

LAS MASCARILLAS VAMOS
A USARLAS BIEN

CONSEJOS PARA
FAMILIAS



Ayuntamiento de Málaga

Área de Derechos Sociales, Igualdad, Accesibilidad, Políticas Inclusivas y Vivienda.

Centro Municipal de Atención a la Familia

Siguiendo indicaciones del Ministerio de Sanidad, a partir del día 21 de mayo el uso de las mascarillas va a ser obligatorio y nos preguntamos...



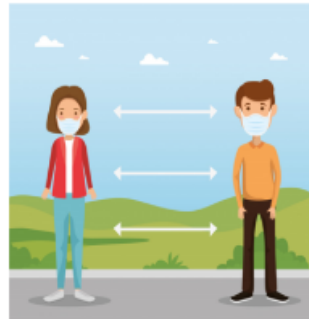
¿PARA QUIÉN?

Para toda persona de 6 años en adelante, salvo indicación expresa médica, práctica de deporte o motivos de fuerza mayor.



¿DÓNDE?

En toda la vía pública, espacios al aire libre, y en lugares cerrados públicos donde no se pueda garantizar la distancia social de 2 metros.



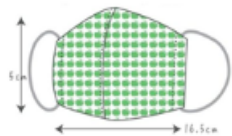
Qué tipo de mascarillas?

RECOMIENDAN DOS

Cómo son

Mantenimiento

HIGIÉNICAS



Las de confección doméstica, de tela, compuesta preferentemente por dos capas de tejido .

Las mascarillas de tela, lo recomendable es guardarlas como máximo una semana. Las mascarillas de tela reutilizables se deben lavar antes de guardarlas. Se puede usar la lavadora, con agua a una temperatura de entre 60° y 90° y un ciclo normal.

QUIRÚRGICAS



Están diseñadas para filtrar el aire exhalado, por lo que su misión es proteger a quienes están alrededor del portador evitando la dispersión vírica al estornudar, toser o hablar.

Indicadas para unas cuatro horas, aunque el Ministerio de Sanidad pide a la población que mire las recomendaciones del fabricante y siempre recomienda cambiarla en caso de que estén húmedas, sucias o hayan perdido su forma.

Cómo manipular las mascarillas

Hacerlo con las manos desinfectadas y sin tocar nada más que las gomas. Si estamos en casa nos lavamos las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico, mientras que si estamos en la calle, lo recomendable es llevar un bote pequeño de este gel en el bolso y darnos por las manos antes de quitarla.

Al quitarlas



Al guardarlas



Nos hemos quitado la mascarilla cogiéndola por las gomas y para guardarla, la doblamos por la mitad, con el interior hacia dentro para evitar posibles contagios o que se ensucie. La metemos en una bolsa con cierre, como las que se utilizan para congelar alimentos, en aeropuertos para los líquidos, etc. Esta forma de guardarla sirve tanto para la calle, como para nuestros hogares. La bolsa, lógicamente, debe estar limpia y no tocar su interior.



Consejos



No es una bufanda, ni tampoco un sombrero. Su uso es claro y conciso, de nada sirve que esté donde no debe.

Las manos quietas. Las caricias para otro momento y con las manos limpias.

La higiene es fundamental. Extrema tus precauciones de limpieza antes de colocártela.

Boca y nariz tapadas. Las vías respiratorias son hermanas, no hacen nada la una sin la otra.





Hablar sin ella, no. Lo que uno quiere decir se va a escuchar de la misma forma, con o sin ella.



Estornudar sin ella, tampoco. "Ande yo caliente...", no debemos poner en riesgo a los demás.

Consejos



La mascarilla no se presta. La generosidad está muy bien, pero en esto, no.

Dentro del supermercado, más que nunca. Seguridad ante todo y más en lugares aglomerados.



PIDE AYUDA



Si a pesar de todo algunas situaciones de este proceso de desconfiamiento os resultan difíciles de gestionar o necesitáis orientación sobre algunos aspectos de la relación con vuestros hijos e hijas, podéis enviar vuestras consultas a:

cemaif@malaga.eu