

# ¿CÓMO USAR LA MASCARILLA CORRECTAMENTE?

Para una máxima efectividad de la mascarilla, es preciso respetar una serie de reglas básicas de higiene.



## 1 Lavar las manos:

Antes de ponerse la mascarilla, lávese bien las manos con agua y jabón, o con una solución alcohólica.

## 2 Preparar la mascarilla:

Con las manos sujetando los extremos, extender la mascarilla horizontal y verticalmente.

## 3 Colocación:

Colóquese la mascarilla sujetando los extremos, asegurándose de que cubre totalmente la nariz y la boca, de modo que el extremo inferior quede por debajo de la barbilla.

## 4 No tocar la mascarilla:

Evite tocar la mascarilla. Si necesita recolocar la mascarilla, haga uso de los extremos elásticos de las orejas. En caso de tocar la mascarilla, lávese después las manos.

## 5 Tiempo de uso:

Se recomienda usar la mascarilla para realizar actividades cotidianas, lavándola después de cada uso. En caso de un uso intensivo, se recomienda usar dos mascarillas distintas al día.

## 6 Retirar mascarilla:

Sujetar los extremos elásticos de las orejas y retirar la mascarilla hacia adelante.

## 7 Precaución:

Al retirar la mascarilla, ponga un especial cuidado en no tocar la parte frontal de la misma. Al ser la parte más expuesta al ambiente, es la parte susceptible de estar más contaminada.

## 8 Higiene:

Lavar la mascarilla después de cada uso.