



# Use Máscara

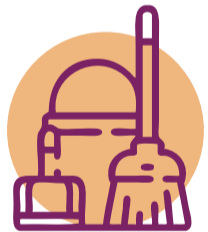
## Como utilizar a máscara de forma adequada?



Mantenha a máscara **ajustada no rosto** durante todo o tempo de uso. Cubra nariz e boca.



**Higienize as mãos** antes de colocar a máscara, após remover a máscara, e durante seu uso, sempre que a máscara for tocada com as mãos.



As **máscaras reutilizáveis** devem ser higienizadas regularmente e as **máscaras descartáveis** devem ser descartadas em locais adequados.



**Não toque** na máscara, retire-a sempre pelos elásticos. Também **evite tocar** nos olhos, nariz e boca.

## Etiqueta respiratória



Mesmo ao utilizar máscara, **cubra a boca e o nariz** ao tossir ou espirrar com a parte interna do **antebraço** ou utilize um **lenço de papel** e jogue-o, imediatamente, no lixo apropriado.

