

#MasksOnMaryland



Puede hacer mascarillas fácilmente en casa con un pañuelo y cintas para el cabello, una camiseta o bufanda.

Por favor, no compre mascarillas destinadas a profesionales de la salud.



Su mascarilla de tela debe quedar ajustada pero cómoda y cubrir su nariz y boca.

Como siempre, evite tocarse la cara tanto como sea posible.



No toque la parte delantera de su mascarilla, y no toque su cara mientras se la quita.

Lávese las manos después de quitársela y lávela con frecuencia.



Las mascarillas pueden ayudar a disminuir la propagación del virus, pero sigue siendo esencial practicar el **distanciamiento social** y quedarse en casa a menos que sea absolutamente necesario salir.

PARA RECURSOS DE SALUD, VISITE [CORONAVIRUS.MARYLAND.GOV](https://coronavirus.maryland.gov)