

RECOMENDACIÓN COLOCACIÓN Y RETIRADA DE MASCARILLAS



La mascarilla debe cubrir totalmente la boca y la nariz. **Ajústala correctamente.**



Sujétala con la palma de la mano, en su parte exterior, para poder colocarla.



Coloca, con la otra mano, los elásticos detrás de la cabeza hasta el cuello o detrás de las orejas.



Ajusta el elástico. El inferior al cuello y el superior en el cráneo, o en las orejas.



Desecha la mascarilla si la respiración se vuelve difícil.



Retirar la mascarilla tocando solo las cintas de sujeción.

Imágenes realizadas por TEAyudamos (Hospital Universitario de Fuenlabrada)



Preparando la vuelta a la actividad con **CALMA**

Cuidando a las Empresas | Cuidando a las Personas