

Tips for Wearing a Mask

DO:



Wear a mask that fits well and is comfortable.



Choose a mask that offers the best protection. N95 or KN95 masks are best if you can.



Or a surgical mask with a well-fitted cloth mask on top.



Make sure your mask completely covers your nose, mouth, and chin.



Clean your hands before and after touching your mask.



Wash your cloth mask each time you use it. If reusing N95/ KN95, store in a paper bag.

DO NOT:



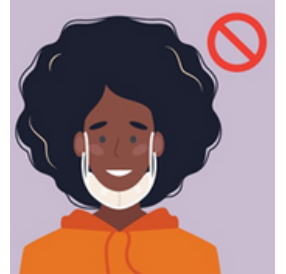
Wear a mask that is dirty, damp, or damaged.



Wear your mask below your nose.



Wear a mask with gaps on the sides of face or nose.



Pull the mask down under your chin or nose.



Touch the front of your mask while wearing it.



Share your mask with other people..

Who should not wear a mask?

- Children under age 2.
- People with a disability who cannot remove a mask themselves
- People who have trouble breathing.



Santa Rosa
COMMUNITY
HEALTH

Consejos Para Cómo Usar La Mascarilla

HAGA ESTO:



Use una mascarilla que le quede bien y sea confortable.



Escoja una mascarilla que ofrezca la mejor protección. Use una mascarilla N95 o KN95 si puede, que son las mejores.



O use una mascarilla DE cirugía con una mascarilla de tela encima de ella.



Asegúrese que su mascarilla le cubra completamente su nariz, cara y barbilla.



Limpie sus manos antes y después de tocar su mascarilla.



Lave su mascarilla de tela cada vez que la use. Si reusa la N95/KN95, guárdela en una bolsa de papel.

NO HAGAN ESTO:



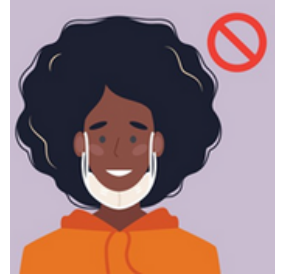
Usar una mascarilla que este sucia, húmeda o dañada.



Usar una mascarilla debajo de la nariz.



Usar una mascarilla con aperturas en los lados de su cara o nariz.



Jalar la mascarilla debajo de su barbilla o nariz.



Tocar el frente de su mascarilla mientras la puesta.



Compartir su mascarilla con otra gente.

¿Quién no debe usar mascarilla?

- Niños menores de 2 años.
- Personas con una discapacidad que les impida quitarse la mascarilla por sí mismas
- Personas que tengan dificultad para respirar.



Santa Rosa
COMMUNITY
HEALTH

Este documento se adaptó con el permiso del Departamento de Salud de Minnesota - 2/2/2022