

Utilización de las Mascarillas de Protección

Usar mascarillas de protección es una de las maneras más efectivas de protegerse de la infección.

¿Cómo ponerse y quitarse las mascarillas correctamente?

1

- Por favor, asegúrate de llevar la mascarilla adecuadamente ajustando la pinza de la nariz y tirando de la parte inferior de la misma hacia la barbilla para que tanto la boca como la nariz queden cubiertas.
- Mientras te quitas la mascarilla, intenta no tocar su parte exterior y recuerda lavar tus manos adecuada e inmediatamente.

¿Qué tipo de mascarilla es efectiva?

2



- Las mascarillas quirúrgicas y N95 están recomendadas (evita llevar la mascarilla con válvula respiratoria).
- Las mascarillas de papel, carbón activo, algodón y de polvo de esponja no son efectivas.

¿Cuándo llevar las mascarillas?

3

Las mascarillas quirúrgicas y N95 se recomiendan cuando estás:

- Viajando a lugares públicos.
- Buscando el tratamiento médico.
- Tomando el transporte público.



¿Con cuánta frecuencia debes cambiar tu mascarilla?

4

- Por favor, sustituye la mascarilla cada 2 o 4 horas. O, si la mascarilla se humedece o se mancha, deberás cambiarla inmediatamente.