

Usa cubrebocas

para prevenir contagios por sarampión,
COVID-19 e influenza,
entre otras enfermedad infecciosas.

¿Quién debe usarlo?

Personas enfermas: cuando esté cerca de otras personas o cuando se dirija fuera del área designada en el hogar (por ejemplo, al usar el baño) o cuando acuda a valoración médica.

Personas cuidadoras: cuando vaya a estar en contacto con la persona enferma o con su entorno.



¿Cómo funciona?

El cubrebocas reduce la cantidad de gotitas de saliva que expulsamos al hablar o toser y que pudieran contener el virus.

Si lo usas correctamente también disminuye la probabilidad de que esas gotitas entren en tu organismo a través de tu boca y nariz.



Se recomienda utilizar cubrebocas tricapa para una protección óptima.

Cómo usar el cubrebocas correctamente:

Lava tus manos



Coloca el cubrebocas limpio sobre nariz y boca.



No te lo quites o bajes para hablar, toser o estornudar.



No lo toques hasta que estés en casa y vayas a quitártelo.



Cómo retirar el cubrebocas correctamente:

Lava tus manos



Quítatelo tocando sólo el elástico



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL