

NO ACUDAS AL INSTITUTO POR LA MAÑANA SI TIENES ALGUNOS DE ESTOS SÍNTOMAS

FIEBRE

TOS SECA PERSISTENTE

DIFICULTAD PARA RESPIRAR

PICOR O DOLOR DE GARGANTA

SÍNTOMAS COMUNALES

PÉRDIDA DE OLFATO Y GUSTO

DOLORES MUSCULARES

DIARREA

DOLOR DE CABEZA

MAREO O SÍNCOPE

MÁS FRECUENTES
MENOS FRECUENTES

SaludResponde
Para pedir cita previa y mucho más

¡Nuevo teléfono!
955 545 060

PRINCIPALES TIPOS DE MASCARILLAS



Quirúrgica

DURACIÓN 4 / 8 horas de uso continuo (según el número de capas)

PROTECCIÓN Evitan contagiar pero no protegen al que las lleva



Lavable

DURACIÓN 25 lavados (aprox). Lavar cada 8 horas de uso

PROTECCIÓN Evitan contagiar y contagiarse



FFP2

DURACIÓN 8 / 12 horas de uso (según la marca)

PROTECCIÓN Evitan contagiar y contagiarse

USO CORRECTO DE LA MASCARILLA



Y ESTO ES
LO QUE **NO**
HAY QUE
HACER



SOBARLA PARA
PONÉRSELA



PONÉRSELA DE
BUFANDA



PONÉRSELA DE
SOMBRERO



TAPARSE SÓLO
LA BOCA



TOCARSE
LA CARA



NO CAMBIARLA
NI LIMPIARLA



COMPARTIR LA
MISMA VARIAS
PERSONAS



QUITÁRSELA
PARA HABLAR



QUITÁRSELA
PARA TOSER O
ESTORNUDAR



QUITÁRSELA
AL ENTRAR A UN
ESTABLECIMIENTO

SI UTILIZAS MASCARILLA DESECHABLE, TRAE UNA NUEVA CADA DÍA.

SI UTILIZAS MASCARILLA DE TELA REUTILIZABLE, LÁVALA CADA DÍA A 60 GRADOS Y MIRA EN EL ETIQUETADO CUÁL ES EL NÚMERO MÁXIMO DE LAVADOS (SUELEN SER 25).

NO OLVIDES LA MASCARILLA DE REPUESTO.

TRAE UNA BOTELLA DE AGUA AL INSTITUTO



ES MUY IMPORTANTE QUE BEBAS BASTANTE AGUA, DEBIDO AL CALOR Y AL USO DE LA MASCARILLA.

