

## JUNTOS. 함께. TOGETHER.



### **Cómo ponerse una mascarilla correctamente**

- Lávese las manos antes de colocarse la mascarilla
- Colóquela de tal manera que le cubra la nariz y la boca, y asegúrela por debajo de la barbilla
- Trate de que se ajuste a los lados de la cara
- Asegúrese de poder respirar con facilidad
- El CDC no recomiendan el uso de mascarillas o cubiertas de tela para el control de fuentes de infección si tienen válvula de respiración o ventilación

### **Quitese la mascarilla con cuidado**

- Desate las tiras detras de la cabeza o estire las bandas para las orejas
- Manipulela solo mediante las tiras o bandas para las orejas
- Pliegue los extremos externos
- Coloque la mascarilla en la lavadora
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca al quitarse la cubierta, y lavase las manos de inmediato despues de quitarsela