

# 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