




BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS

COLOCACIÓN DE LA MASCARILLA


Antes de la colocación comprueba que su estado es correcto. El color oscuro siempre hacia afuera. La parte de arriba es la que tiene el clip nasal.

1



Lávate las manos con agua y aplica suficiente jabón.

2



Sujeta la mascarilla con una mano sobre la cara y pasa las gomas por la cabeza con la otra mano.

3



Ajusta una por encima y otra por debajo de la oreja, según el tipo de sujeción.

4




Asegurate que la mascarilla cubre boca y nariz completamente y que no hay huecos.

5



Si lo tiene, ajusta el clip nasal.

6



Comprueba si hay fugas de aire exhalando con fuerza y reajustala si es necesario.

Lo que no hay que hacer



No llevarla fuera del lugar indicado.
No poner en la frente



No llevarla colgando a la altura del cuello.



No quitarla para hablar, toser o estornudar.



No tocar la parte externa de la mascarilla ni la cara.



No tapar sólo la boca. Cubrir nariz y boca ajustándola bien a la cara.