



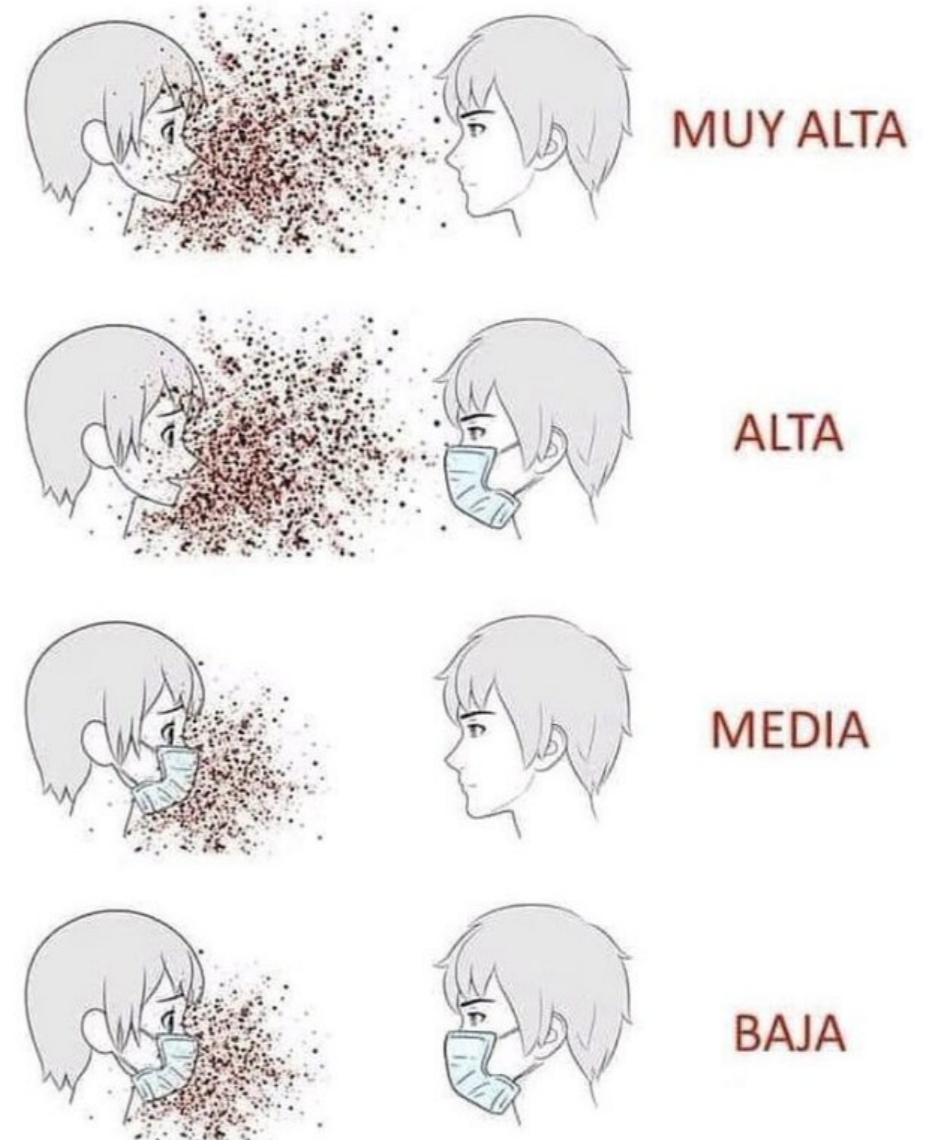
BUENAS PRÁCTICAS COVID19

MASCARILLAS DE TELA

APLICACIÓN DE LAS MASCARILLAS

1. La mascarilla higiénica que se entrega **no es un Equipo de Protección Individual (EPI) ni un Producto Sanitario (PS) pero es un método bastante eficaz** para reducir la posibilidad de transmisión del virus por vía aérea a otras personas cuando no es posible mantener la distancia social.
2. Las únicas mascarillas efectivas para proteger a las personas que las llevan son las FFP2 y las FFP3.
3. Si todo el mundo la lleva limita la posibilidad de contagio.
4. **NO** es una medida 100% efectiva.

Mantener la distancia de seguridad y lavarse frecuentemente las manos son las 2 medidas más efectivas.



ANTES DEL PRIMER USO

1. Retirar la etiqueta de la mascarilla.
2. Lavar la mascarilla antes de su primer uso.
3. Lavarse las manos antes de tocarla



Moja las dos manos con **agua**



Coge **jabón** líquido en abundancia



Frota bien las **palmas** entre si



Entrelaza las manos para limpiar bien el **espacio entre los dedos**



Frota el **dorso de la mano** contra la palma de la otra, entrelazando los dedos



Cierra la mano y frota el **dorso de los dedos** con la palma de la otra



Frota los **pulgares** haciendo movimientos rotatorios con la palma de la otra mano



Frota los **dedos** y las **uñas** con la palma de la otra mano



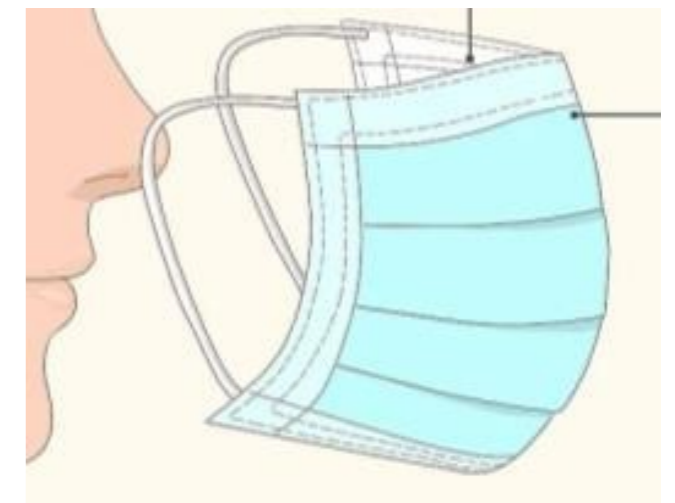
Frota las **muñecas**



Enjuágate bien con agua y **sécate** las manos con papel de un solo uso

COLOCARSE LA MASCARILLA

1. Antes de colocarse la mascarilla, lavar adecuadamente las manos con agua y jabón (o con desinfectante a base de alcohol).
2. Coger la mascarilla por las cintas elásticas, asegurando el ajuste flexible queda en la parte superior, y el interior hacia la cara.
3. Colocar las cintas detrás de las orejas, cubriendo boca y nariz, cuidando que el borde inferior queda debajo de la barbilla.
4. Ajustar la mascarilla. Usar el dedo índice y el pulgar para pellizcar la parte flexible del borde superior alrededor del puente de la nariz.
5. Evitar tocar la mascarilla mientras se usa.



DURANTE LA JORNADA

1. Evitar retirar y volver a colocar durante la jornada.
2. Si has de retirar la mascarilla puntualmente, deja la parte exterior sobre una superficie limpia, que hayas desinfectado previamente.



RETIRARSE LA MASCARILLA

1. Antes de retirarse la mascarilla, lavar adecuadamente las manos con agua y jabón (o con desinfectante a base de alcohol)
2. Coger la mascarilla por las cintas elásticas, retirando primero de una oreja y luego de la otra.
3. Evitar tocar el frontal al retirarla.
4. la parte flexible del borde superior alrededor del puente de la nariz.
5. Tras retirar la mascarilla, lavar adecuadamente las manos con agua y jabón (o con desinfectante a base de alcohol)



MANTENIMIENTO

1. Para mantener el producto en óptimas condiciones se debe lavar entre uso y uso, diariamente.
2. Tras el lavado se debe manipular la máscara lo menos posible, y siempre con manos limpias.
3. Tras el lavado se debe dejar secar antes de volver a usarlo

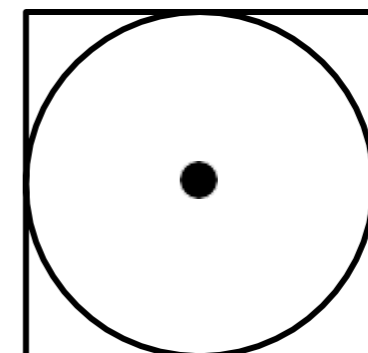
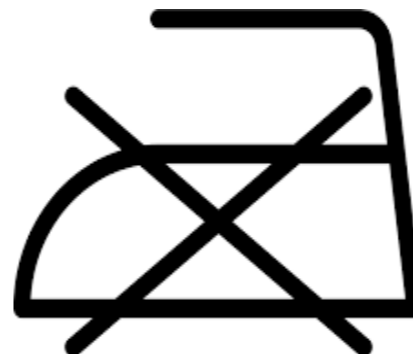
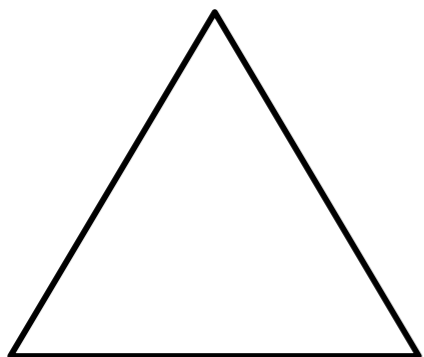


LAVADO

1. Usa jabón de lavadora normal
2. Permite el uso de lejía y otros tipos de detergente.
3. Lavado a máquina:
 - Temperatura de lavado recomendada a 40°C
 - Temperatura de lavado máxima a 75°C.
4. Se puede secar con secadora:
 - Temperatura recomendada: 40°C (máx. 40°C)
 - Duración: máximo 20 min + 5 min en frío (en función de la carga).

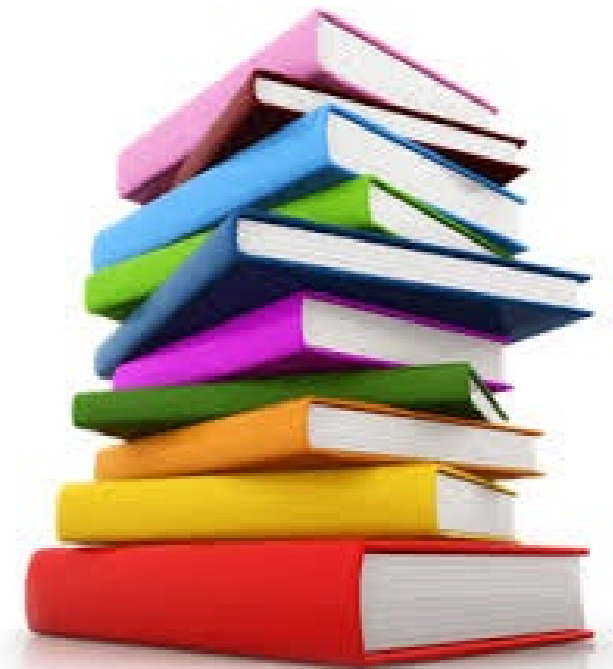
NO Planchar

Permite hasta 500 ciclos de lavado manteniendo sus propiedades.



REFERENCIAS

1. Ministerio de Sanidad y consumo www.mscbs.gob.es
2. Organización mundial de la Salud (WHO) www.who.int
3. Gobierno de Navarra <https://www.navarra.es/es/web/coronavirus>
4. Centro de control y prevención de enfermedades UE (ECDC) www.ecdc.europa.eu
5. Web de AIN <http://www.ain.es/covid-19/>



aim