

# MASCARILLAS en la población

Recomendaciones a 20 de mayo 2020

Objetivo: protección comunitaria para evitar la transmisión

## TIPOS PREFERENTES

1

HIGIÉNICA



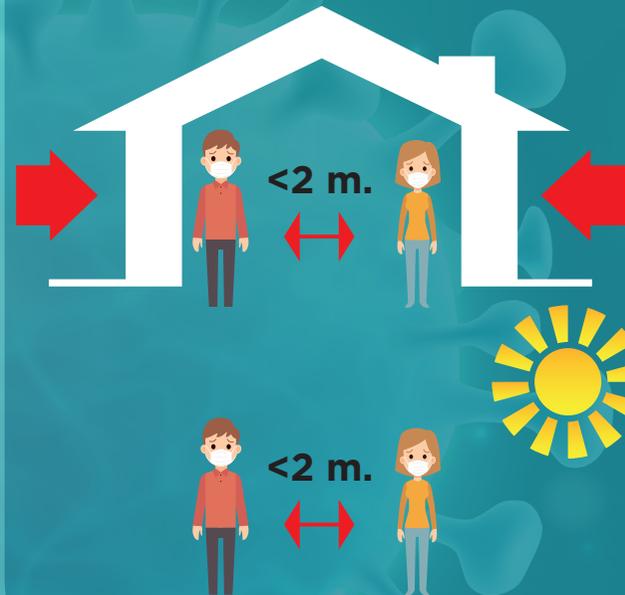
QUIRÚRGICA



## USO OBLIGATORIO



- Todos los espacios públicos cerrados o abiertos donde no se pueda mantener la distancia de seguridad



Quedan excluidas las personas con patologías que lo contraindiquen, y los menores de 6 años (aunque se recomienda su uso en niños de 3-5 años).

## BUEN USO

2

- Son unipersonales. No se deben compartir.
- Debe cubrir boca, nariz y barbilla.
- La parte de color hacia fuera
- No tocar la mascarilla una vez puesta.
- No quitársela para hablar, toser o estornudar
- Para la puesta y retirada.



## DURACIÓN

3

- Recomendable de 4 a 8 horas de uso intermitente o continuado.
- Desechar si no permite la respiración o está húmeda.



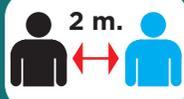
## TRAS SU USO

4

- Guardar en bolsa independiente transpirable (evitar las de plástico) y siempre en la misma posición para volver a usarla.
- Las higiénicas reutilizables lavar según ficha técnica.
- Tirar a la basura en una bolsa cerrada.



## LO MÁS IMPORTANTE



Mantén 2 metros de distancia entre personas



Lávate las manos frecuente y meticulosamente



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Cubre la boca y nariz con el codo flexionado al toser y estornudar



Usa pañuelos desechables

