



# 5 Pasos para Enmascarar la Seguridad



SCHOOL  
FOOD HANDLER

SchoolFoodHandler.com / FoodHandlerSolutions.com

El uso seguro de una máscara facial requiere los siguientes 5 pasos simples;

**1.** Lávese las manos durante 20 segundos con agua y jabón o aplique desinfectante de manos. **NOTA:** El desinfectante de manos no reemplaza el lavado de manos adecuado.



**2.** Mire a fondo la máscara y asegúrese de que está limpia y libre de rasgaduras, desgarros o agujeros. Además, asegúrate de poner el lado correcto de la máscara contra tu cara y que no esté al revés.

**3.** Hay 3 tipos comunes de máscaras que se utilizan y cada una se pone en su cara de manera diferente. En cada caso, evite tocar la superficie de la máscara tanto como sea posible mientras se la pone. Estos tipos de máscaras son:

- Máscaras con bucles: Sujete solo los lazos auditivos y colóquelos alrededor de cada oído.
- Máscaras con corbatas: Agarre los lazos solamente. Lleve la máscara al nivel de la nariz. Asegure la máscara a su cara con un nudo de arco en la parte posterior de la cabeza.
- Máscaras con correas: Agarre las correas y tire sobre la cabeza y fíjela cómodamente. Muchas máscaras con correas tienen ajustes para mayor comodidad.

**TODAS:** Las máscaras deben cubrir tanto la cara como la nariz. No debe haber huecos entre la máscara y la cara.

**NOTA IMPORTANTE:** No debe tocar la máscara mientras la usa. Si toca la máscara, debe lavarse inmediatamente las manos o aplicar desinfectante de manos y luego cambiarse los guantes.



**4.** Quitarse la máscara correctamente es muy importante. Siempre conciencia las manos antes de quitar la máscara y evitar tocar el lado frontal de la máscara. Siga estas sencillas pautas de seguridad:

- Máscaras con bucles: Agarre ambos lazos auditivos al mismo tiempo y retire suavemente la máscara de su cara.
- Máscaras con corbatas: Desatar los nudos de arco comenzando con la parte inferior y luego desatar el arco superior y tirar ligeramente de la máscara lejos de la cara.
- Máscaras con correas: Estas máscaras pueden ser únicas en la forma en que se quita cada una. Comúnmente estas máscaras recomendarían que primero aflojes y vuelvas a mover la correa inferior, correa, luego aflojes la correa superior y retires la máscara de tu cara.

**5.** Cuidar adecuadamente la mascarilla y, en la medida de lo posible, limpiarla también son importantes para mantener su salud y seguridad. Siga estos pasos:

- Las mascarillas lavables deben limpiarse con jabón y agua caliente inmediatamente después de cada uso.
- Reemplace las máscaras de un solo uso si se vuelven sucias, húmedas, húmedas o difíciles de respirar. Estas máscaras de "uso único" no deben reutilizarse.

**NOTA:** Esta información se presenta como una práctica recomendada para el uso de máscaras faciales en una operación de nutrición infantil y de ninguna manera reemplaza ninguna orientación oficial de las agencias reguladoras.