



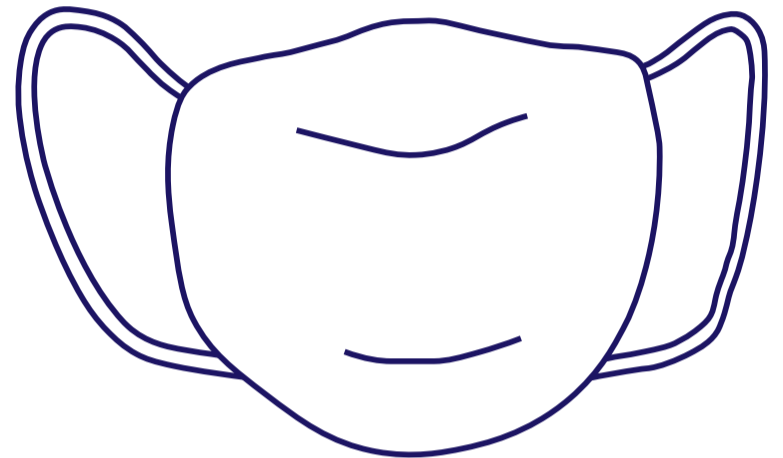
# ¿TENGO QUE LLEVAR MASCARILLA?

Las mascarillas son una precaución adicional para protegerse del COVID-19 en zonas con transmisión comunitaria. Consulte los consejos de su estado o territorio sobre recomendaciones y requisitos en el uso de mascarillas. Si se encuentra en una situación en la que es difícil guardar la distancia física, como en el transporte público, puede decidir ponerse una mascarilla.

## Para evitar el COVID, siga estas 3 pautas:

1. Lávese o desinfectese las manos
2. Mantenga el distanciamiento físico (1,5 m)
3. Descargue la aplicación COVIDSafe.

Además, quédese en casa si no se encuentra bien y hágase la prueba.



Si decide llevar mascarilla, es importante que:



Se lave las manos antes de ponérsela.



Se asegure de que le cubre la nariz y la boca y le queda ajustada por debajo de la barbilla, sobre el puente nasal y contra los lados de la cara.



No toque la parte delantera de la mascarilla mientras la lleva puesta ni al quitársela. Si la toca, lávese o desinfectese las manos inmediatamente. No se deje la mascarilla colgando del cuello.



Lávese o desinfectese las manos después de quitarse la mascarilla.



**\*Las mascarillas de un solo uso no se deben reutilizar y hay que tirarlas inmediatamente después de usarlas.**

**IMPORTANTE:** Las personas con enfermedades respiratorias crónicas deben consultar a un médico antes de usar mascarilla.

Más información en [www.health.gov.au](http://www.health.gov.au)