que despertar.

Sé lo dañina que es la falta de oxígeno para el cerebro, los cardiólogos saben lo dañina que es para el corazón, los neumólogos saben lo dañina que es para los pulmones. La privación de oxígeno daña todos los órganos.

¿Dónde están nuestros departamentos de salud, nuestras aseguradoras médicas, nuestras asociaciones médicas? Habría sido su deber estar vehementemente en contra del confinamiento y detenerlo, detenerlo desde el principio.

¿Por qué los colegios médicos imponen sanciones a los médicos que otorgan exenciones a las personas? ¿Tienen el paciente o el médico que demostrar seriamente que la privación de oxígeno daña a las personas? ¿Qué tipo de medicina representan nuestros médicos y asociaciones médicas?

¿Quién es responsable de este crimen? ¿Los que obligan a cometerlo? ¿Los que dejan que suceda y siguen el juego, o los que no lo evitan?

No se trata de máscaras, no se trata de virus, ciertamente no se trata de tu salud. Se trata de mucho más. Yo no participo. Yo no tengo miedo.

Date cuenta de que ya están quitándonos el aire que respiramos. El imperativo del momento es la responsabilidad personal.

Somos nosotros los responsables de lo que pensamos, no los medios de información.

Somos nosotros los responsables de lo que hacemos en el trabajo, no nuestros superiores laborales.

Somos nosotros los responsables de nuestra salud, no la Organización Mundial de la Salud.

Y somos nosotros los responsables de lo que sucede en nuestro país, no el gobierno.

<sup>15</sup> Probablemente, la autora se refiere a las ocupaciones civiles habituales de los componentes de los gobiernos que toman decisiones tan delicadas sin tener capacitación profesional para ello. [Nota del traductor.]

Transcripción original

There is no scientific evidence for the efficacy of facemasks against airborne virus transmission, but there is scientific evidence for the dangers of wearing facemasks.

Traducción al español

No hay evidencia científica de la eficacia de las mascarillas contra la transmisión de virus por el aire, pero sí hay evidencia científica de los peligros de usar mascarillas.



Una persona que respira a través de mascarilla recibe un 20 por ciento menos de oxígeno en cada inspiración, oxígeno que no puede utilizar su cerebro, ni sus pulmones, ni su metabolismo. En edades escolares y juveniles, este déficit causará estragos en su crecimiento y desarrollo



Protección de las manos: complemento ideal de las mascarillas



Distancia social: complemento ideal de las mascarillas y los hidrogeles para nuestra completa “protección”

## VII. Estudios científicos que las desaconsejan

(Adaptado y ampliado de Maer LVNHL, 11 Julio 2020, <https://laverdadnosharalibres.net/mascarillas-recopilacion-de-estudios-cientificos-que-las-desaconsejan/>).

Revisión crítica y actualización por Antonio D. Galera (Universidad Autónoma de Barcelona, España)

NO existe evidencia de utilidad alguna de las mascarillas fuera de ambientes clínicos.

Lo que sí existen son multitud de evidencias de que el uso prolongado de mascarilla provoca daños graves o fatales, entre ellos los asociados a los órganos más sensibles a deficiencias de oxígeno: cerebro (ictus, dolor de cabeza, desmayo con posible traumatismo), corazón (cardiopatías, infartos) y tejidos intersticiales (tumores).



Uso de mascarillas: un ataque directo a la salud y al correcto desarrollo fisiológico e intelectual de los niños y niñas

### Recopilación por orden cronológico

De las 36 publicaciones encontradas, 22 son anteriores a 2020, y sólo 14, de 2020: Se demuestra con este orden cronológico que **los efectos perversos de la utilización permanente de mascarillas SÍ eran conocidos con anterioridad (no menos de 15 años de producción continua) a la irrupción mediática del supuestamente dañino virus, por lo que la compulsión de su uso no ha sido fruto de una aparentemente necesaria improvisación.**

Para no abrumar a la persona lectora, sólo se han transcrito algunas de los centenares de publicaciones disponibles.

1989 Perlman, Stanley; Jacobsen, Gary; Afifi, Adel: "Spread of a neurotropic murine coronavirus into the CNS via the trigeminal and olfactory nerves". *Virology*, 170 (2), June 1989, pp. 556-560. [https://doi.org/10.1016/0042-6822\(89\)90446-7](https://doi.org/10.1016/0042-6822(89)90446-7). (Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/0042682289904467>).

[El efecto barrera de la mascarilla hace que los virus producidos por una persona contagiada puedan ingresar a su cerebro a través del trigémino y los nervios olfativos.]

2004 Aggarwal, Bharat B. (University of Texas, Houston): "Nuclear factor-kappaB: The enemy within". *Cancer Cell*, 6 (3), September 2004, pp. 203-208. <https://doi.org/10.1016/j.ccr.2004.09.003>. (Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15380510/#affiliation-1>).

[El bajo nivel de oxígeno promueve la inflamación sistémica que, a su vez, facilita el crecimiento, la invasión y la propagación de los cánceres.]

2005 National Taiwan University Hospital: "The Physiological Impact of N95 Masks on Medical Staff". June 2005. Retrieved from US Clinical Trials, <https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT00173017>.

[El uso de mascarillas N95 por los trabajadores de la salud les provocó hipoxemia (nivel bajo de oxígeno en la sangre) e hipercapnia (elevación de los niveles de dióxido de carbono en la sangre). Además, el estudio encontró que "el personal médico tiene un mayor riesgo de contraer el 'síndrome respiratorio agudo severo' (SARS) [por] usar mascarillas N95 ..." Por último, los autores del estudio



encontraron además que "el personal médico que usa mascarillas N95 experimenta comúnmente mareos, dolor de cabeza y dificultad para respirar" y que se vio afectada su "capacidad para tomar decisiones correctas".]

- 2006 Balazy et al. (2006). "Do N95 respirators provide 95% protection level against airborne viruses, and how adequate are surgical masks?", *American Journal of Infection Control*, 34 (2), March 2006, pp. 51-57. <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2005.08.018> . (Retrieved from <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.488.4644&rep=rep1&type=pdf>).

- 2006 Lim, E. C. H.; Seet, R. C. S.; Lee, K.-H.; Wilder-Smith, E. P. V.; Chuah, B. Y. S.; Ong, B. K. C. (National University Hospital, Singapore): "Headaches and the N95 Face-Mask Amongst Healthcare Providers". *Acta Neurológica Scandinavica*, 113 (3), March 2006, pp. 199-202. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0404.2005.00560.x> (Retrieved from [https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16441251/?fbclid=IwAR2JCAvzZuQRmaFXynTdKiCbFCnnWfGVKXN59AwhW4sJxh9ghX\\_aRx7FuDo](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16441251/?fbclid=IwAR2JCAvzZuQRmaFXynTdKiCbFCnnWfGVKXN59AwhW4sJxh9ghX_aRx7FuDo)).

[Los dolores de cabeza en los profesionales médicos se encuentran comúnmente como resultado del uso de mascarillas, lo cual es un signo de hipoxia. Cerca del 10% de los trabajadores de la salud en un estudio experimentó síntomas tan graves que se vieron obligados a tomar, en promedio, dos días completos de bajas laborales por enfermedad, mientras que el 60% de estos profesionales de la salud requirieron el uso de analgésicos debido al dolor de cabeza. En ciertos trabajos (conductores de vehículos, obreros en andamios...) el uso de mascarilla podría ser causa de accidentes irreversibles.]

- 2007 Aledort, Julia E.; Lurie, Nicole; Wasserman, Jeffrey; Bozzette, Samuel A.: "Non-pharmaceutical public health interventions for pandemic influenza: an evaluation of the evidence base". *British Medical Journal*, 7, 2007 Aug 15, p. 208, <https://doi.org/10.1186/1471-2458-7-208>. (Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17697389/>).

[Ningún dato publicado respalda directamente el beneficio del uso generalizado de mascarillas por parte de la población.]

- 2007 Savransky, Vladimir; Nanayakkara, Ashika; Li, Jianguo; Bevans, Shannon; Smith, Philip L.; Rodríguez, Annabelle; Polotsky, Vsevolod Y. (John Hopkins University, Baltimore): "Chronic intermittent hypoxia induces atherosclerosis". *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine*, 175, March 2007, pp. 1.290-1.297, <https://doi.org/10.1164/rccm.200612-1771OC>. (Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2176090/>).

[La hipoxia crónica intermitente inducida por el uso permanente de mascarillas causa aterosclerosis cuando la persona tiene hiperlipidemia (exceso de lípidos en sangre) preexistente; por lo tanto aumenta el riesgo de padecer otros accidentes cardiovasculares, como los ataques cardíacos, así como accidentes cerebrovasculares.]

- 2008 Beder, A.: Büyükoçak, Ü.; Sabuncuoğlu, H.; Keskil, Z. A.; Keskil, S. (varias universidades turcas): "Preliminary report on surgical mask induced deoxygenation during major surgery". *Neurocirugía*, 19, 2008, pp. 121-126. (<http://scielo.isciii.es/pdf/neuro/v19n2/3.pdf>).

[El uso prolongado de la mascarilla reduce significativamente los niveles de oxígeno en sangre. Cuanto mayor sea la duración del uso, mayor será la caída de estos niveles.]

- 2009 Jacobs, Joshua L; Ohde, Sachiko; Takahashi, Osamu; Tokuda, Yasuharu; Omata, Fumio; Fukui, Tsuguya (University of Hawaii, Honolulu): "Use of Surgical Face Masks to Reduce the Incidence of the Common Cold Among Health Care Workers in Japan: A Randomized Controlled Trial". *American Journal Infect Control*, 37 (5), June 2009, pp. 417-419, <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2008.11.002>. (Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19216002/>).

[Mascarillas, cero beneficios y más frecuentes dolores de cabeza.]

- 2010 Cowling, B. J.; Zhou, Y.; Ip, D. K. M.; Leung, G. M.; Aiello, A. E. (Universidad de Hong Kong): "Face Masks to Prevent Transmission of Influenza Virus: A Systematic Review". *Review Epidemiol. Infect*, 138 (4), Apr. 2010, pp. 449-456, <https://doi.org/10.1017/S0950268809991658>. (Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20092668/>).

[Falta de evidencias acerca de la efectividad de las mascarillas contra el virus de la gripe. No se recomienda el uso de las mascarillas en personas sanas o en espacios abiertos. El uso continuado aumenta el riesgo de infección.]

- 2011 bin-Reza, Faisal; López Chavarrias, Vicente; Nicoll, Angus; Chamberland, Mary E. (Health Protection Agency, London): “The use of masks and respirators to prevent transmission of influenza: a systematic review of the scientific evidence”. *Influenza and Other Respiratory Viruses*, 6 (4), July 2012, pp. 257–267, <https://doi.org/10.1111/j.1750-2659.2011.00307.x>. (<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1750-2659.2011.00307.x>, 21 December 2011).  
[En los 17 estudios analizados no hay evidencia concluyente de que las mascarillas proporcionen protección contra contagios.]
- 2013 Sceneay, Jaclyn; Parker, Belinda S.; Smyth, Mark J.; Möller, Andreas (University of Melbourne, Australia): “Hypoxia-driven immunosuppression contributes to the pre-metastatic niche”. *OncoImmunology*, 2 (1), January 2013, e22355, <https://doi.org/10.4161/onci.22355>. (Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3583916/>).
- [Debido al uso permanente de la mascarilla, las personas con cáncer tienen más tendencia a desarrollar metástasis, pues la ausencia de oxígeno favorece la proliferación de células mieloides y suprime las funciones de las células sanas (linfocitos) que luchan contra las enfermas.]
- 2014 MacIntyre, C. Raina; Seale, Holly; Dung, Tham Chi; Hien, Nguyen Tran; Nga, Phan Thi; Chughtai, Abrar Ahmad; Rahman, Bayzidur; Dwyer, Dominic E.; Wang, Quanyi (University of New South Wales, Sydney, Australia): “A cluster randomised trial of cloth masks compared with medical masks in healthcare workers”. *British Medical Journal Open*, 5 (4), 2015, Apr 22, <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2014-006577>. (Retrieved from <https://bmjopen.bmj.com/content/5/4/e006577> ).
- [Las mascarillas de tela dejaron penetrar el 95% de partículas, las médicas, el 44%. Ningún tipo de mascarilla protege de los virus en razón del tamaño de estos.]
- 2014 Zhu, Jian Hua; Lee, Shu Jin; Wang, De Yun; Lee, Heow Pueh (University of Singapore): “Effects of long-duration wearing of N95 respirator and surgical facemask: a pilot study”. *Journal of Lung, Pulmonary & Respiratory Research*, 1 (4), November 2014, pp. 97-100, <https://doi.org/10.15406/jlpr.2014.01.00021>. (Retrieved from <https://medcraveonline.com/JLPRR/JLPRR-01-00021.pdf>).
- [Hay un aumento de la resistencia nasal al retirar el respirador N95 y la mascarilla quirúrgica después de 3 horas de uso, lo que potencialmente se debe a cambios fisiológicos nasales, que no se recuperan hasta después de 1 hora y media de quitarse las mascarillas.]
- 2015 Shehade, Hussein; Acolty, Valérie; Moser, Muriel; Oldenhove, Guillaume: Cutting Edge: “Hypoxia-Inducible Factor 1 Negatively Regulates Th1 Function”. *The Journal of Immunology*, 195 (4), August 15, 2015, pp. 1.372-1.376, <https://doi.org/10.4049/jimmunol.1402552>. (Retrieved from <https://www.jimmunol.org/content/195/4/1372.short?fbclid=IwAR3OIDJVhU3qvMg5BUAkJV40bFHG1FxFnfdPD55nTBNNjygOCoj8mWPUW4Gw>).
- [La falta de oxígeno en el organismo estimula un poderoso inhibidor del sistema inmunológico (una célula llamada Treg), que a su vez hace que el cuerpo esté listo para contraer una infección, como es el caso de la COVID-19<sup>16</sup> y experimentar dicha enfermedad de manera más severa: “Esto prepara el escenario para contraer cualquier infección, incluido COVID-19, y hacer que las consecuencias de esa infección sean mucho más graves. En esencia, la mascarilla puede ponerlo en un mayor riesgo de infecciones y, de ser así, tener un resultado mucho peor”.]
- 2016 Johnson, A.T.: “Respirator masks protect health but impact performance: a review”. *Journal of Biological Engineering*, 10 (4), 2016, <https://doi.org/10.1186/s13036-016-0025-4>. (Retrieved from <https://jbioleng.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13036-016-0025-4#citeas>).
- [El uso de mascarillas conlleva una serie de cargas fisiológicas y psicológicas, que pueden interferir en el desempeño de las tareas y reducir la eficiencia del trabajo y pueden incluso ser lo suficientemente graves como para causar afecciones potencialmente mortales si se mantienen en el tiempo.]
- 2016 Motoyama, I.; Joel, G.; Pereira, P.; Esteves, G.; Azevedo, P.: “Airflow-Restricting Mask Reduces Acute Performance in Resistance Exercise”. *Sports*, 4 (4), 2016, 46. <https://doi.org/10.3390/sports4040046>.

<sup>16</sup> Obsérvese que el artículo es de 2015: ya existía la Covid 19 en ese año... ¿Por qué ahora se le da tanta relevancia?  
[Nota del compilador.]

[El ejercicio de resistencia aeróbica aumenta la percepción subjetiva de esfuerzo y disminuye el rendimiento muscular y las concentraciones de lactato antes de que las personas suspendan el ejercicio por agotamiento.]

- 2016 Smith, Jeffrey D.; MacDougall, Colin C.; Johnstone, Jennie; Copes, Ray A.; Schwartz, Brian; Garber, Gary E.: “Effectiveness of N95 respirators versus surgical masks in protecting health care workers from acute respiratory infection: a systematic review and meta-analysis”. *Canadian Medical Association Journal*, 188 (8), May 17, 2016, pp. 567-574, <https://doi.org/10.1503/cmaj.150835>. (Retrieved from <https://www.cmaj.ca/content/188/8/567>).

[No se detecta diferencia significativa de protección entre las N95 y las quirúrgicas. No se ha probado la posible propagación de una infección respiratoria aguda a través de la transmisión aérea a distancia limitada.]

- 2017 Offeddu, Vittoria; Yung, Chee Fu; Low, Mabel Sheau Fong; Tam, Clarence C.: “Effectiveness of Masks and Respirators Against Respiratory Infections in Healthcare Workers: A Systematic Review and Meta-Analysis”. *Clinical Infectious Diseases*, 65 (11), 1 December 2017, pp. 1.934–1.942, <https://doi.org/10.1093/cid/cix681>. (Retrieved from <https://academic.oup.com/cid/article/65/11/1934/4068747>).

- 2017 Westendorf, Astrid M.; Skibbe, Kathrin; Adamczyk, Alexandra; Buer, Jan; Geffers, Robert; Hansen, Wiebke; Pastille, Eva; Jendrossek, Verena (University Hospital Essen, University of Duisburg-Essen): “Hypoxia enhances immunosuppression by inhibiting CD4+ effector T cell function and promoting Treg activity”. *Cell Physiol Biochem*, 41, 2017, pp. 1.271-1.284, <https://doi.org/10.1159/000464429>. (Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28278498/#affiliation-1>).

[La hipoxia inhibe la función de las células que favorecen la inmunidad natural.]

- 2019 Parodi Feye, Andrés Santiago; Carlos Magallanes: “Efectos agudos y crónicos del uso de máscaras de entrenamiento en altura durante el ejercicio: una revisión”. *Revista Universitaria de la Educación Física y el Deporte*, 12, Diciembre de 2019. Montevideo (Uruguay), 53-65. ISSN 1688-4949. <https://doi.org/10.28997/ruefd.v0i12.6>.

[Efectos de hipoxia y menor resistencia.]

- 2019 Radonovich Jr, Lewis J., MD; Simberkoff, Michael S., MD; Bessesen, Mary T., MD; Brown, Alexandria C., PhD; Cummings, Derek A. T., PhD; Gaydos, Charlotte A., MD; Los, Jenna G., MLA; Krosche, Amanda E., BS; Gibert, Cynthia L., MD; Gorse, Geoffrey J., MD; Nyquist, Ann-Christine, MD; Reich, Nicholas G., PhD; Rodríguez Barradas, María C., MD; Price, Connie Savor, MD; Perl, Trish M., MD: “N95 Respirators vs Medical Masks for Preventing Influenza Among Health Care Personnel. A Randomized Clinical Trial”. *Journal of the American Medical Association*, 322 (9), September 2019, pp. 824-833. <https://doi.org/10.1001/jama.2019.11645>. (Retrieved from <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2749214>).

[En un ensayo clínico en el que participaron 2.862 miembros de personal sanitario, no hubo diferencias significativas en la incidencia de gripe confirmada por laboratorio entre el personal que usó mascarillas N95 (8,2%) y el que usó mascarillas quirúrgicas (7,2%).]

- 2020 “Are Face Masks Effective Against COVID-19? The Pros and the Cons”. *The Science Times* (May 18, 2020), retrieved from <https://www.sciencetimes.com/articles/25713/20200518/wearing-face-masks-potentially-harmful-trap-exhaled-viruses-well-individuals.htm>.

[Se encontró que las mujeres embarazadas que usaban máscaras N95 tenían dificultades respiratorias asociadas con el uso de la máscara. La máscara N95, si se usa durante horas, puede reducir la oxigenación de la sangre hasta en un 20%, lo que a su vez puede conducir a la pérdida del conocimiento, como le sucedió al desafortunado hombre que conducía solo en su automóvil con una máscara N95, que se salió de la carretera y chocó, sufriendo lesiones. Cualquier persona con mala función pulmonar que lleve mascarilla puede correr riesgo evidente de desmayo y golpearse la cabeza. Esto, por supuesto, puede provocar la muerte.]

- 2020 Baig, Abdul Mannan; Khaleeq, Areeba; Ali, Usman; Syeda, Hira: “Evidence of the COVID-19 virus targeting the CNS: Tissue distribution, host-virus interaction, and proposed neurotropic mechanisms”. *ACS Chemical Neurosciences*, 11 (7), March 13, 2020: 995-998. <https://doi.org/10.1021/acschemneuro.0c00122> (Retrieved from <https://pubs.acs.org/doi/pdf/10.1021/acschemneuro.0c00122>).

[El efecto barrera de la mascarilla favorece que los virus producidos por una persona contagiada puedan ingresar a su cerebro a través de los nervios olfativos.]

- 2020 Baynes, Chris: “Coronavirus: Face masks could increase risk of infection, medical chief warns”. *Independent*, March 12, 2020. (Retrieved from [https://www.independent.co.uk/news/health/coronavirus-news-face-masks-increase-risk-infection-doctor-jenny-harries-a9396811.html?fbclid=IwAR29W\\_cLHb1d5bxcnVyrkbAjzcyen95fJeDObaS9U0VOQbpVbUHTTCaBTkY](https://www.independent.co.uk/news/health/coronavirus-news-face-masks-increase-risk-infection-doctor-jenny-harries-a9396811.html?fbclid=IwAR29W_cLHb1d5bxcnVyrkbAjzcyen95fJeDObaS9U0VOQbpVbUHTTCaBTkY) ).

[El uso permanente de mascarillas aumenta el riesgo de infecciones.]

- 2020 Brosseau, Lisa M., ScD; Sietsema, Margaret, Ph. D.: “Masks-for-all for COVID-19 not based on sound data”. *CIDRAP Center for Infectious Disease Research and Policy*, University of Minnesota, Apr 01, 2020. (Retrieved from [https://www.cidrap.umn.edu/news-perspective/2020/04/commentary-masks-all-covid-19-not-based-sound-data?fbclid=IwAR2xu6vpqbPvR\\_FpnAsoiRknWjGW6T2rhvySyhUNhTqtQ488Us7OBtcYtVc](https://www.cidrap.umn.edu/news-perspective/2020/04/commentary-masks-all-covid-19-not-based-sound-data?fbclid=IwAR2xu6vpqbPvR_FpnAsoiRknWjGW6T2rhvySyhUNhTqtQ488Us7OBtcYtVc) ).

[No se han encontrado datos sólidos de prevención de infecciones que justifiquen el uso permanente de mascarillas por parte de sujetos sanos.]

- 2020 Giustra-Kozek, Jennifer: “Masks: Are There Benefits or Just a Comfort Prop? Let the Facts Speak”. *Collective Evolution*, May 21, 2020. (Retrieved from [https://www.collective-evolution.com/2020/05/21/masks-are-there-benefits-or-just-a-comfort-prop-let-the-facts-speak/?fbclid=IwAR1L-wW-splqyX\\_7lNle80S7Wc1kK8vpuu6NgkSopBVU-MSDGINAaDsWwk](https://www.collective-evolution.com/2020/05/21/masks-are-there-benefits-or-just-a-comfort-prop-let-the-facts-speak/?fbclid=IwAR1L-wW-splqyX_7lNle80S7Wc1kK8vpuu6NgkSopBVU-MSDGINAaDsWwk) ).

[Las mascarillas tienen más riesgos para la salud que efectividad para prevenir contagios. Las infecciones de SARS no afectan a los niños tan significativamente como las de gripe.]

- 2020 Ji, Sayer: New Meta-Analysis Raises Doubts That Masks Work To Prevent COVID Infection and Transmission. *Greenmedinfo.com*, June 22nd., 2020 (Retrieved from [https://www.greenmedinfo.com/blog/new-meta-analysis-raises-doubts-masks-work-prevent-covid-infection-and-transmissi?fbclid=IwAR2KeU4sNHV1v5mxUb09x6l922djw3reaFV7\\_zL0965CQqwpVOPGKDXBV-4](https://www.greenmedinfo.com/blog/new-meta-analysis-raises-doubts-masks-work-prevent-covid-infection-and-transmissi?fbclid=IwAR2KeU4sNHV1v5mxUb09x6l922djw3reaFV7_zL0965CQqwpVOPGKDXBV-4) ).

[Dudas significativas sobre la efectividad de las mascarillas para prevenir infecciones y contagios de COVID.]

- 2020 Klompas, Michael, M.D., M.P.H.; Morris, Charles A., M.D., M.P.H.; Sinclair, Julia, M.B.A.; Pearson, Madelyn, D.N.P., R.N.; Shenoy, Erica S., M.D., Ph.D.: “Universal Masking in Hospitals in the COVID-19 Era”. *New England Journal of Medicine*, 382:e63, May 21, 2020, DOI: <https://doi.org/10.1056/NEJMp2006372> (Retrieved from [https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMp2006372?fbclid=IwAR300M57ZIGVdeGKvK1pkYtwjffFz7\\_cvf4bYv6uAAxOokUpdu5lq-31YZA](https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMp2006372?fbclid=IwAR300M57ZIGVdeGKvK1pkYtwjffFz7_cvf4bYv6uAAxOokUpdu5lq-31YZA) ).

[No hay protección médica, sólo sensación psicológica.]

- 2020 Long, Youlin; Hu, Tengyue; Liu, Liqin; Chen, Rui; Guo, Qiong; Yang, Liu; Cheng, Yifan; Huang, Jin; Du, Liang (Sichuan University, China): “Effectiveness of N95 respirators versus surgical masks against influenza: A systematic review and meta-analysis”. *Journal of Evidence Based Medicine*, 13, 2020, pp. 93–101, <https://doi.org/10.1111/jebm.12381>. (Retrieved from <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/jebm.12381> ).

[No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre las mascarillas N95 y las quirúrgicas a la hora de prevenir infecciones de varios tipos de gripe, incluidos los virales. Mayores niveles de disconfort en el uso de la N95, lo que es lógico por su mayor estanqueidad.]

- 2020 Ong, Jonathan J. Y., FRCP; Bharatendu, Chandra, MRCP; Goh, Yihui, MRCP; Tang, Jonathan Z. Y., MRCEM; Sooi, Kenneth W.X., MRCP; Tan, Yi Lin, MBBS; Tan, Benjamin Y. Q., MRCP; Teoh, Hock-Luen, MRCP; Ong, Shi T., BSc; Allen, David M., FAMS; Sharma, Vijay K., MRCP (National University Hospital, Singapore): “Headaches Associated With Personal Protective Equipment. A Cross-Sectional Study Among Frontline Healthcare Workers During COVID-19”. *Headache, The Journal of Head and Face Pain*, 60, 30 March 2020, pp. 864-877, <https://doi.org/10.1111/head.13811> (Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32232837/> ).

[Dolores de cabeza generalizados y consecuencias más graves en algunos casos.]



2020 Pifarré, F.; Zabala, D. D.; Grazioli, G.; Maura, I. D. (2020). COVID19 and mask in sports. *Apunts. Sports Medicine*, June 2020, <https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2020.06.002>.

[El uso de mascarillas provocó en los 8 deportistas testados una respiración hipóxica e hipercápnica, que disminuyó el O<sub>2</sub> en un 3,7% y aumentó la concentración de CO<sub>2</sub> en un 20%.]

2020 Rancourt, Denis G., Ph.D.: “Masks Don’t Work: A Review of Science Relevant to COVID-19 social policy”. *River Cities’ Reader*, Davenport, Iowa, EEUU, Jun 11, 2020. (Retrieved from <https://www.rcreader.com/commentary/masks-dont-work-covid-a-review-of-science-relevant-to-covide-19-social-policy>). ■pdf **MI**

[Ningún estudio ha demostrado que el uso generalizado de mascarillas por parte de la población produzca beneficios para la salud. Las medidas sociales de prevención son inoperantes. El artículo ilustra el grado en que los gobiernos, los medios de comunicación y los propagandistas institucionales pueden decidir operar en un vacío científico o seleccionar sólo aspectos incompletos de la ciencia que sirvan a sus intereses.]

2020 Salo, Jackie: Two boys drop dead in China while wearing masks during gym class. *New York Post*, May 6, 2020 (Retrieved from [https://nypost.com/2020/05/06/two-boys-drop-dead-in-china-while-wearing-masks-during-gym-class/?fbclid=IwAR0yALoO14aJrP2TheI1Roa0X9c8Lgpnn-yKODKm3M\\_eszr-mU\\_q0kw8lk](https://nypost.com/2020/05/06/two-boys-drop-dead-in-china-while-wearing-masks-during-gym-class/?fbclid=IwAR0yALoO14aJrP2TheI1Roa0X9c8Lgpnn-yKODKm3M_eszr-mU_q0kw8lk)).

[Muerte de niños por uso de mascarillas durante la clase de educación física.]



2020 Viner, Russell M., PhD; Russell, Simon J., PhD; Croker, Helen, PhD; Packer, Jessica, Mepi; Ward, Joseph, MBBS; Stansfield, Claire, PhD; et AL.: “School closure and management practices during coronavirus outbreaks including COVID-19: a rapid systematic review”. *The Lancet*, 4(5), May 1, 2020, pp. 397-404, [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30095-X](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30095-X). (Retrieved from [https://www.thelancet.com/journals/lanchi/article/PIIS2352-4642\(20\)30095-X/fulltext?fbclid=IwAR0VeGFSbmPzG11-mfI0IYgVVS1GTSuBVa3-EXXMvA0iXANM9mjXjBH28cxs](https://www.thelancet.com/journals/lanchi/article/PIIS2352-4642(20)30095-X/fulltext?fbclid=IwAR0VeGFSbmPzG11-mfI0IYgVVS1GTSuBVa3-EXXMvA0iXANM9mjXjBH28cxs) ).

[El cierre de escuelas no contribuyó al control de la epidemia en China, Hong-Kong ni Singapur. En los estudios hechos en países que no cerraron las escuelas, la transmisión en los centros fue entre muy baja o nula].

2020 Xiao, Jingyi; Shiu, Eunice Y. C.; Gao, Huizhi; Wong, Jessica Y.; Fong, Min W.; Ryu, Sukhyun; Cowling, Benjamin J. (University of Hong Kong): “Nonpharmaceutical Measures for Pandemic Influenza in Nonhealthcare Settings—Personal Protective and Environmental Measures”. *Emerging Infectious Diseases Journal*, ISSN: 1080-6059, 26 (5), May 2020, <https://doi.org/10.3201/eid2605.190994>. (Retrieved from [https://wwwnc.cdc.gov/eid/article/26/5/19-0994\\_article](https://wwwnc.cdc.gov/eid/article/26/5/19-0994_article)).

[Diez ensayos clínicos aleatorios diferentes de todo el mundo no encontraron que el uso de mascarillas produjera una reducción significativa de la transmisión de virus respiratorios altamente infecciosos.]

## VIII. Videos

### Efectos colaterales de las mascarillas

Orden de publicación inverso (el más reciente, primero).

Los doctores hablan contra las mascarillas. Doctors Speak against Masks (23-10-2020). *Dignidad para todos* (<https://lbry.tv/@DignidadParaTodos:9/Doctores-hablan-contras-las-Mascarillas:3>), 2.209 visualizaciones hasta 26-10-2020).

Buttar, Dr. Rashid (21-10-2020). El peligro de las mascarillas (<https://lbry.tv/@Win-war4:1/DR.-BUTTAR-MASCARILLA:6>), 22 visualizaciones hasta 26-10-2020).

A vueltas con las mascarillas. *Dignidad para todos* (<https://www.youtube.com/watch?v=g-ockdEdyNA&feature=youtu.be>), 20-10-2020). **CENSURADO**

[Probablemente se cuelgue en Lbry.tv en los próximos días.]

**IVA de las mascarillas** (19-10-2020). *Censored Content Control* (<https://lbry.tv/@CensoredContentControl:0/IVA-DE-LAS-MASCARILLAS:c>), 16 visualizaciones hasta 26-10-2020).

[España, el único país en que son obligatorias permanentemente en cualquier lugar.]

**IVA de las mascarillas**. Parte 2: Ministra de Hacienda española (19-10-2020). *Canal G* (<https://lbry.tv/@guillevillalba:7/IVA-de-las-Mascarillas-Parte-2--Ministra-de-Hacienda-espa%C3%B1ola:3>), 19 visualizaciones hasta 26-10-2020).

[La verdad oficial sobre el IVA en España.]

Schönig, Dr. Heiko (Hamburgo) (4-08-2020). La estafa política de las mascarillas (<https://www.youtube.com/watch?v=0ZbLmiYsNQk&feature=youtu.be>), 10.461 visualizaciones hasta 22-10-2020). **CENSURADO**

Otra edición, en canal anti NOM: La estafa política de las mascarillas (<https://lbry.tv/@DignidadParaTodos:9/la-estafa-pol-tica-de-las-mascarillas-dr:b>), 0 visualizaciones hasta 26-10-2020).<sup>17</sup>

[Mascarillas sólo son un negocio.]

Más información sobre los peligros del uso de las mascarillas (17-06-2020). *La Verdad Abierta* (<https://lbry.tv/@VerdadAbierta:b/mas-informacion-uso-de-mascarillas:9>), 100 visualizaciones hasta 22-10-2020).

Bizcarra, Carmelo (7-06-2020). Doctor español con experiencia habla sobre el uso de mascarillas. *La Verdad Abierta* (<https://lbry.tv/@VerdadAbierta:b/doctor-karmelo-bizcarra-habla-sobre-mascarillas:2>), 132 visualizaciones hasta 22-10-2020).

El verdadero propósito del uso de las mascarillas (30-05-2020). *La Verdad nos hará libres* (<https://laverdadnosharalibres.net/el-verdadero-proposito-del-uso-de-las-mascarillas/>), 28.100 comparticiones en Facebook hasta 26-10-2020).

[Control político.]

### Actuaciones populares exitosas

Victoria en Alemania: la obligación de llevar mascarillas en las clases en la ciudad de Baden Wurttemberg es abolida por las protestas masivas (20-10-2020). *Mateo 10:26* (<https://lbry.tv/@Mateo10y26:6/LA-OBLIGACION-DE-LLEVAR-MASCARILLAS-EN-LAS-CLASES-EN-LA-CIUDAD-DE-BADEN-WURTTEMBERG-ES-ABOLIDA-POR-LAS-PROTESTAS-MASIVAS:7>).

---

<sup>17</sup> A diferencia de YT, que censura sin dudar cualquier información que difiera de la verdad oficial, los canales alternativos están empezando su andadura y muchas personas no los conocen todavía, y además su acceso es algo más complicado que al de YT; convendría difundir su uso entre los susus. Véase una lista de dichos canales en Anti NOM medios alternativos; solicitar acceso a [despiertasusi@gmail.com](mailto:despiertasusi@gmail.com).

## Conclusiones

Llegados a este punto, podríamos evidentemente efectuar una síntesis de los efectos que hemos desgarnado en las páginas precedentes, con lo que obtendríamos algunos párrafos de doctrina suficientes para anular cualquier justificación científica a favor del uso indiscriminado, permanente, ubicuo y compelido de las mascarillas bozales, si es que los hubiera, para evitar los supuestos contagios que se invocan en las normativas.

Del mismo modo que la Dra. Griesz-Brisson o la Dra. Prego, este compilador no ha encontrado doctrina científica que apoye el discurso oficial, por lo que el saldo de efectos del uso de los aludidos adminículos es notoriamente contrario a la salud, y ello, sin salirnos del discurso médico.

El uso de mascarillas por parte de personas en edades escolares y juveniles, como se indica por varias vías en esta compilación, es un atentado contra la salud fisiológica, psicológica y, sobre todo, sociológica. Generaciones de niños, niñas y jóvenes crecerán con carencias personales identitarias y predisposiciones morbosas de diversa índole que en no poca proporción serán irreversibles, por encontrarse en edades críticas de su crecimiento y desarrollo, y producirán una sociedad sensiblemente disminuida en su potencialidad vital.

De prolongarse la compulsión normativa del uso de mascarillas por parte de niños, niñas y jóvenes, generaciones de padres llegarán a comprobar, sin posibilidad de rectificación, las consecuencias de haber aceptado irreflexivamente el discurso oficial acerca de las medidas de “protección” para sus hijos.



O eres demasiado estúpido para darte cuenta del daño que les haces a tus hijos, o demasiado cobarde para oponerte a quienes te obligan a ello. En ambos casos, tus hijos podrán decirte un día que fuiste un MIERDA que no los defendiste.

Esto que se indica NO presupone negar la existencia de ningún inteligente y ubicuo corpúsculo, lo que se niega es la validez de los protocolos arbitrados por unos supuestos expertos cuya existencia, según nuestro gobierno, no es necesario identificar ni someter a debates con la sociedad civil.

## Conflicto de intereses

La persona compiladora manifiesta no tener ningún conflicto de intereses con las entidades, autoras, o medios de difusión mencionados en esta compilación.

Asimismo, en su calidad de Profesor de Didáctica de la Educación Física en la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Autónoma de Barcelona, manifiesta haber sido sometida a expediente disciplinario por presunto atentado muy grave contra la salud de las personas por resolución de la Mgca. y Excma. Sra. Rectora de la Universidad Autónoma de Barcelona de fecha 17 de septiembre ppdo., tras conocerse que, dos días antes, había difundido cuatro de los efectos del uso de mascarillas en una clase práctica de Didáctica de la Educación Física a sus estudiantes, futuras maestras de Educación Primaria para escolares de 6 a 12 años. El cargo principal explícito, sin embargo, es el de haberse negado a llevar la mascarilla en su centro de trabajo, por estar incurso en alguna de las excepciones que se contemplan en nuestro ordenamiento, las cuales no fueron tenidas en cuenta por la Sra. Rectora, a la que, según declaraciones de la propia Universidad, “no le tembló el pulso” a la hora de firmar la citada resolución.

Un efecto adicional del uso de mascarillas.