

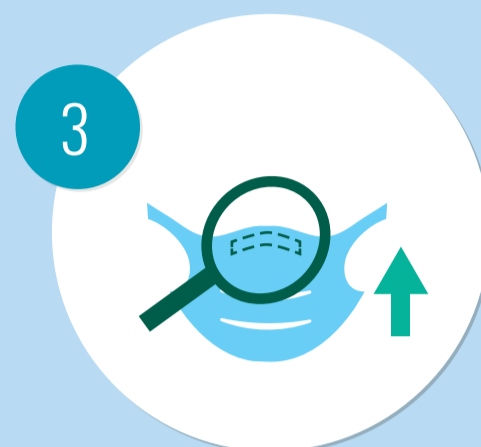
# Como usar uma máscara descartável



1  
Antes de tocar na máscara, limpe as mãos com um sabonete à base de álcool ou água e sabão



2  
Inspeção a máscara quanto a rasgos ou buracos; não use uma máscara que foi usada anteriormente ou está danificada.



3  
Verifique qual lado é o topo – geralmente é onde a tira de metal está.



4  
Em seguida, identifique o interior da máscara, que geralmente é o lado branco.



5  
Coloque a máscara no rosto, cobrindo o nariz, a boca e o queixo, certificando-se de que não haja espaços entre o rosto e a máscara.



6  
Aperte a tira de metal para que ela se molde ao formato do seu nariz.



7  
Lembre-se, não toque na frente da máscara enquanto a estiver usando para evitar contaminação; se você tocar acidentalmente, limpe as mãos.

## Cuidados corretos:

- Antes de tocar na máscara, limpe as mãos com um sabonete à base de álcool ou água e sabão
- Remova as tiras por trás da cabeça ou orelhas, sem tocar na frente da máscara.
- Ao remover a máscara, incline-se para frente e afaste-a do rosto.
- As máscaras cirúrgicas são para uso único apenas; descarte a máscara imediatamente, de preferência em uma lixeira fechada.
- Limpe as mãos depois de tocar na máscara.
- Esteja ciente da condição da máscara e a substitua se ficar suja ou úmida.

