



PREFEITURA MUNICIPAL DE COTIPORÃ/RS

Ministério da Saúde recomenda a confecção de máscaras de pano para a prevenção contra o Coronavírus

Secretarias: Saúde e Assistência Social

Data de Publicação: 6 de abril de 2020

Crédito da Matéria: Assessoria de Imprensa

Para proteger você e sua família, o Ministério da Saúde orienta a produção de máscaras simples, de pano, que também funcionam como barreiras na propagação da doença.

Saiba como fazer a sua máscara em casa, seguindo o passo a passo a seguir:

- Corte um pedaço de tecido com 35 centímetros de largura por 21 centímetros de altura. (Caso a máscara seja para uma criança, as medidas devem ser substituídas por 28 x 18 cm).
- Dobre o pedaço de pano ao meio pelo lado avesso e marque 5 cm acima de cada extremidade do pano, na parte "aberta" do tecido, onde houve o corte. Costure das bordas até as marcações de 5 cm, com máquina de costura ou à mão.
- Depois de costurado, a máscara ficará com uma pequena abertura entre as costuras. Dobre o pano de forma que a costura feita fique no meio do tecido.
- Para prender os elásticos, de 10 cm cada pedaço, use pregadores ou alfinetes na fixação. Eles devem ficar presos pelas pontas.
- Costure a parte superior do tecido, fechando completamente essa abertura. Repita o processo na outra extremidade.
- Com a abertura entre as costuras do meio, "desvire" o tecido, quando você perceberá um quadrado com os elásticos nas laterais.
- A abertura horizontal no meio da máscara servirá para inserir o "filtro", que deve ser o pedaço de 19 x 7 cm de TNT ou outro pedaço do mesmo pano.
- Finalize fazendo as pregas nas partes inferior e superior.
- Se preferir, confira o passo a passo através de vídeo pelo link <https://www.facebook.com/minsaude/videos/3395294427171744/>

Para melhor se prevenir contra o Coronavírus, siga as orientações do Ministério da Saúde:

- Em primeiro lugar, a máscara é individual. Não pode ser dividida com ninguém. Então se a sua família é grande, saiba que cada um tem que ter a sua máscara, ou máscaras;
 - A máscara deve ser usada por cerca de duas horas. Depois desse tempo, é preciso trocar. O ideal é que cada pessoa tenha pelo menos duas máscaras de pano;
 - Mas atenção: a máscara serve de barreira física ao vírus. Por isso, é preciso que ela tenha pelo menos duas
-



PREFEITURA MUNICIPAL DE COTIPORÃ/RS

camadas de pano, ou seja, dupla face;

- Também é importante ter elásticos ou tiras para amarrar acima das orelhas e abaixo da nuca. Desse jeito, o pano estará sempre protegendo a boca e o nariz e não restarão espaços no rosto;
- Use a máscara sempre que precisar sair de casa. Saia sempre com pelo menos uma reserva e leve uma sacola para guardar a máscara suja, quando precisar trocar;
- Chegando em casa, lave as máscaras usadas com água sanitária. Deixe de molho por cerca de dez minutos;
- Para cumprir essa missão de proteção contra o coronavírus, serve qualquer pedaço de tecido, vale desmanchar aquela camisa velha, calça antiga, cueca, cortina, o que for.
- Saiba mais no link <https://www.facebook.com/minsaude/videos/220913639117856/>

O uso das máscaras caseiras deve ser um complemento aos cuidados tradicionais para evitar o novo coronavírus. Seu uso não nega a necessidade de lavar as mãos, distanciamento físico, ficar em casa e demais medidas preventivas.
