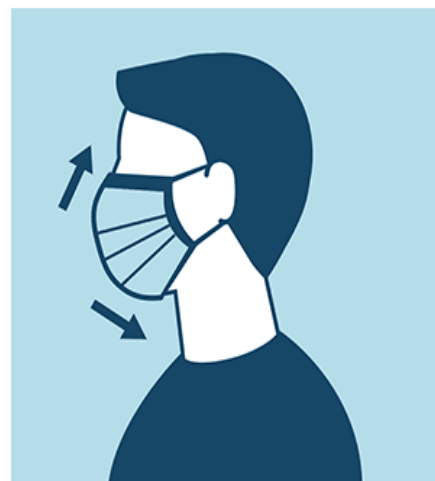


Cúbrase la cara

Evite la propagación del COVID-19

¿Por qué usar una protección facial de tela?

Usar una protección facial de tela en público ayudará a reducir la propagación del COVID-19. Una protección facial de tela actúa como una barrera para evitar que la mayoría de los gérmenes que se propagan al toser, estornudar o hablar lleguen a otros. Incluso cuando usa una protección facial, es importante mantener 6 pies de distancia de los demás cuando sea posible.



¿Cómo debo usar una protección facial de tela?

Una protección facial de tela debe:

- Quedarle ajustada pero cómodamente contra su cara
- Lavarse y secarse a máquina sin dañarse ni cambiar la forma
- Sujetarse con ataduras o lazos para las orejas
- Incluir múltiples capas de tela
- Permitir respirar sin restricciones

Recuerde lavar las protecciones faciales de tela con frecuencia. Tenga cuidado de no tocarse los ojos, la nariz o la boca al quitarse la protección. Y lávese las manos inmediatamente después de quitársela.

¿Quién NO debe usar una protección facial de tela?

Los niños menores de 2 años no deben usar una protección facial de tela. Cualquier persona que tenga problemas para respirar, esté inconsciente o no tenga la capacidad de quitarse la protección sin ayuda, no debe usar una protección facial.

¿Puedo hacer mi propia protección facial de tela?

Las protecciones faciales de tela se pueden hacer con artículos domésticos o de bajo costo. Las instrucciones para hacer las suyas las puede encontrar en www.cdc.gov.

Para mayor información: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings



6/20



Puede encontrar éste y otros oportunos consejos y eventos de salud pública en la página Facebook del Thomas Jefferson Health District (TJHD). ¡Márquenos "Me Gusta!"

Síganos en
Facebook



VDH VIRGINIA
DEPARTMENT
OF HEALTH
To protect the health and promote the
well-being of all people in Virginia.