

Como fazer uma máscara individual caseira? (NOTA INFORMATIVA Nº 3/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS)



Os tecidos recomendados para utilização como máscara são, em ordem decrescente de capacidade de filtragem de partículas virais: a) - Tecido de saco de aspirador; b) - Cotton (composto de poliéster 55% e algodão 45%); c) - Tecido de algodão (como camisetas 100% algodão); d) - Fronhas de tecido antimicrobiano.

O importante é que a máscara seja feita nas medidas corretas cobrindo totalmente a boca e nariz e que esteja bem ajustada ao rosto, sem deixar espaços nas laterais.

Modelo 1, usando uma camiseta:

- e) Corte a camiseta e espessura dupla usando como base as marcações indicadas na figura;
- f) Faça um ponto de segurança na parte inferior (para segurar ambas as toalhas);
- g) Insira um papel entre as camadas;
- h) Amarre a alça superior ao redor do pescoço, passando por cima das orelhas;
- i) Amarre a alça inferior na direção do topo da cabeça;



Modelo 2, usando costura e elástico:

- j) Separe o tecido que tenha disponível (tecido de algodão, tricoline, cotton, TNT, outros têxteis).
- k) Faça um molde em papel de forma no qual o tamanho da máscara permita cobrir a boca e nariz, 21 cm altura e 34 cm largura
- l) Faça a máscara usando duplo tecido.
- m) Prenda e costure na extremidade da máscara um elástico, ou amarras.

Acesse as recomendações do Ministério da Saúde sobre o uso de máscaras individuais não descartáveis

<https://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/06/Nota-Informativa.pdf>