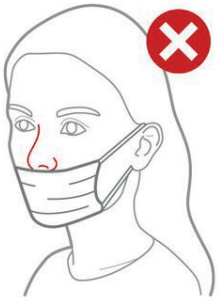
Como utilizar máscara corretamente

Recomendações de infectologistas sobre uso e descarte

1- Cubra o nariz inteiro e o queixo

2- Ajuste-a para que não haja vãos nas laterais

3- Encoste apenas nos elásticos

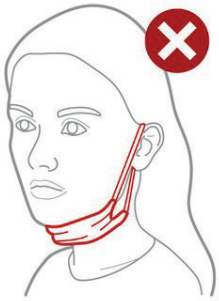


Não deixe o nariz descoberto

Não deixe o queixo exposto

Não use máscara larga, com vãos nas laterais

Não cubra apenas as narinas



Não puxe a máscara para o queixo

Não encoste na superfície da máscara ao colocá-la ou tirá-la

Tire a máscara de trás para frente, segurando pelos elásticos

Ao descartar, coloque a máscara em um saquinho, antes de jogá-la na lixeira

Não deixe a máscara em cima da mesa

CREFONO 1
Conselho Regional de Fonoaudiologia - 1ª Região

www.crefono1.gov.br