Como utilizar e eliminar as máscaras correctamente

- 1. As máscaras devem ser cuidadosamente colocadas sobre a boca e o nariz e atadas com firmeza.
 - a) Prenda os atilhos ou os elásticos a meio da cabeça e no pescoço.



b) Ajuste a faixa flexível ao osso do nariz.



- c) Ajuste-a bem às faces e sob o queixo.
- 2. Enquanto estiver a usar máscara, evite tocar-lhe com as mãos. Sempre que tocar numa máscara usada por exemplo, ao retirá-la deve lavar as mãos com água e sabão ou desinfectá-las com uma solução alcoólica.
- 3. Substitua as máscaras sempre que ficarem húmidas.
- 4. Para retirar e eliminar uma máscara convenientemente:
 - a) Parta do princípio de que a parte da frente da máscara cirúrgica está contaminada
 - b) Desate ou parta os atilhos da parte de baixo e depois os atilhos ou elásticos da parte de cima e retire a máscara pegando-lhe unicamente pelos atilhos.
 - c) As máscaras descartáveis devem deitar-se fora após uma única utilização. Depois de retiradas, as máscaras devem ser metidas num saco de plástico, que deve ser bem fechado e depois deitado no lixo doméstico comum.
- 5. Depois de retirar a máscara é necessário lavar as mãos, com água e sabão, ou desinfectá-las com uma solução alcoólica.