

¡ENTRE TODXS NOS CUIDAMOS!

MANUAL COMUNITARIO



USO DE MASCARILLAS REUTILIZABLES
¿CÓMO USAR CORRECTAMENTE UNA MASCARILLA?

MANUAL COMUNITARIO DE USO DE MASCARILLAS REUTILIZABLES

¿CÓMO USAR CORRECTAMENTE UNA MASCARILLA?

1RA EDICIÓN

CONTENIDO: ATARRAYA TALLER DE ARQUITECTURA
CONFEDERACIÓN DE NACIONALIDADES INDÍGENAS DEL ECUADOR (CONAIE)
OPCIÓN MÁS CHAMANGA
UNIDAD CAMPESINA PALENQUE, RIOVERDE

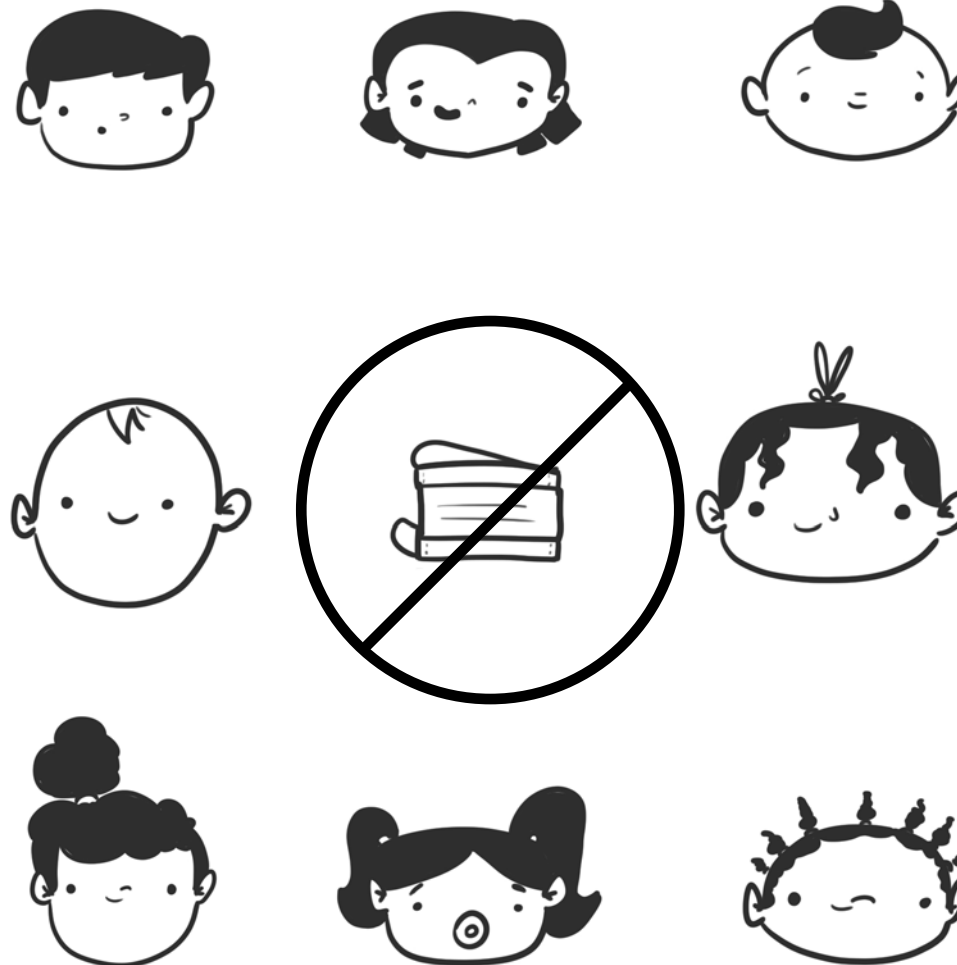
ILUSTRACIONES: DANIEL BUSTILLOS COSTALES

DIAGRAMACIÓN: ATARRAYA TALLER DE ARQUITECTURA
DANIEL BUSTILLOS COSTALES

Descargue el archivo para imprimir este manual en el siguiente enlace: <https://bit.ly/37db610>

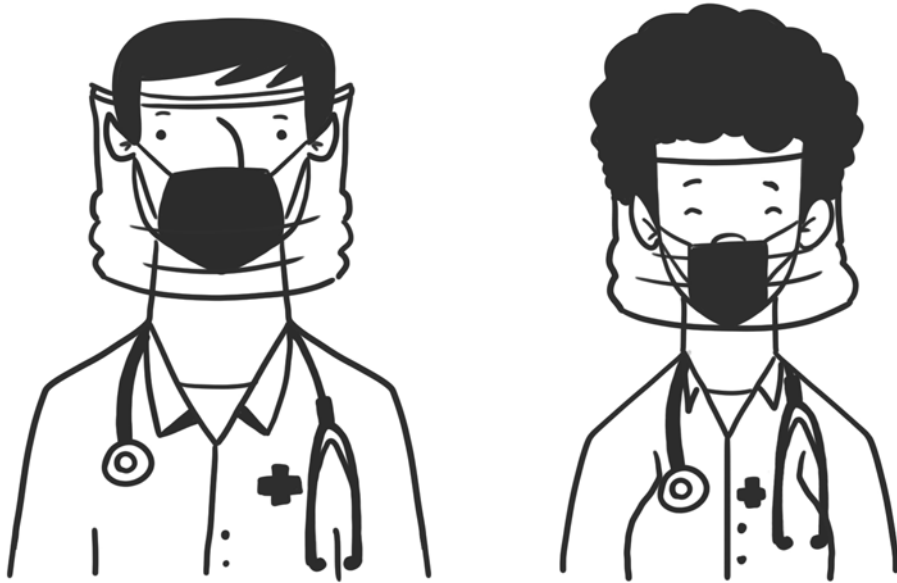
Para instrucciones detalladas sobre cómo confeccionar una mascarilla reutilizable, revise el **MANUAL COMUNITARIO DE CONFECCIÓN DE MASCARILLAS**, disponible en <https://bit.ly/2YfScyp>

CONTACTO@ATARRAYATALLER.COM
ECUADOR, JUNIO 2020



Niños y niñas **menores de 2 años no deben usar** ningún tipo de **mascarilla por riesgo de asfixia.**

AL RECIBIR SU MASCARILLA REUTILIZABLE



Las mascarillas reutilizables de tela **no son adecuadas para personal de salud**. Sin embargo, **las pueden usar si no tienen acceso a mascarillas médicas certificadas**.

Se deben complementar con **protectores de cara** hechos con galones de agua u otros plásticos transparentes.



Lávala inmediatamente en agua con jabón.

Si puede, **séquela al sol.**

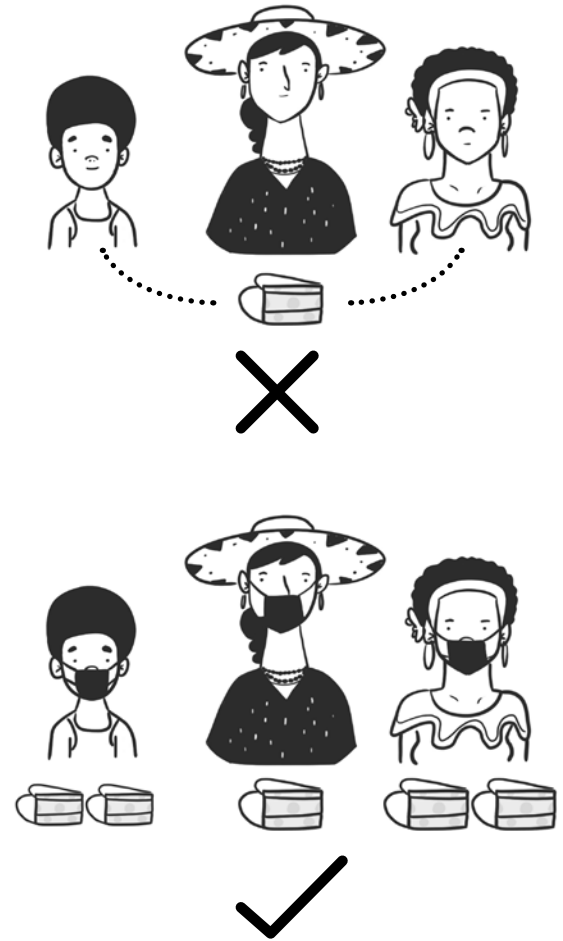
ANTES DE TOCAR SU MASCARILLA LIMPIA



Lávese bien las manos con agua y jabón.

También puede utilizar alcohol o gel desinfectante.

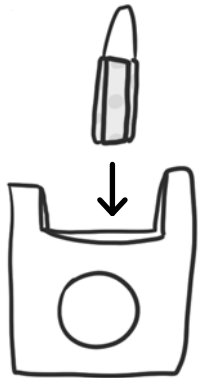
SI PUEDE, TENGA MÁS DE UNA MASCARILLA



Las mascarillas son de **uso personal** y **no deben ser compartidas**.

Tener varias para cada persona le ayudará a poder **lavarlas después de cada uso**.

SI NO PUEDE LAVAR LA MASCARILLA ENSEGUIDA



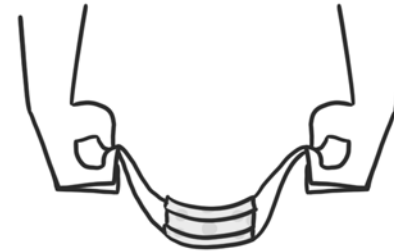
Lávese las manos con agua y jabón.

Quítese la mascarilla y póngala en una funda plástica. Cierre la funda.

Lávese las manos con agua y jabón.

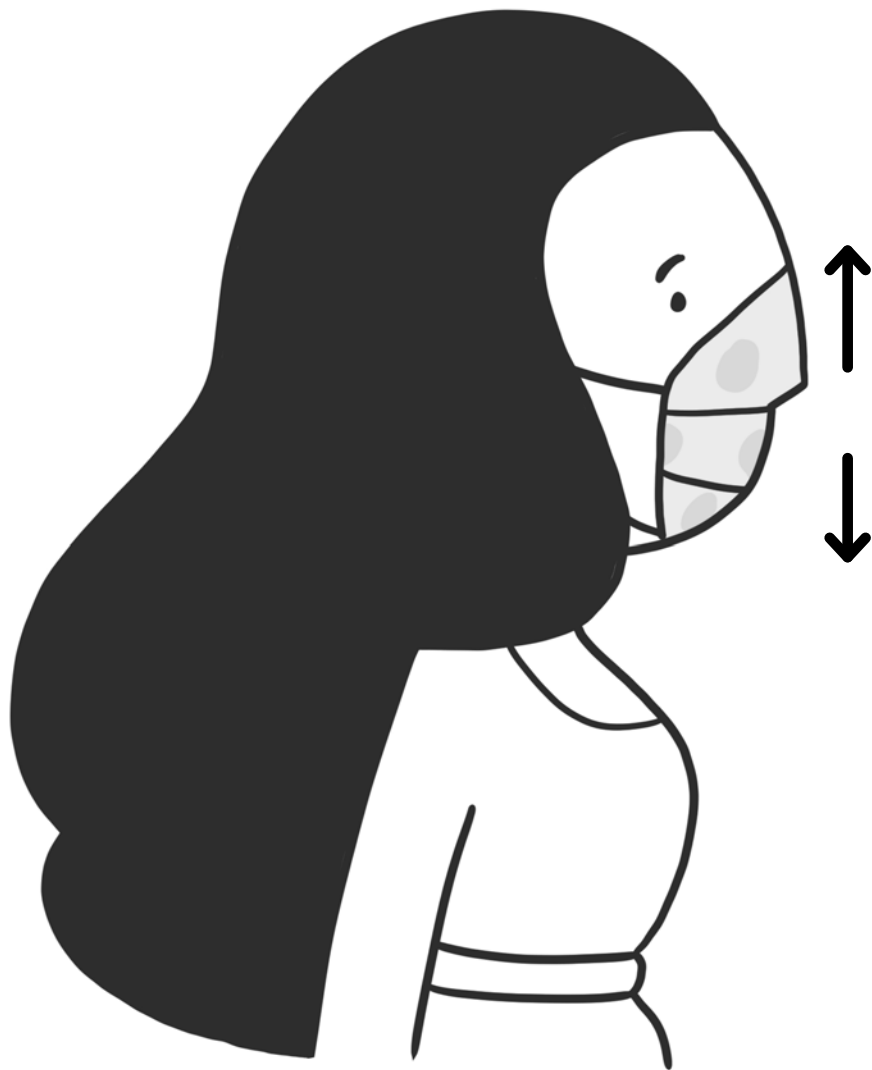
Lave la mascarilla apenas pueda.

PARA PONERSE LA MASCARILLA



Coja la mascarilla **por los elásticos** y póngalos detrás de sus orejas o de su cabeza, según el modelo.

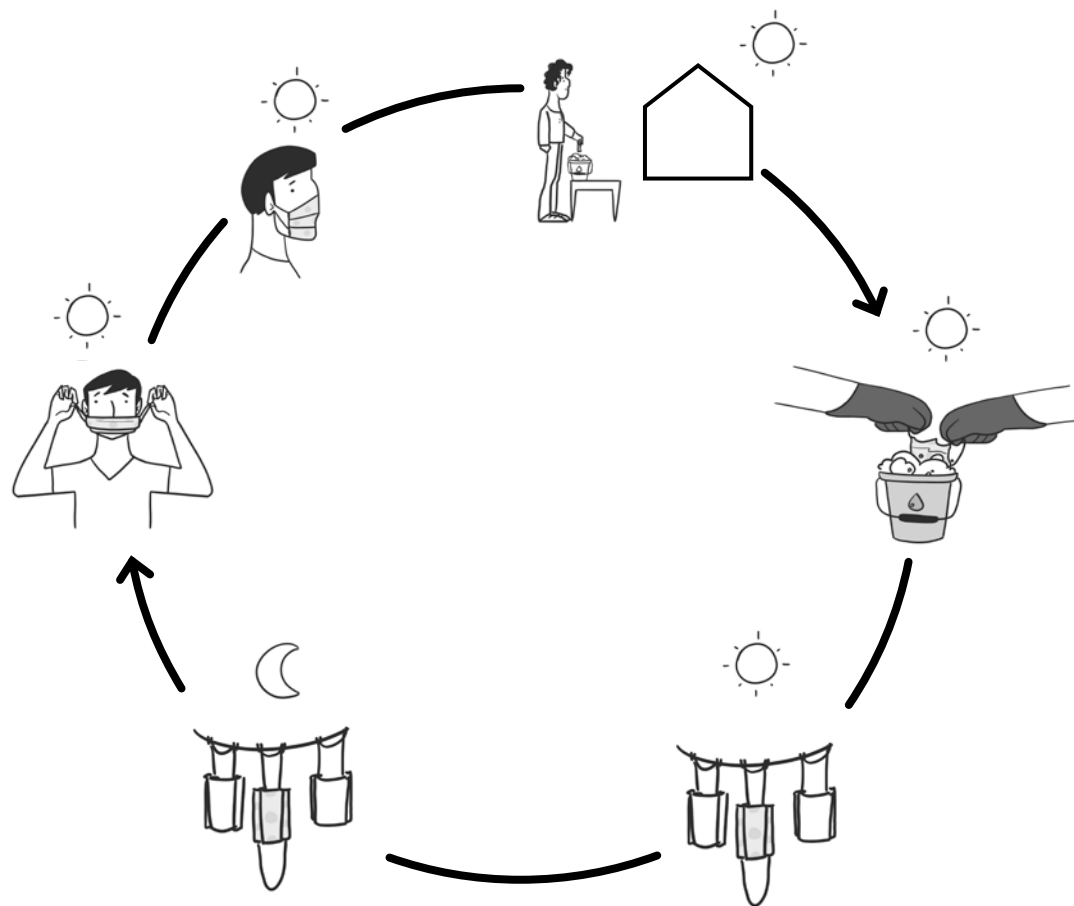
PÓNGASELA CORRECTAMENTE



Extienda la tela de la mascarilla para que **cubra su nariz, boca y quijada.**

La mascarilla debe ser cómoda y no caerse. **Ajuste los elásticos.**

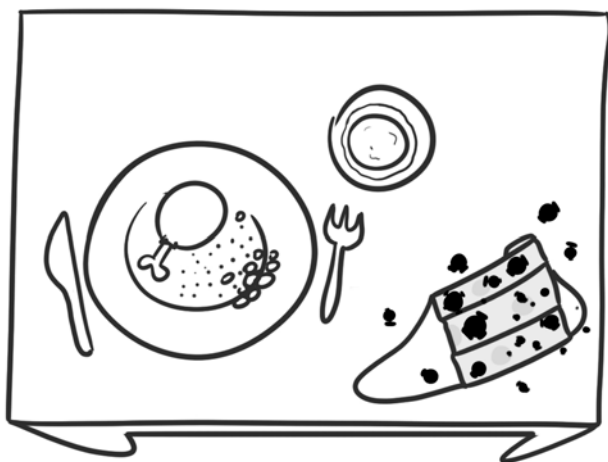
HÁGALO COSTUMBRE



Lave la mascarilla en agua tibia y jabón **después de cada uso, al volver a casa, o al menos 1 vez al día.**

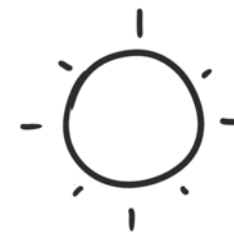
Trate de hacer **mucha espuma.** Enjuague y **seque al sol.**

NO CONTAMINE A SU FAMILIA



No meta la mascarilla a la casa, ni la apoye en mesas, camas, ni sillas **antes de lavarla.**

UNA VEZ PUESTA...

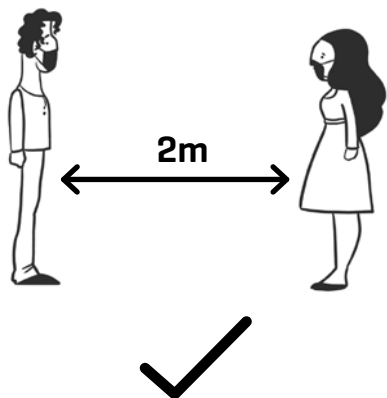


La mascarilla debe **cubrir su nariz y boca en todo momento.**

Aunque haga calor o tenga que hablar, **no se baje la mascarilla** a la garganta ni la coloque sobre su cabeza.

Lávese las manos antes y después de tocar su mascarilla, podría estar contaminada.

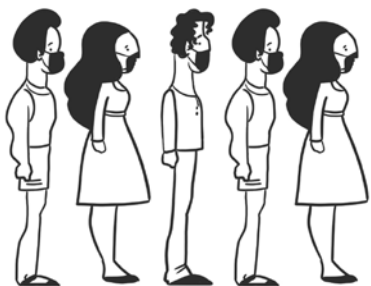
AUNQUE TENGA PUESTA SU MASCARILLA



Mantenga **2 metros de distancia** de otras personas



Lávese las manos **frecuentemente con agua y jabón**



Evite reuniones y aglomeraciones

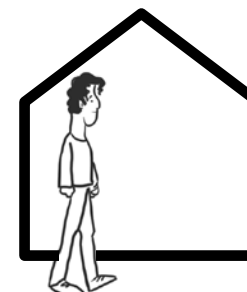


No se toque la cara

AL LLEGAR A CASA



①



②

Lávese las manos con agua y jabón.

Jale la mascarilla **por los elásticos** y retírela **sin tocar la tela**, ya que podría estar infectada.

Ponga la mascarilla **en un balde con agua y jabón** para lavarla.