

Aprende a colocarte la mascarilla



1
Lávate las manos durante 40-60 segundos **antes de manipularla.**



2
Toca solo las gomas de la mascarilla.



3
Póntela sobre nariz y boca, asegurándote de que no quedan grandes espacios entre tu cara y la mascarilla.



4
Pasa las bandas elásticas **por detrás de tus orejas.**



5
Pellizca la pinza nasal para ajustarla bien a la nariz.



6
Evita tocar la parte exterior de la mascarilla.

Si tienes que hacerlo, **lávate las manos antes y después.**



7
Antes de quitarte la mascarilla, **lávate las manos.**



8
Retira tocando **sólo las bandas elásticas.**



9
Para desecharla, **introdúcela en una bolsa de plástico** y deposítala en la basura, luego **lávate las manos.**



VER VIDEO

- + Es importante que **un adulto supervise y ayude a los niños a colocarse las mascarillas.**
- + Ayuda a tu hijo a comprender que **no debe tocar la mascarilla una vez la tenga puesta.**
- + Enséñales a **no chupar las mascarillas** porque cuando se mojan, pierden su efectividad.