

INFORMACIÓN SOBRE LA MÁSCARA O CUBREBOCAS DE TELA PARA LA CARA

Manténgase saludable durante el Coronavirus (COVID-19)



Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan usar ahora cubrebocas de tela para la cara en entornos o lugares públicos donde sea difícil mantener otras medidas de distanciamiento social (p. ej., tiendas de comestibles y farmacias), especialmente en áreas de transmisión significativas o indicadas en la comunidad.

CDC también recomienda el uso de cubrebocas de tela para la cara simples para desacelerar la propagación o transmisión del virus y evitar que quienes tengan el virus sin saberlo lo transmitan a otras personas.

Sí usted no tiene ningún síntoma y sale a lugares o entornos públicos, use un cubrebocas de tela para la cara, le ayudará para la propagación o transmisión de cualquier infección.

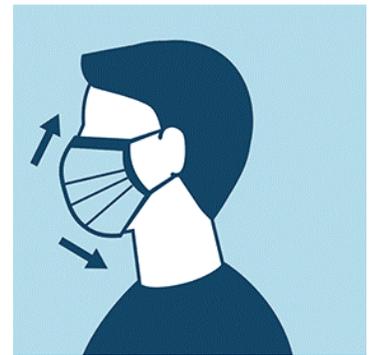
“Mi cubrebocas te protege, tu máscara me protege a mí.”

– Comisionada Jan Malcolm, (MDH) Departamento de Salud de Minnesota

CUBREBOCAS ALTERNATIVAS/ COBERTURAS DE TELA PARA LA CARA

Sí usted no trabaja en un entorno de servicios médicos se recomienda llevar un cubrebocas de tela para la cara, como una bufanda o una máscara casera. para mantener suministros limitados de máscaras quirúrgicas o N95 disponibles para profesionales de la salud.

- Usar un cubrebocas o una cobertura de tela para la cara NO protegerá 100 % contra el Coronavirus (COVID-19).
- Usar cubrebocas protege a OTRA gente, porque sí usted estornuda o tose mientras lo usa, el cubrebocas ayudará a no transmitir gérmenes a otras personas.



DEBE HACER:

- Ajustarse el cubrebocas de manera firme pero cómoda contra los lados de la cara.
- Cúbrase su nariz y su boca.
- Use un cubrebocas limpio .
- Lavar los cubrebocas con agua caliente y secarlos a una temperatura alta.
- Lávese las manos inmediatamente después de quitarse el cubrebocas.

NO DEBE HACER:

- No reutilice el cubrebocas: Cuando se lo quite no lo vuelva a usar sin lavarlo.
- No dejar el cubrebocas colgado a su cuello o a un oído.
- No tocarse los ojos, nariz, o boca cuando se quite el cubrebocas.
- No compre o use máscaras quirúrgicas y mascarillas de respiración (N95). Estos suministros son limitados y deben reservarse para proteger a los trabajadores de la salud y otros miembros del personal médico de respuesta a emergencias.

SIEMPRE RECUERDE

El uso de una máscara o cubrebocas NO lo protege de otras personas que pueden transmitir el virus. Entonces, ya sea o no que use una máscara o cubrebocas, aún necesita:

- ✓ Mantener el distanciamiento social: seis pies entre otros.
- ✓ Cubra su tos y estornudos.
- ✓ Lávese las manos con frecuencia, durante 20 segundos.
- ✓ Evite tocarse la cara, especialmente los ojos, la nariz y la boca.
- ✓ Limpie las superficies regularmente.