

# RECOMENDACIONES PARA EL USO DE LA MÁSCARA SOCIAL



Cualquier persona podría ser transmisora de covid-19 aunque no tenga síntomas.



Si todos usamos tapabocas cuando estamos en lugares públicos ayudamos a disminuir el contagio.



La máscara no es sustituto de otras medidas de aislamiento e higiene.



No uses barbijos quirúrgicos reservados para el uso de personal de salud.

## Las máscaras de tela para uso social deben:

- ✓ Ajustarse adecuadamente a la cara para que no escapen gotas pero al mismo tiempo ser cómodas.
- ✓ Asegurarse con tiras que rodeen la cabeza o que se agarren a las orejas.
- ✓ Incluir al menos tres capas, la del medio debería poder descartarse.
- ✓ Permitir la respiración sin restricciones.
- ✓ Deben confeccionarse en telas que pueden lavarse en agua caliente para poder ser reutilizadas.

## Cómo ponerse, usar, quitarse y desechar una máscara.

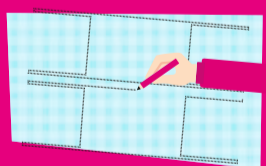
- 1) Antes de ponerte la máscara, lavate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- 2) Cubrite la nariz y la boca y asegurate de que no queden espacios entre la máscara y la cara.
- 3) Evitá tocarte la cara mientras las usás. Si lo hacés, lavate nuevamente las manos.
- 4) Cambiate la máscara cuando esté húmeda.
- 5) Para quitartela hazlo de atrás para adelante tomándola de las tiras o sujetadores. No toques la parte delantera de la máscara.
- 6) Si hay sospechas de que pudo haberse contaminado deséchala inmediatamente en una bolsa cerrada y desinfectate las manos con alcohol o lavalas con agua y jabón.



## ¿Cómo reutilizar la máscara?

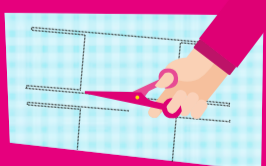
Lavar con abundante agua y jabón a temperaturas elevadas y dejar secar en algún lugar que no tome contacto con otros objetos.

## ¿Cómo hacer una máscara casera?



1

Conseguí tela en buen estado, limpia y que pueda lavarse fácilmente. Dibuja en ella dos siluetas iguales con la siguiente forma.



2

Luego recorta con cuidado.



3

Con las dos formas ya recortadas, posa una sobre otra ...

4

Cose tres de los lados de forma que se genere un bolsillo.

5

En el bolsillo podemos insertar una servilleta de papel que nos servirá de filtro descartable.

6

Anuda los lazos de los costados a tus orejas o ata cruzado por detrás de la cabeza.



AL VIRUS LO FREMAMOS ENTRE TODOS



MUNICIPALIDAD DE LA PLATA

La Plata

Quedate en casa.