

¿Cuándo y cómo usar la mascarilla para evitar el contagio del COVID-19?



Ante la amenaza de contagio por el **COVID-19** el uso correcto de las mascarillas juega un papel primordial según la **Organización Mundial de la Salud** (OMS). A continuación, te incluimos algunas recomendaciones prácticas para el cuándo y cómo usar la mascarilla de manera efectiva.

¿Cuándo usar mascarilla?

- Si estás sano y tienes que entrar en contacto con personas que se desconoce si están infectadas o si atiendes a alguien que se sospeche tiene la infección por el Coronavirus.
- Lleva también mascarilla si tienes tos o estornudos.
- Las mascarillas solo son eficaces si se combinan con el **lavado frecuente de manos** con una solución hidroalcohólica (hand sanitizer) o con agua y jabón.
- Si necesitas llevar una mascarilla, aprende a usarla y eliminarla correctamente. De esto dependerá su protección.

¿Cómo ponerte, usar, quitarte y desechar una mascarilla?

- Antes de ponerte una mascarilla, lávate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Cúbrete la boca y la nariz con la mascarilla y asegúrate de que no haya espacios entre tu cara y la máscara.
- Evita tocar la mascarilla mientras la usas; si lo haces, lávate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Cámbiate de mascarilla tan pronto como esté húmeda y no reutilices las mascarillas de un solo uso.

- Para quitarte la mascarilla: quítatela por detrás (no toques la parte delantera de la mascarilla); deséchela inmediatamente en un recipiente cerrado.
- Recuerda que de igual manera deberás quitarte y desechar los guantes que estuvieron en contacto con la mascarilla y lávate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

Queremos compartirte un [video](#) de algunas recomendaciones para usarlas correctamente. Es importante que cooperemos utilizando todas las medidas de protección que tengamos a nuestro alcance.

EN MAPFRE... NOS PREOCUPAMOS POR SU SALUD Y LA SALUD DE SU FAMILIA