

Cómo las máscaras nos protegen de la propagación y de la enfermedad coronavirus 2019 (COVID-19).



Riesgo alto

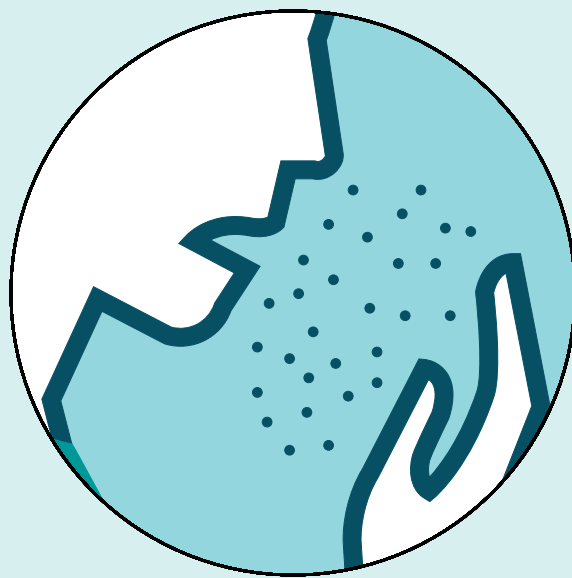


Riesgo medio



Riesgo bajo

El coronavirus se contagia por medio de microgotas.
Las máscaras ayudan a bloquear las microgotas.



Use una máscara. Ayude a detener la propagación.



Atrium Health

Como usar una máscara

COVID-19 se propaga principalmente a través de microgotas producidas cuando una persona infectada tose, estornuda o habla. Estas microgotas suelen viajar alrededor de 2 metros.

El uso de una máscara en entornos públicos o de trabajo en los que puede resultar difícil mantener una distancia de 2 metros de los demás puede ayudar a bloquear estas microgotas y a prevenir la propagación del coronavirus.

Máscaras: Haz esto, no aquello

Ayude a detener la propagación y use una máscara, de la manera correcta.

HACER	NO HACER
lave o desinfecte sus manos antes de ponerse su máscara	use una máscara que está sucia, mojada o dañada
cubra su boca y su nariz	utilice una máscara con el cual es difícil respirar
asegúrese de que esta encaje cómodamente en los lados de su rostro	lo lleva tan suelto que se cae
utilice lazos u sujetadores en las orejas para mantener la máscara en su lugar	toca el frente de la máscara

Manténgase al día con los últimos consejos de cuidado en [AtriumHealth.org/Safe](https://www.AtriumHealth.org/Safe).



Atrium Health