



## **COLOCACIÓN, RETIRADA, ELIMINACIÓN Y USO DE LA MASCARILLA HIGIÉNICA**

### **Colocación de la mascarilla**

Se recomienda colocar la mascarilla sobre la piel desnuda (es decir, sin la presencia de cabello en contacto con la piel del usuario y, para algunas personas, piel afeitada) y respetar los siguientes pasos:

1. Lavarse las manos con agua y jabón o frotarlas con una solución hidroalcohólica antes de manipular la mascarilla.
2. Identificar la parte superior de la mascarilla.
3. Colocar la mascarilla en la cara y ajustar la pinza nasal a la nariz.
4. Sostener la mascarilla desde el exterior y pasar el arnés de cabeza o anudarlo detrás de la misma, a ambos lados de las orejas, sin cruzarlos.
5. Bajar la parte inferior de la mascarilla a la barbilla.
6. Verificar que la mascarilla cubre la barbilla.
7. Pellizcar la pinza nasal con ambas manos para ajustarla a la nariz.
8. Verificar que la mascarilla está colocada correctamente. Para esto es necesario verificar el sellado y la ausencia de las molestias respiratorias.
9. Una vez ajustada, no tocar la mascarilla con las manos. Si el usuario necesita tocar la mascarilla, debe previamente lavarse las manos con agua y jabón o frotárselas con una solución hidroalcohólica.

### **Retirada de la mascarilla**

Para evitar la contaminación al retirar una mascarilla, se deben seguir los siguientes pasos:

1. quitarse los guantes de protección;
2. lavarse las manos con agua y jabón o frotarlas con una solución hidroalcohólica;
3. retirar la mascarilla sin tocar la parte frontal de la mascarilla;
4. colocar la mascarilla que se va a desechar en un recipiente específico como se describe en el apartado.
5. lavarse las manos con agua y jabón o frotarlas con una solución hidroalcohólica.

### **Eliminación de la mascarilla**

Procedimiento para desechar la mascarilla:

Las mascarillas se deben desechar en un contenedor provisto de una bolsa de plástico (preferiblemente con tapa y control no manual). Se recomienda utilizar doble bolsa para preservar el contenido de la primera bolsa en caso de desgarro de la bolsa exterior.

Las mascarillas utilizadas también se pueden desechar en los contenedores para desechos biológicos.

### **Duración de uso máximo recomendado**

Por cuestiones de comodidad e higiene, se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior a 4 h continuadas. Si la mascarilla es reutilizable, lavarla y secarla para su reutilización conforme a las instrucciones detalladas en documento aparte. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra nueva.

Durante el mismo período de 4 h, la mascarilla solo se puede usar varias veces si se retira de acuerdo con las instrucciones se almacena temporalmente o se cuelga para ofrecer el menor contacto posible, y se vuelve a colocar de acuerdo con las instrucciones.

Tampoco se debe colocar en una posición de espera en la frente o debajo de la barbilla durante y después del uso.



Sujetar la mascarilla con ambas manos por las gomas.



Sujetar la mascarilla por el borde inferior y con la otra mano estirar de las gomas por detrás de la cabeza.



Colocar goma inferior a la altura de la nuca y la superior por encima de la cabeza.

PARA SU COLOCACIÓN EN NIÑOS:



Colocación de la mascarilla siempre supervisada por un adulto