

Cover Your Face

to Slow the Spread of Coronavirus COVID-19

Wear a face covering to protect others when you must leave home or care for someone who is sick.

You can use a scarf, bandana, or homemade cloth mask.

The face covering should:

- cover the nose and mouth
- fit snugly against the side of the face
- allow easy breathing



Medical masks are in short supply. These masks should be saved for healthcare workers.

Do not buy N95 or surgical masks.



Images adapted with permission from Riverside University Health System-Public Health

4.14.2020

Cúbrete la cara

para disminuir la propagación del coronavirus COVID-19

Use una cubierta de tela para la cara para proteger a los demás cuando necesita salir de casa o cuidar a alguien que esté enfermo.

Puedes usar una bufanda, un pañuelo o una cubierta de tela hecha en casa.

La cubierta de la cara debe:

- cubrir la nariz y la boca
- ajustarse de manera firme contra los lados de la cara
- permitir la respiración fácil



Las mascarillas médicas son escasas. Estas mascarillas deben guardarse para los trabajadores de la salud. **No compre mascarillas de respiración N95 o mascarillas quirúrgicas.**



Imágenes adaptados con permiso de El Sistema de Salud de la Universidad de Riverside-Salud Pública

el 14 de abril 2020

How to Use Face Coverings

- Wash your hands before putting on a face covering.
- Do not share face covers with others.
- Wash and dry after each use or at least daily.
- Do not place a face covering on a child under 2.

Face coverings do not replace these important steps to protect from COVID-19:

- Stay at home.
- Stay 6 feet away from others when not at home.
- Wash hands often.
- Cover coughs and sneezes.
- Don't touch your face.
- Clean and disinfect things you touch often.



For more information call 2-1-1 or visit [cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)

4.14.2020

Cómo usar cubiertas de tela para la cara

- Lávese las manos antes de cubrirse la cara.
- No comparta cubiertas para la cara con otras personas.
- Lave y seque la cubierta después de cada uso o al menos diariamente.
- No le ponga una cubierta de tela para la cara a un niño menor de 2 años.

Las cubiertas para la cara no reemplazan estos pasos importantes para proteger contra COVID-19:

- Quedarse en casa.
- Mantenerse a 6 pies de distancia de otras personas cuando no esté en casa.
- Lavarse las manos con frecuencia.
- Cubrirse al toser y estornudar.
- No tocarse la cara.
- Limpiar y desinfectar las cosas de uso frecuente.



Para más información llame al 2-1-1 o visite [cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)

el 14 de abril 2020