



**Cruz Roja  
Colombiana**

**Cómo  
colocarse,  
usar,  
quitarse  
y desechar  
una mascarilla.**



# Cuándo se debe usar una mascarilla



Cruz Roja  
Colombiana

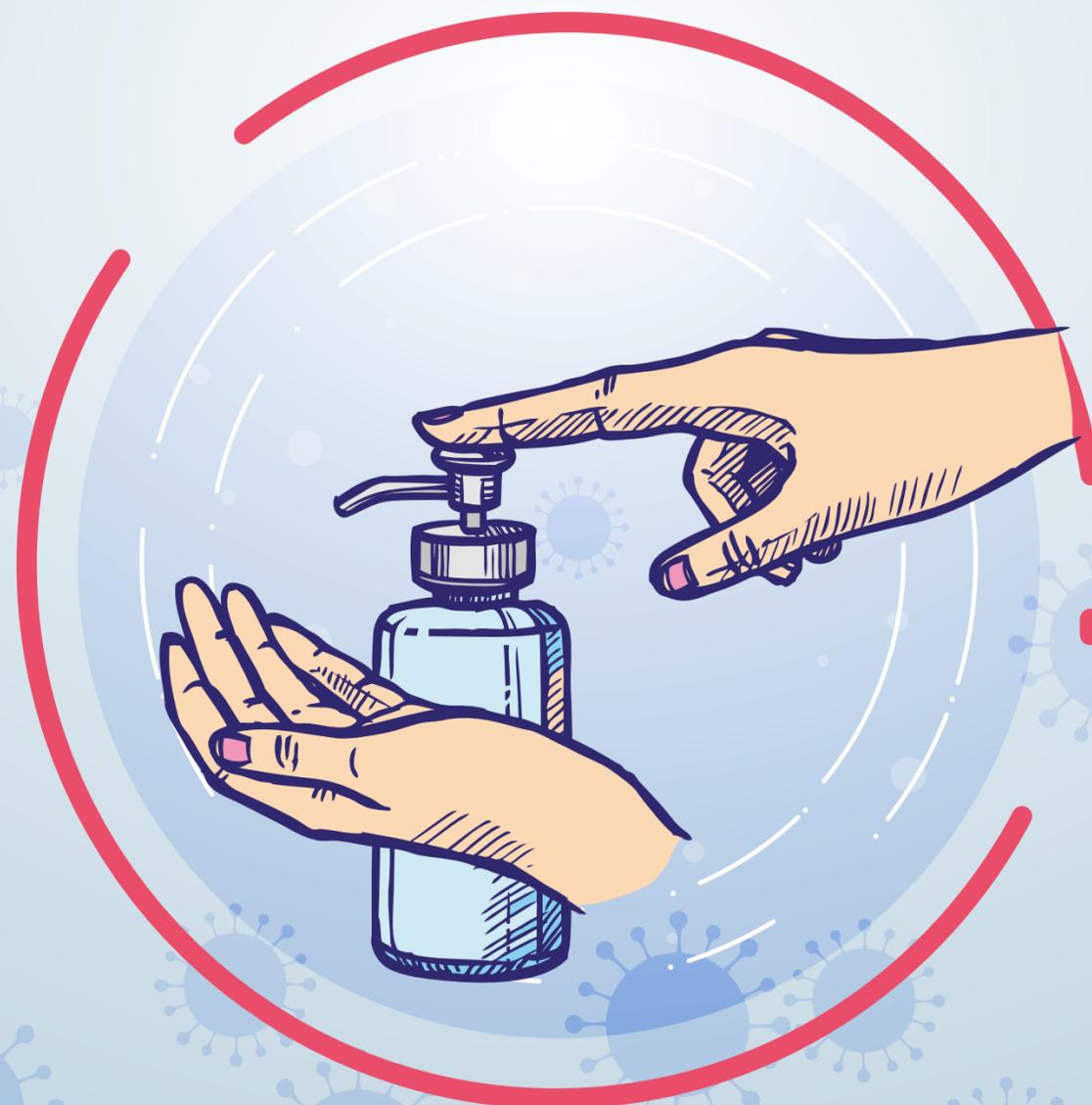
- No es necesario que las personas que no presenten síntomas respiratorios usen mascarillas.
- Use una mascarilla si está tosiendo o estornudando.
- Las personas sanas puede usar una mascarilla solo si están cuidando a una persona con sospecha de infección por 2019-nCoV.
- Las mascarillas son efectivas solo cuando se usan en combinación con la higiene frecuente de manos.
- Si usa una mascarilla, aprenda cómo usarla, quitársela y desecharla adecuadamente.

# Cómo colocarse, usar, quitarse y desechar una mascarilla.



Cruz Roja  
Colombiana

Antes de colocarse una mascarilla, realice la higiene de manos con un desinfectante para manos a base de alcohol o agua y jabón.



**RECUERDE:** No es necesario que las personas que no presenten síntomas respiratorios usen mascarillas.

Cómo colocarse, usar, quitarse y desechar una mascarilla.



Cruz Roja  
Colombiana

Cúbrase la boca y la nariz con la mascarilla y asegúrese de que no haya espacios entre su cara y la mascarilla.



**RECUERDE:** No es necesario que las personas que no presenten síntomas respiratorios usen mascarillas.

# Cómo colocarse, usar, quitarse y desechar una mascarilla.



Cruz Roja  
Colombiana

**Evite tocar la mascarilla mientras la usa; si lo hace, realice la higiene de manos con un desinfectante para manos a base de alcohol o con agua y jabón.**



**RECUERDE:** No es necesario que las personas que no presenten síntomas respiratorios usen mascarillas.

Cómo colocarse, usar, quitarse y desechar una mascarilla.



Cruz Roja  
Colombiana

Reemplace la mascarilla con una nueva tan pronto como esté húmeda y no reutilice las mascarillas de un solo uso.



**RECUERDE:** No es necesario que las personas que no presenten síntomas respiratorios usen mascarillas.

# Cómo colocarse, usar, quitarse y desechar una mascarilla.



Cruz Roja  
Colombiana

**Para quitarse la mascarilla:**  
quítela por detrás (no toque el frente de la mascarilla); deseche inmediatamente en un contenedor cerrado; realice la higiene de las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.



**RECUERDE:** No es necesario que las personas que no presenten síntomas respiratorios usen mascarillas.