



Organización
Mundial de la Salud



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
OFICINA REGIONAL PARA LAS
Américas

OPS

CÓMO UTILIZAR UNA MASCARILLA HIGIÉNICA DE TELA DE FORMA SEGURA

who.int/epi-win

LO QUE DEBE HACERSE



Lávese las manos antes de
tocar la mascarilla



Compruebe que la mascarilla no
está dañada, sucia o mojada



Ajústese la mascarilla a la
cara de modo que no queden
aberturas por los lados



Cúbrase la boca, la nariz
y la barbilla



Evite tocar la
mascarilla



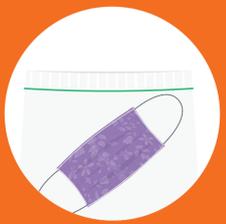
Lávese las manos antes de
quitarse la mascarilla



Quítese la mascarilla por
las tiras que se colocan tras
las orejas o la cabeza



Al quitarse la
mascarilla, manténgala
alejada de la cara



Guarde la mascarilla en una
bolsa de plástico limpia y de
cierre fácil si no está sucia o
mojada y tiene previsto
reutilizarla



Extraiga la mascarilla
de la bolsa por las
tiras



Lave la mascarilla con jabón o
detergente, preferiblemente
con agua caliente, al menos
una vez al día



Lávese las manos
después de quitarse
la mascarilla

LO QUE NO DEBE HACERSE



No utilice una mascarilla que
parezca dañada



No lleve una mascarilla que
le quede suelta



No se ponga la
mascarilla por
debajo de la nariz



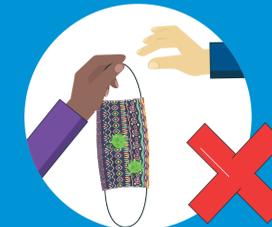
No se quite la mascarilla
cuando haya alguien a menos
de un metro de distancia



No utilice mascarillas
que dificulten la
respiración



No utilice mascarillas
sucias o mojadas



No comparta su
mascarilla con otras
personas

Para protegerse e impedir la propagación de la COVID-19, recuerde mantenerse al menos a un metro de distancia de otras personas, lávese las manos a fondo y con frecuencia y evite tocar la cara y la mascarilla.

Unidos todos,

Juntos frenemos la propagación de

COVID-19
CORONAVIRUS

📞 whatsapp.com/coronavirus

📺 @PAHOWHOCaribbean

📺 @PAHOCaribbean