

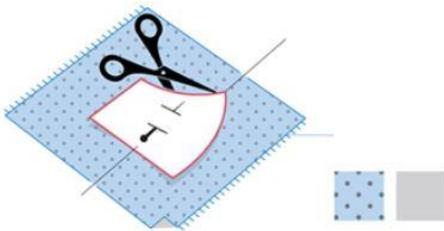
# Guia passo-a-passo para confeccionar sua máscara de pano

Neste guia indicamos passo-a-passo como confeccionar a sua máscara de pano! 😊

Ainda em dúvidas em relação ao material? Acesse nosso blog e verifique o tecido mais indicado para sua rotina: <https://www.bioseta.com.br/e-real-uso-obrigatorio-de-mascaras/>

Vamos ao passo-a-passo (baixe o gabarito também em nosso blog 📄):

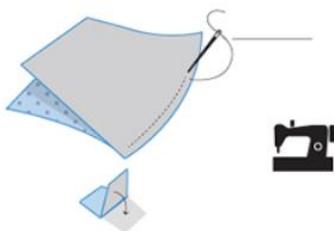
## Passo 1



Recorte o tamanho mais adequado entre os modelos ao lado e prenda-o ao tecido com um alfinete. Corte o tecido usando o papel como guia. Repita o processo para ter quatro peças iguais

---

## Passo 2



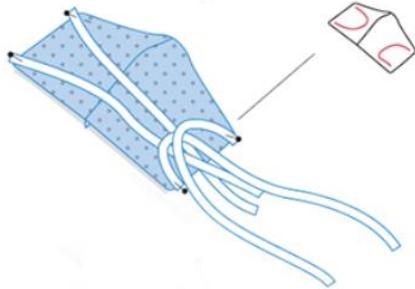
Sobreponha duas peças, com a face que ficará exposta voltada para dentro. Costure a lateral e repita o processo com as outras duas peças. Faça os pontos próximos e arremate com nó nas extremidades. Use uma máquina de costura se tiver à disposição.

---

## Passo 3

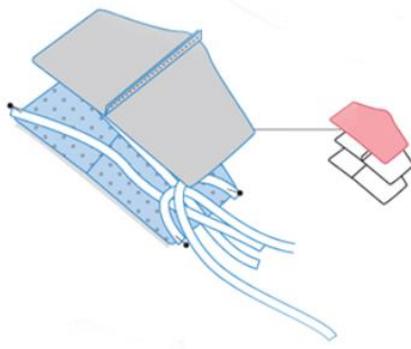
Abra uma das peças, deixando a costura e a face que ficará escondida para baixo.





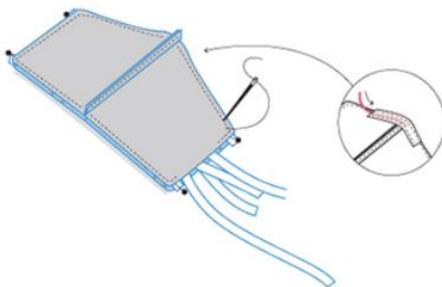
## Passo 4

Fixe as fitas nas extremidades usando um alfinete, deixando uma pequena sobra para fora. As fitas devem ficar "apontadas" para o centro. Se preferir, é possível usar um elástico no lugar das fitas.



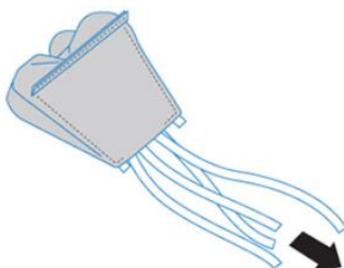
## Passo 5

Sobreponha a outra peça costurada por cima, com a costura e o lado que ficará escondido para fora. Se tiver à disposição um material hidrofóbico, como TNT, acrescente mais uma camada.



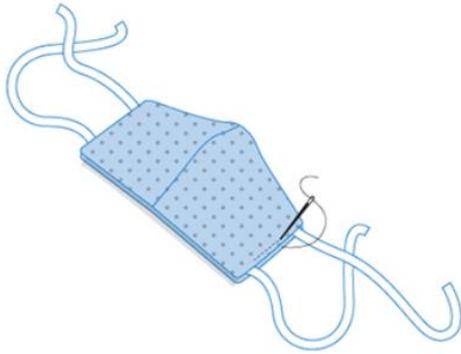
## Passo 6

Costure as duas peças, deixando um pequeno vão aberto em uma das laterais para a passagem das fitas. Para melhorar a vedação sobre o nariz, insira um arame sob um tira de tecido costurada.



## Passo 7

Puxe as fitas pelo vão para virar a máscara do avesso, expondo o lado principal para fora e escondendo as costuras.



## Passo 8

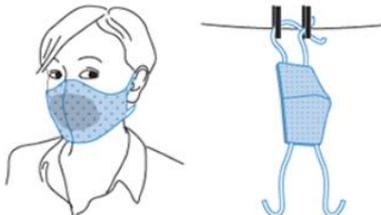
Finalize costurando o buraco que ficou aberto para passagem das fitas.



## Passo 9

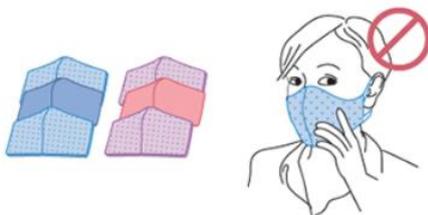
Amarre as fitas atrás da cabeça. Ao colocar a máscara, certifique-se de que o nariz, a boca e o queixo estão cobertos. Para crianças, considere fazer desenhos ou usar estampas lúdicas.

## Cuidados especiais



Não deixe a máscara ficar úmida, pois isso irá facilitar a passagem do vírus e proliferação de bactérias. Lave a máscara após cada uso ou a cada duas horas. Dê preferência à água quente e detergente. Seque à luz do sol.

## Uso individual



As máscaras são de uso individual e não familiar. Tenha várias para sempre ter uma limpa enquanto as outras estão sendo lavadas ou secando. Não toque a máscara durante o uso. Se tocar, lave imediatamente as mãos.

**Não esqueça que as máscaras de TNT não podem ser reaproveitadas**, diferentemente da máscara de algodão, que a pessoa pode deixar de molho e lavar, a de TNT precisa ser descartada após o uso.

Fontes:

<https://news.un.org/pt/story/2020/04/1709712>

<https://portal.fiocruz.br/pergunta/utilizacao-das-mascaras-e-recomendada-para-evitar-o-coronavirus>

<https://www.unifor.br/-/veja-como-fazer-uma-mascara-de-pano-para-se-proteger-do-coronavirus>

<https://gauchazh.clicrbs.com.br/coronavirus-servico/noticia/2020/04/quais-os-melhores-tecidos-para-a-confeccao-de-mascaras-caseiras.html>