

# ¿Cómo colocar la mascarilla?

La OMS solo aconseja su uso para personas con síntomas o ya contagiadas



Con las manos limpias, coloca la mascarilla sobre la cara de modo que **descanse sobre la nariz y la barbilla**



Estira la banda elástica superior sobre la cabeza y colócala alto sobre la coronilla. Luego estira la banda inferior y colócala alrededor del cuello y por abajo de las orejas



Vuelve a ajustarla por la parte de la nariz y la barbilla y asegúrate de que el cabello, el vello facial, las joyas y la ropa no se interponen entre la cara y la mascarilla.



Usando los dedos de ambas manos **moldee** el área de la nariz para adaptar la forma metálica a la nariz.



Realizar una **prueba de sellado** colocando ambas manos cubriendo toda la mascarilla y **respirando bruscamente**. Si se detecta alguna fuga **volver a ajustar**. Para un ajuste correcto, al **inhalar la mascarilla debe undirse** y al **exhalar abombarse**

# ¿Cómo retirar la mascarilla?



**SIN TOCAR LA PIEZA FACIAL** de la mascarilla, **eleve la banda inferior** desde alrededor del cuello hacia la cabeza



Levante la banda superior. **NO TOQUE EL RESPIRADOR**



Desechar la mascarilla en el contenedor adecuado y **LAVAR LAS MANOS**

# Nola jarri maskara?

OMEk sintomak dituzten edo kutsatuta dauden pertsonentzat soilik gomendatzen du



Eskuak garbi dituzula, jarri maskara aurpegiaren gainean, sudurraren eta kokotsaren gainean atsedean hartzeko



Luzatu goiko banda elastikoa buruaren gainean eta jarri koroaren gainean. Ondoren, luzatu beheko banda eta jarri lepoaren inguruan eta belarrien azpian



Sudur eta kokotsaren eremuan **berriro egokitu** eta ziurtatu ilea, aurpegiko ilea, bitxiak eta arropa aurpegiaren eta maskararen artean ez daudela.



Bi eskuetako hatzak erabiliz, **moldekatu** sudurraren azalera, forma metalikoa sudurrera egokitzeko.



**Zigilatze-proba bat egin**, bi eskuak maskara osoa estaliz eta **bat-batean arnasa hartuz**. Ihesik atzeman ez gero, **doitu berriro**. Behar bezala doitzeko, **maskara arnastean, hau zimurtu egin behar da, eta, arnasa botatzean, sabeldu**.

# Nola kendu maskara?



**MASKARAREN AURPEGIA UKITU GABE**, altxatu beheko banda elastikoa lepotik burura



Goiko banda elastikoa igo eta kendu. **EZ IKUTU MASKARA**



Bota maskara dagokion ontzian eta... **ESKUAK GARBITU**