10 CONSEJOS SOBRE EL USO DE MASCARILLAS

Majadahonda JOVEN

Usa una adecuada 1

Es importante saber, que **cuanta menos ventilación tiene, más segura será la mascarilla,** al igual que no en todos los lugares se permiten las de tela con filtros. Asegúrate de usar la mascarilla adecuada a cada situación.

Úsala correctamente 2

Hay que tener en cuenta que:
Las **mascarillas quirúrgicas duran 4 horas**.
Las **mascarillas FFP2, duran 8 horas.**
Las de tela dependen del modelo y lavados, si se usan más de lo recomendado dejan de funcionar.

Si usas mascarilla quirúrgica 3

El **marcado CE** asegura que cumple con la legislación.
La **referencia a la norma UNE EN 14683** asegura que cumple con un estándar de calidad.
El **tipo de mascarilla (I y II)** aparecerá en el etiquetado.

Si usas mascarilla de tela 4

Especial cuidado hay que tener con las **mascarillas higiénicas**.Tienen que tener **referencia a especificaciones (UNE 0064 y 0065) o ensayos**, para garantizar un nivel de protección.

Infórmate 5

Si tienes alguna duda con tu mascarilla, **pregúntale a la persona proveedora,** podrá ayudarte, para que conozcas las características que necesitas saber.

Si la compras en internet 6

La información sobre su uso y mantenimiento, **debe figurar en una etiqueta sobre el propio producto o en un folleto** adjunto.

Lávate las manos y ajústala. 7

Recuerda **lavarte las manos antes y después** de su uso, retirándola siempre por las cuerdas. Ajústala bien a **nariz, barbilla y boca,** sino está bien ajustada no te protege correctamente.

Guárdala bien 8

Ten a mano o en mente donde guardar la mascarilla, así, evitaremos contaminar la misma. **Utiliza un sobre o una bolsa de tela o papel para guardarla.** Colócala en la misma posición para que no se contamine.

No funciona pintada 9

Las mascarillas **pierden su efectividad, cuando son manipuladas**, por ejemplo, con pintura. Es mejor no tunearla ya que deja de servir para su cometido.

Es mejor evitar un contagio 10

Es comprensible que no cuidar tus hábitos, respecto a la mascarilla, a veces sea más fácil, pero es mejor **cuidarse, para no contagiarse, ni contagiar ¡ME CUIDO TE CUIDO!**