

Cómo ponerse una mascarilla (35 segundos)

Ponerse una mascarilla ayuda a prevenir la propagación del COVID-19.

Póngase la mascarilla correctamente:

- Lávese las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos antes de ponerse la mascarilla.
- Sosténgala por las bandas o tiras que se ajustan en las orejas; asegúrese de que le cubra la nariz y boca y de que quede sujeta debajo del mentón.
- Trate de que se ajuste bien contra los lados de la cara.
- Asegúrese de que pueda respirar sin dificultad y téngala puesta todo el tiempo que esté en público.

Para informarse más, visite [C-D-C punto G-O-V barra CORONAVIRUS guion E-S](#).