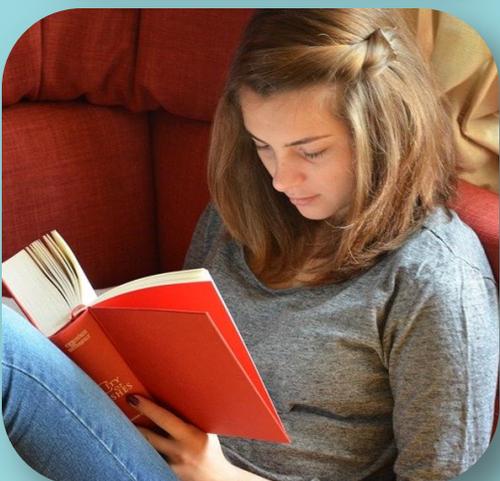


Puedo mantenerme  
saludable usando una  
mascarilla facial





Me estoy quedando en casa por más tiempo debido al coronavirus. El coronavirus es un grupo de gérmenes que enferman a las personas.

Los gérmenes del coronavirus son tan pequeños que no puedo verlos.

El coronavirus puede transmitirse de persona a persona y hacer que me enferme y que otras personas se enfermen.

Por eso no puedo ir a los lugares que suelo visitar.



El coronavirus puede propagarse por el aire.

Algunas formas de propagación son cuando las personas respiran, tosen o estornudan.



Usar una mascarilla facial es una forma importante de evitar que se propague el coronavirus.

Cuando salgo de mi casa, hay muchos lugares donde debo usar una mascarilla facial.

La mayoría de las veces, estos lugares serán donde haya grupos de personas en un solo lugar.

Existen diferentes tipos de mascarillas faciales.



Los médicos, las enfermeras y otras personas que trabajan en el cuidado de la salud usan ciertos tipos de mascarillas faciales.



Hay otros tipos de mascarillas para personas como yo.

¡Puedo ayudar a hacer mi propia mascarilla o incluso decorarla para divertirme!

La mascarilla debe cubrir mi boca y mi nariz.



Si la mascarilla facial me resulta incómoda, puedo avisarle a alguien.

Juntos, podemos probar diferentes formas de hacer que me sienta mejor cuando la uso.

Puedo acostumbrarme a la sensación practicando usarla en casa.



Después de entrar a mi casa, me lavo las manos después de quitarme la mascarilla facial.



Si mi mascarilla facial está hecha de tela, necesito lavarla en la lavadora para mantenerla limpia.

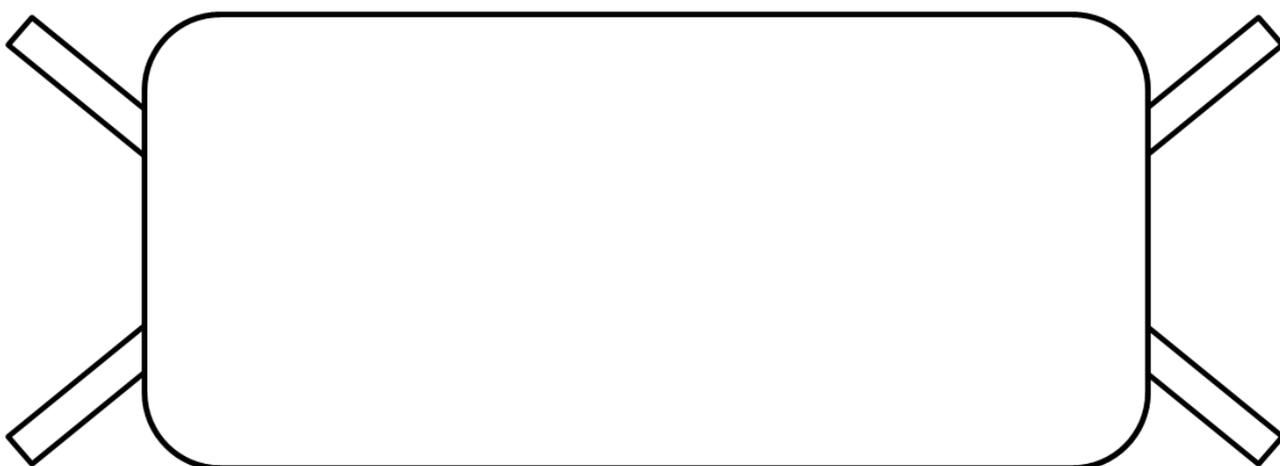
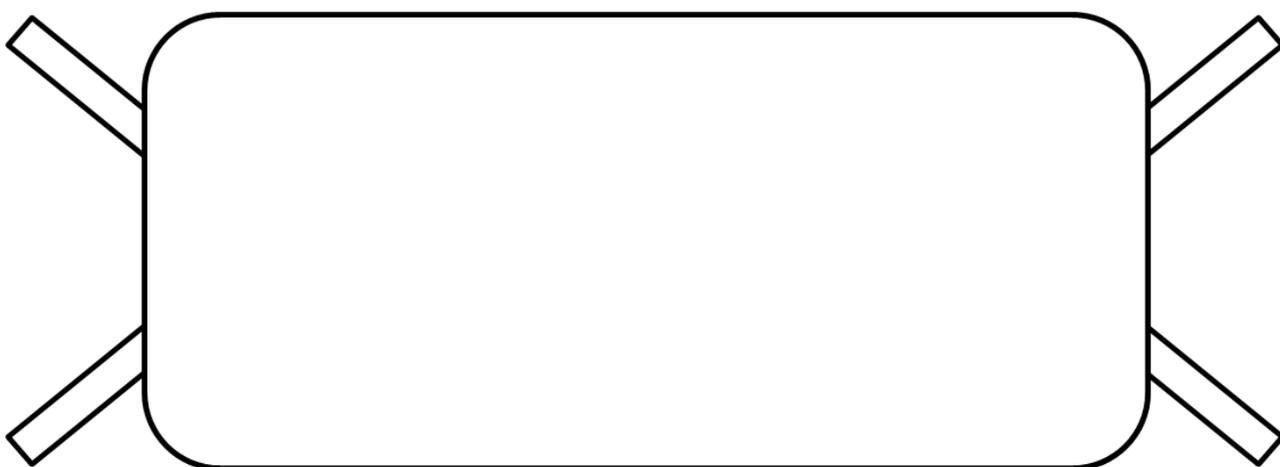
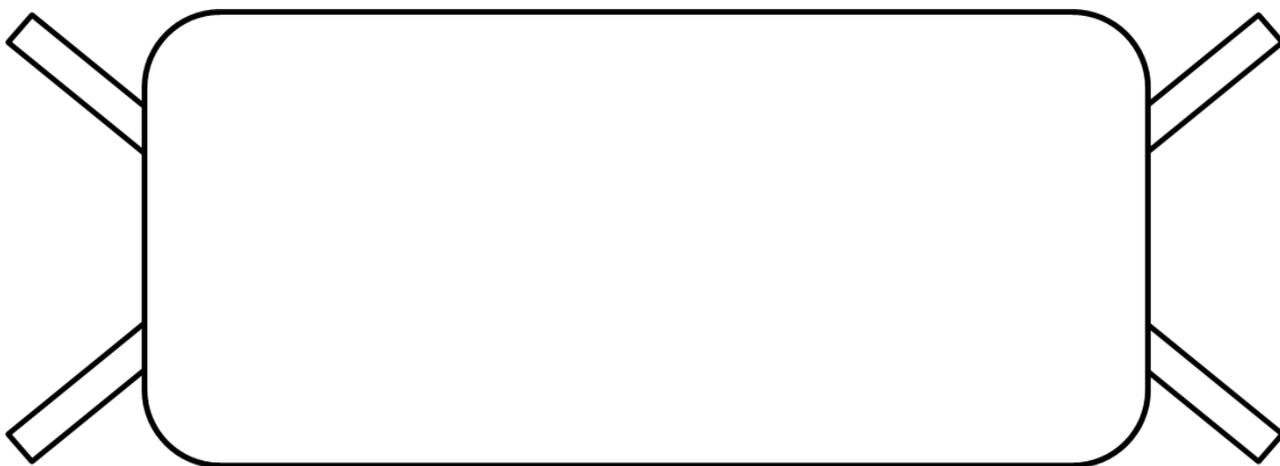


Puedo usar una mascarilla facial la próxima vez que salga de casa.

Usar una mascarilla facial me impide contraer y propagar el coronavirus.

Nos ayuda a mantenerme a mí y a todos los demás saludables y seguros.

Intenta decorar estas mascarillas faciales  
como más te guste.



**RUTGERS**  
Robert Wood Johnson  
Medical School

**THE BOGGS CENTER**  
ON DEVELOPMENTAL DISABILITIES



An RWJBarnabas Health facility

[www.childrens-specialized.org](http://www.childrens-specialized.org)

Desarrollado por Michaela Domaratzky, candidata a doctora en medicina, Escuela de Medicina Rutgers Robert Wood Johnson en asociación con el Children's Specialized Hospital y el The Boggs Center on Developmental Disabilities (El Centro Boggs de Discapacidades del Desarrollo), New Jersey Leadership Education in Neurodevelopmental and Related Disabilities Program (Programa de Educación para el Liderazgo de Nueva Jersey en el Neurodesarrollo y de Discapacidades Relacionadas) (NJLEND).

**KOHL'S**  
Cares

A través de una asociación con Kohl's Cares, el Children's Specialized Hospital está mejorando el acceso a la atención para niños con necesidades especiales de atención médica.