

RECOMENDACIONES PARA

ELEGIR LA MASCARILLA CORRECTA

- Puede ser quirúrgica o desechable.
- Debe ajustarse a tu rostro sin dejar grandes espacios.
- Debe quedar cómoda en la nariz y el mentón.
- La tela debe ser de tejido transpirable, como el algodón.
- El tejido debe ser abundante, fijate que no sea traslúcido.
- Debe tener dos o tres capas.

Debes cambiar tu mascarilla si:

- No se ajusta correctamente (Deja grandes espacios, te queda muy suelta o muy apretada).
- Hecha con un material que dificulta la respiración (plástico o cuero).
- Si la tela es muy delgada o de una capa.

No se recomienda:

- El uso de mascarillas con válvulas o respiradores de exhalación.
- Usar como mascarillas una bufanda o pasa montañas.

LA MASCARILLA NOS PROTEGE DEL CONTAGIO DE COVID-19

Elige la adecuada y asegúrate de usarla correctamente, siempre cubriendo tu boca, nariz y mentón.



¡No olvides!



Mascarilla



Distancia



Manos



Ventilar

#SigamosCuidándonos

Elige la adecuada y asegúrate de usarla correctamente, siempre cubriendo tu boca, nariz y mentón.



La mascarilla **debe ajustarse bien a tu rostro**, de lo contrario puede dejar que entre y salga aire con gotitas respiratorias.



Debe tener una banda metálica sobre tu nariz para ajustarse a tu rostro y no dejar salir aire por arriba.



No debe haber espacios alrededor de los bordes externos, verifica que no fluya aire por ningún lado de la mascarilla.



Elige una mascarilla con varias capas (dos o tres capas) para evitar la propagación de gotitas respiratorias.



No combines dos mascarillas de uso médico, esto no mejorará el ajuste y tampoco disminuirá el contagio.

Sigue más recomendaciones de autocuidado en www.minsal.cl o www.gob.cl/coronavirus