



Como selecionar e usar uma máscara

Usar uma máscara que cubra sua boca, nariz e queixo é importante para ajudar a prevenir a disseminação da COVID-19 em locais onde o uso de máscara é recomendado ou obrigatório.



Máscara de tecido:

As máscaras de tecido devem ter muitas camadas de tecido firme e um arame de nariz.



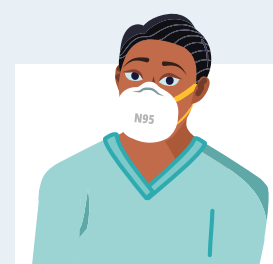
Máscara descartável:

Procure máscaras descartáveis com um arame de nariz.



Máscara com filtro:

KN95 e N95 são máscaras filtrantes. Algumas máscaras N95 são feitas especificamente para os profissionais de saúde.



Máscara cirúrgica N95 com filtro:

Máscaras cirúrgicas N95 são feitas especificamente para os profissionais de saúde.

Como usar uma máscara: Bom encaixe e Boas condições

Boas condições: Todas as máscaras devem estar limpas, secas e em boas condições.

Antes de usar sua máscara, verifique que não há rasgos ou alças soltas. Certifique-se de que sua máscara esteja limpa e seca. Se sua máscara for lavável, lave-a regularmente. Se ela for descartável, jogue-a fora quando estiver suja, danificada ou caso você tenha dificuldade para respirar através dela.

Bom encaixe: não importa a máscara que você for usar, certifique-se de que ela se encaixa bem, sem deixar espaços. Os espaços podem se formar se a máscara for do tamanho errado, se for colocada de maneira errada ou se for usada com barba.

Cubra seu nariz e rosto com a máscara.

- É importante verificar que a máscara se ajusta perfeitamente ao seu nariz, boca e queixo.
- Todas as máscaras devem ter um arame de nariz no topo que se ajusta firmemente ao seu nariz.
- Procure por espaços passando suas mãos ao redor das extremidades da máscara. Certifique-se de que não passe ar pela área próxima aos seus olhos ou pelas laterais da máscara.
- Se as alças das orelhas forem muito grandes, faça um nó em cada lado para diminuir o tamanho.
- Se a própria máscara for muito grande, dobre e vire os excessos para dentro das bordas.