

**COVID-19**

## UTILIZAR CORRECTAMENTE LA MASCARILLA

### Cómo ponerse la mascarilla



1  
Lavarse bien  
las manos



2  
Pasar las gomas  
por detrás de las  
orejas



3  
Atar los cordones  
por detrás de la  
cabeza y del cuello



4  
Si la mascarilla tiene un  
borde rígido, pellizcarlo  
para ajustarlo a la  
nariz, bajar la  
mascarilla por debajo  
de la barbilla y no  
volver a tocarla

### Cómo quitarse la mascarilla



1  
Lavarse las manos y  
quitarse la mascarilla  
tocando únicamente los  
cordones o las gomas



2  
Después de utilizarla  
introducirla en una  
bolsa de plástico y  
tirarla



3  
Si es de tejido,  
lavarla a 60°C  
durante 30 min.



4  
Volver a  
lavarse bien  
las manos

**La mascarilla es un medio de protección complementario que  
no sustituye los gestos de barrera**



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



**0 800 130 000**

(llamada gratuita)