

Qué se debe hacer **Y** qué no se debe hacer

cuando use mascarillas de tela o cubiertas faciales

¡Recuerde que las mascarillas no proporcionan una protección completa! Deben siempre usarse en combinación con el distanciamiento social y el lavado de manos frecuente.

Qué se debe hacer

- ✓ Póngase una mascarilla siempre que tenga que salir por alguna necesidad esencial (supermercado, trabajo, farmacia).
- ✓ Póngase una mascarilla al correr o caminar donde haya mucha gente.
- ✓ Lávese las manos antes y después de quitarse la mascarilla.
- ✓ Ajuste bien la mascarilla alrededor de la boca y nariz.
- ✓ Póngase la mascarilla de tela siempre con el mismo lado hacia fuera.
- ✓ Quítese la mascarilla por las cintas o bandas elásticas para las orejas.
- ✓ Lave la mascarilla regularmente con agua y jabón, dependiendo del uso.



Qué no se debe hacer

- ✗ No se la ponga si está húmeda, sucia o dañada; use una nueva.
- ✗ No limpie la mascarilla con espray ni paños desinfectantes.
- ✗ No se deje la mascarilla colgando de una oreja ni en el cuello.
- ✗ No toque la parte frontal de la mascarilla, ya que esta está contaminada.
- ✗ No comparta su mascarilla reusable ni su cubierta facial con nadie.
- ✗ No la use demasiado. No se requiere una mascarilla para actividades afuera (cuidar el jardín, lavar del carro, hacer ejercicio, cortar la grama).

