

## Lo que debes hacer con tu tapabocas de tela.



Lávate las manos antes de tocarlo.



Comprueba que no esté dañado, sucio o mojado.



Ajústalo para que no queden aberturas en los lados.



Cúbrete boca, nariz y barbilla.



Evita tocarlo.



Lávate las manos antes de quitártelo.



Quítatelo por las tiras que se colocan detrás de las orejas o cabeza.



Al quitártelo, mantenlo alejado de la cara.



Guárdalo en una bolsa de plástico limpia y de cierre fácil, si no está sucio o mojado y lo vas a reutilizar.



Extráelo de la bolsa por las tiras.

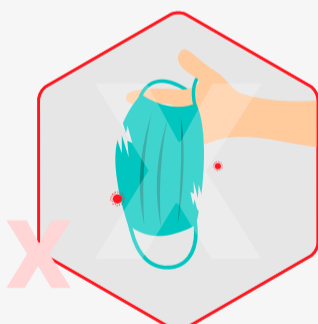


Lávalo con jabón o detergente, preferiblemente con agua caliente, al menos una vez al día.



Lávate las manos después de quitártelo.

## Lo que no debes hacer con tu tapabocas de tela.



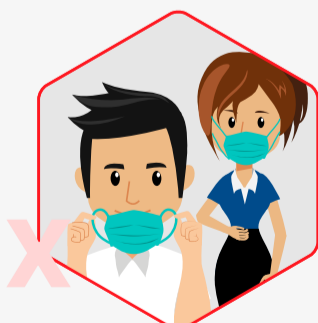
No utilizarlo si está dañado.



No usarlo si te queda suelto.



No ponértelo por debajo de la nariz.



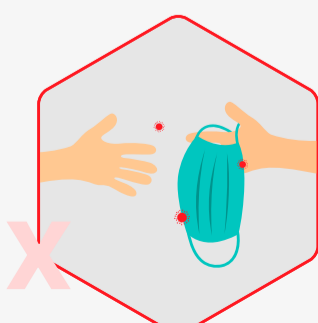
No quitártelo cuando haya alguien a menos de 1 m. de distancia.



No utilizarlo si te dificulta respirar.



No usarlo sucio o mojado.



No compartirlo con otras personas.

Para protegerte e impedir la propagación del COVID-19, recuerda mantener la distancia con otras personas, evitar aglomeraciones, lavarte las manos con frecuencia y evitar tocarte la cara y el tapabocas.

