

# COMO COLOCAR A MÁSCARA E CUIDADOS A TER NA UTILIZAÇÃO



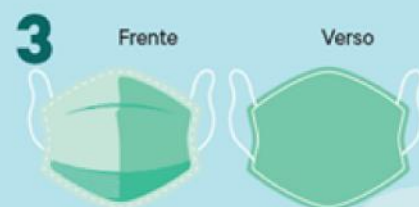
1

Higienizar as mãos com água e sabão ou desinfetante à base de álcool



2

Verificar se a máscara não tem nenhum defeito ou rasgão.



3

Verificar posição correta da máscara, a frente e o verso.



4

Desdobrar bem a máscara e prender os elásticos ou atilhos nas orelhas ou atrás da parte superior da cabeça e na nuca.



5

Com as duas mãos, ajustar bem a máscara, deve cobrir o nariz, a boca e o queixo.



6

Depois de colocada a máscara não deve ser mexida. A remoção deve ser feita pelos elásticos e não na máscara.



7

Colocar a máscara num contentor próprio ou num saco do lixo e fechá-lo.



8

Higienizar as mãos com água e sabão ou desinfetante à base de álcool

## QUAL A DURABILIDADE DAS MÁSCARAS?

A durabilidade dependerá do tipo máscara (reutilizável ou descartável), do seu estado de conservação e da utilização que lhe for dada. Como tal, o tempo de utilização não é linear, devendo-se primariamente seguir as recomendações do fabricante. **De um modo geral, as máscaras são eficazes por um período de 3 a 8 horas de utilização, dependendo da concentração da substância contaminante e de vários fatores externos, como a humidade e a temperatura ambiente.**