



COVID-19

INSTRUÇÕES

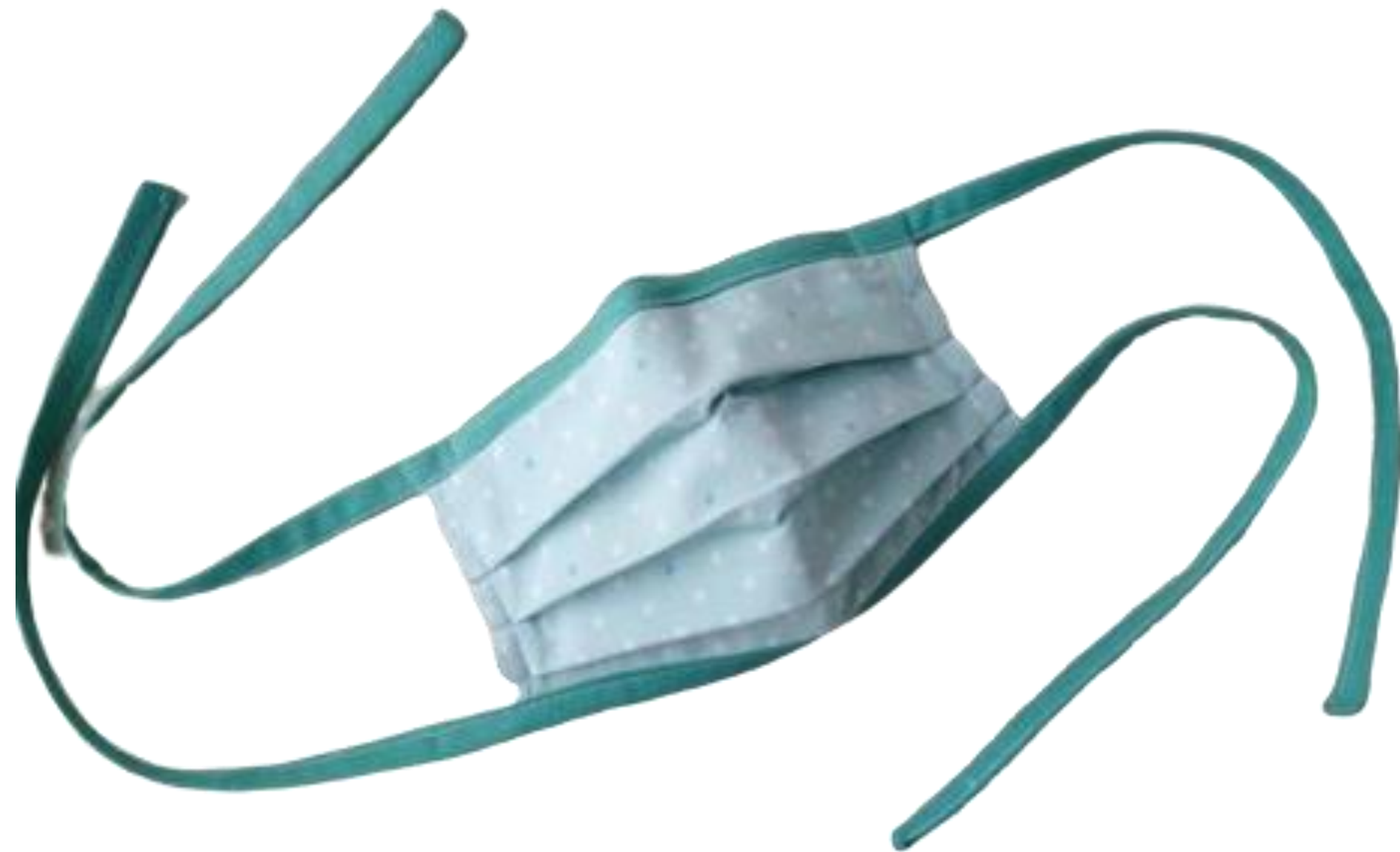
Como fazer, usar e higienizar uma máscara de pano

MSF OCBA
LOGÍSTICA E CADEIA DE SUPRIMENTOS
ABRIL 2020



USAR UMA MÁSCARA FACIAL QUE CUBRA A BOCA, O NARIZ E O QUEIXO

pode contribuir para reduzir que indivíduos infectados (sintomáticos ou assintomáticos) propaguem a contaminação e, portanto, para proteger outros de serem contaminados



MÁSCARA DE PANO

A máscara de tecido padrão é uma máscara retangular de algodão com duas camadas, com pregas e tiras de tecido (de preferência **sem elásticos envolvendo as orelhas**, pois o elástico não é durável quando lavado e os elásticos nas orelhas se tornam rapidamente desconfortáveis).



ATENÇÃO!!!

**Essas máscaras não
se destinam aos
profissionais de
saúde!!**

COMO FAZER UMA MÁSCARA DE PANO

ESPECIFICAÇÕES



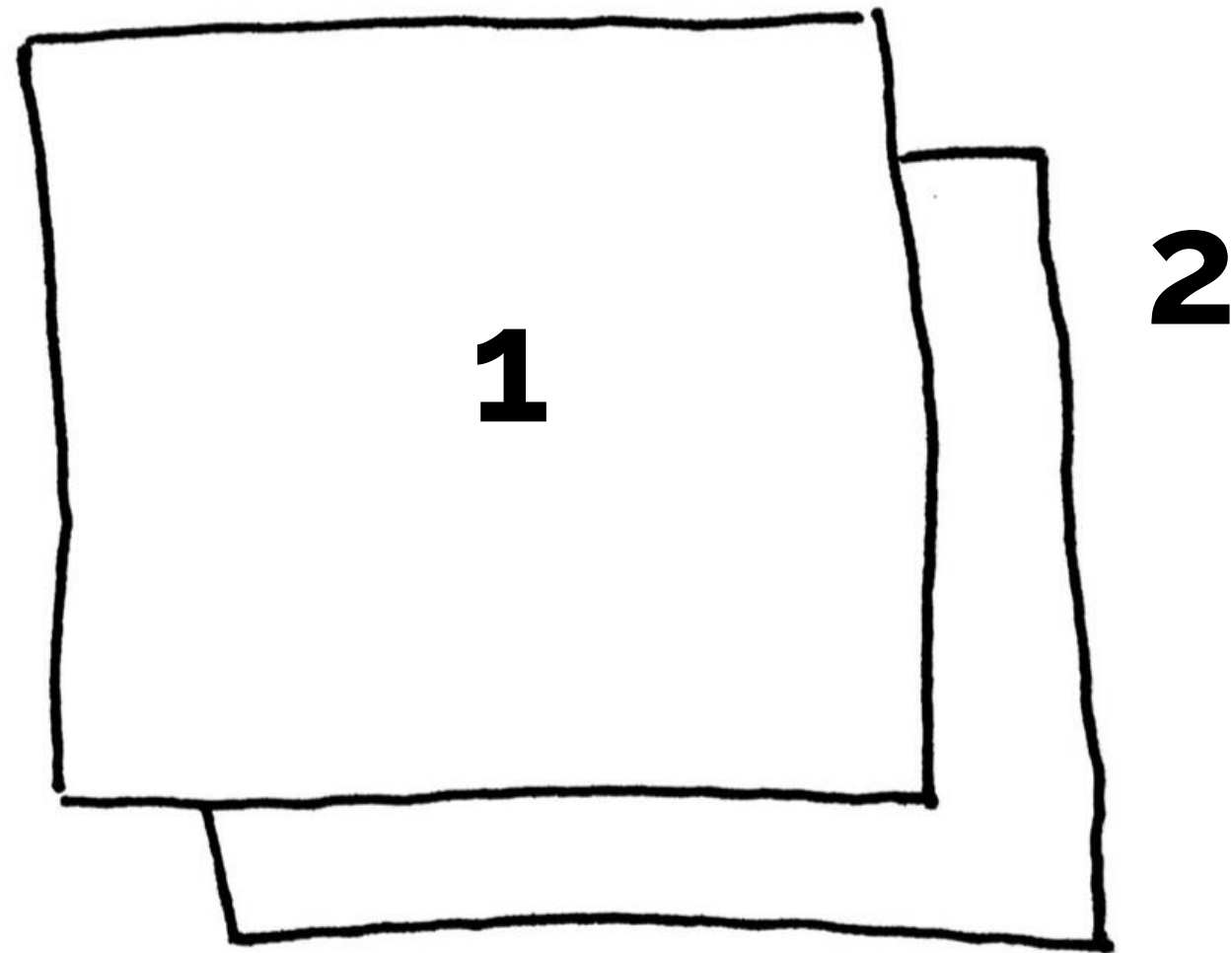


MATERIAL

O TECIDO UTILIZADO DEVE SER
100% ALGODÃO

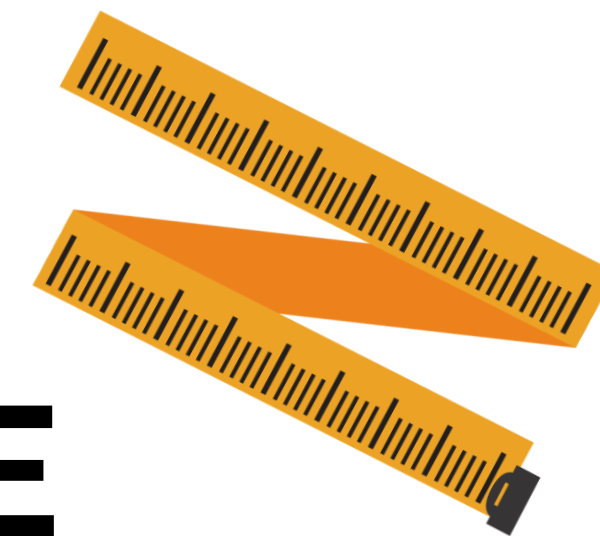
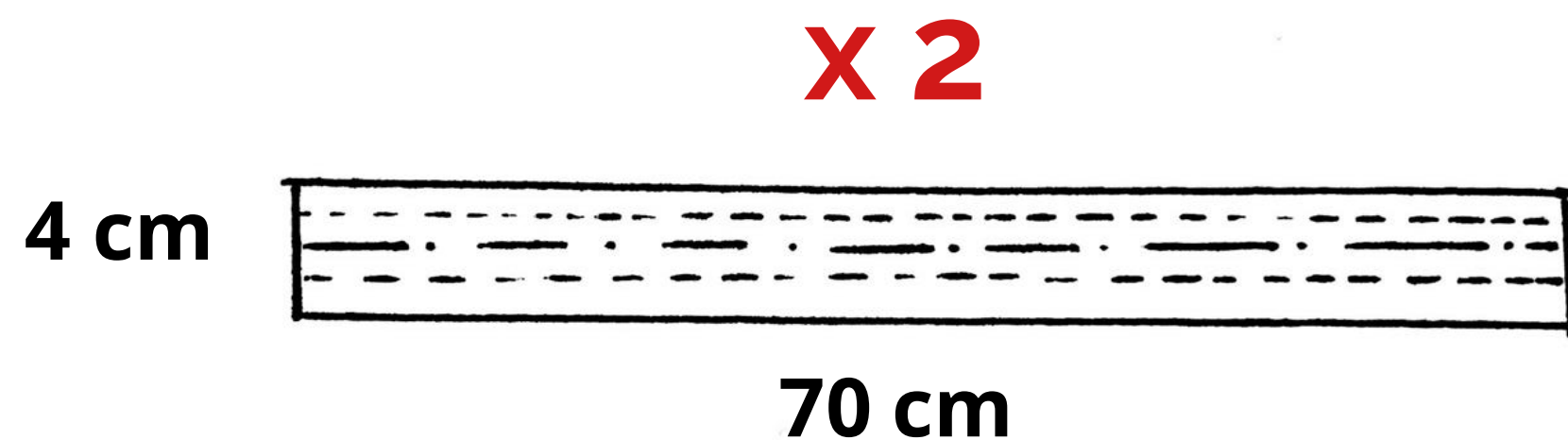
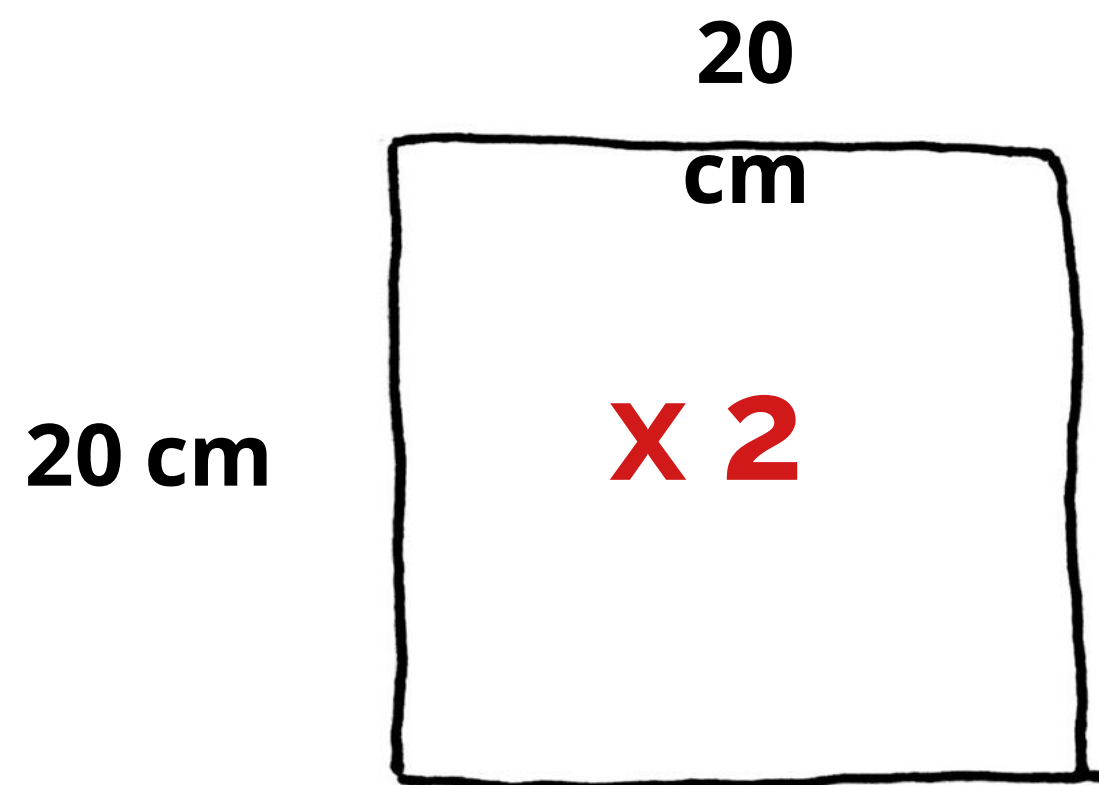
ou uma mistura de algodão/poliéster, tecido com tramas firmes (não tricotado), sem cera, sem elastano ou elástico - as possibilidades incluem o tecido usado para lençóis, saronges/pagnes ou pano **sem elasticidade e sem cera** usado para camisas e vestidos.

A contagem de fios recomendados é mínima de 50, no máximo 60 roscas/cm²; 115 g/m² +/-10% para cada camada



NÚMERO DE CAMADAS

2 CAMADAS COSTURADAS JUNTAS



FORMATO E DIMENSÃO

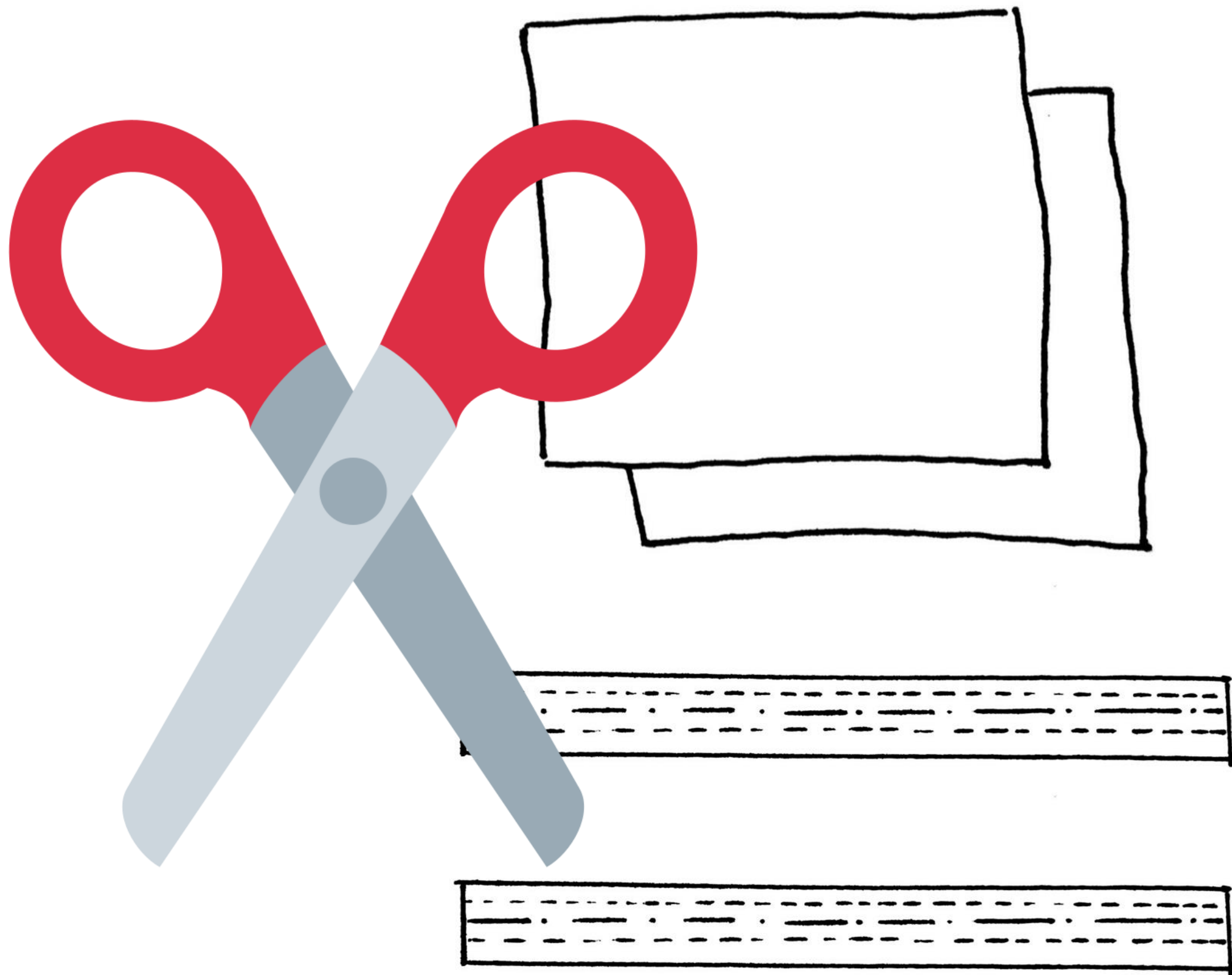
LISTA DE CORTE

Tamanho adulto:

20 cm x 20 cm para a mascara (2 peças)

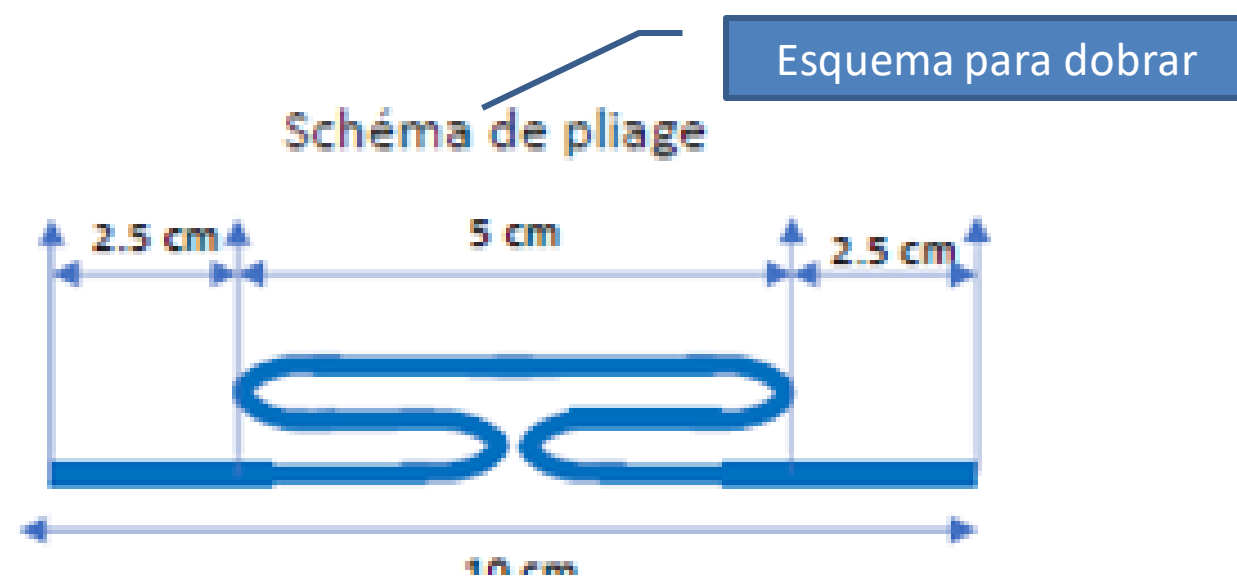
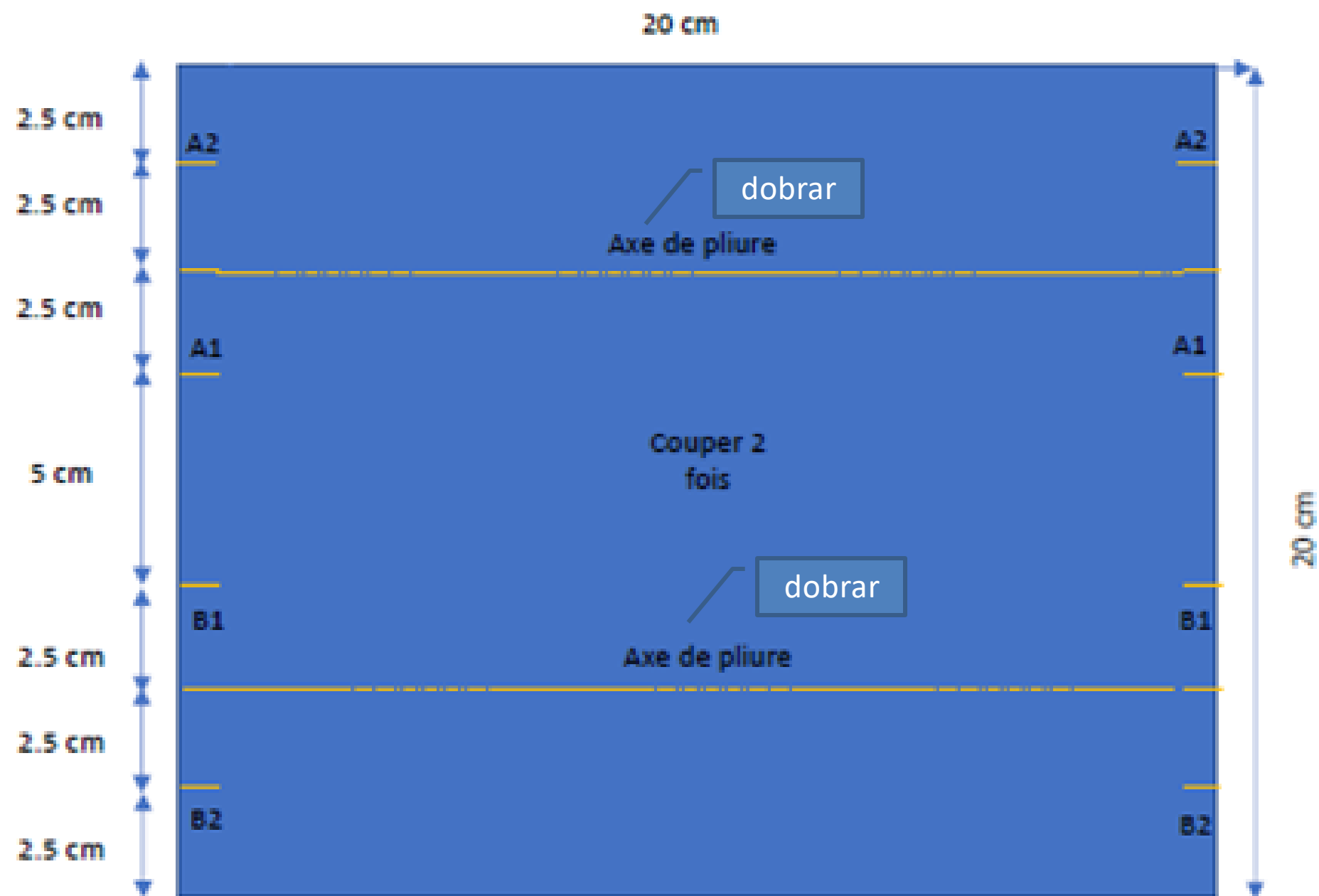
Para as tiras :

4 cm x 70 cm (2 unidades)



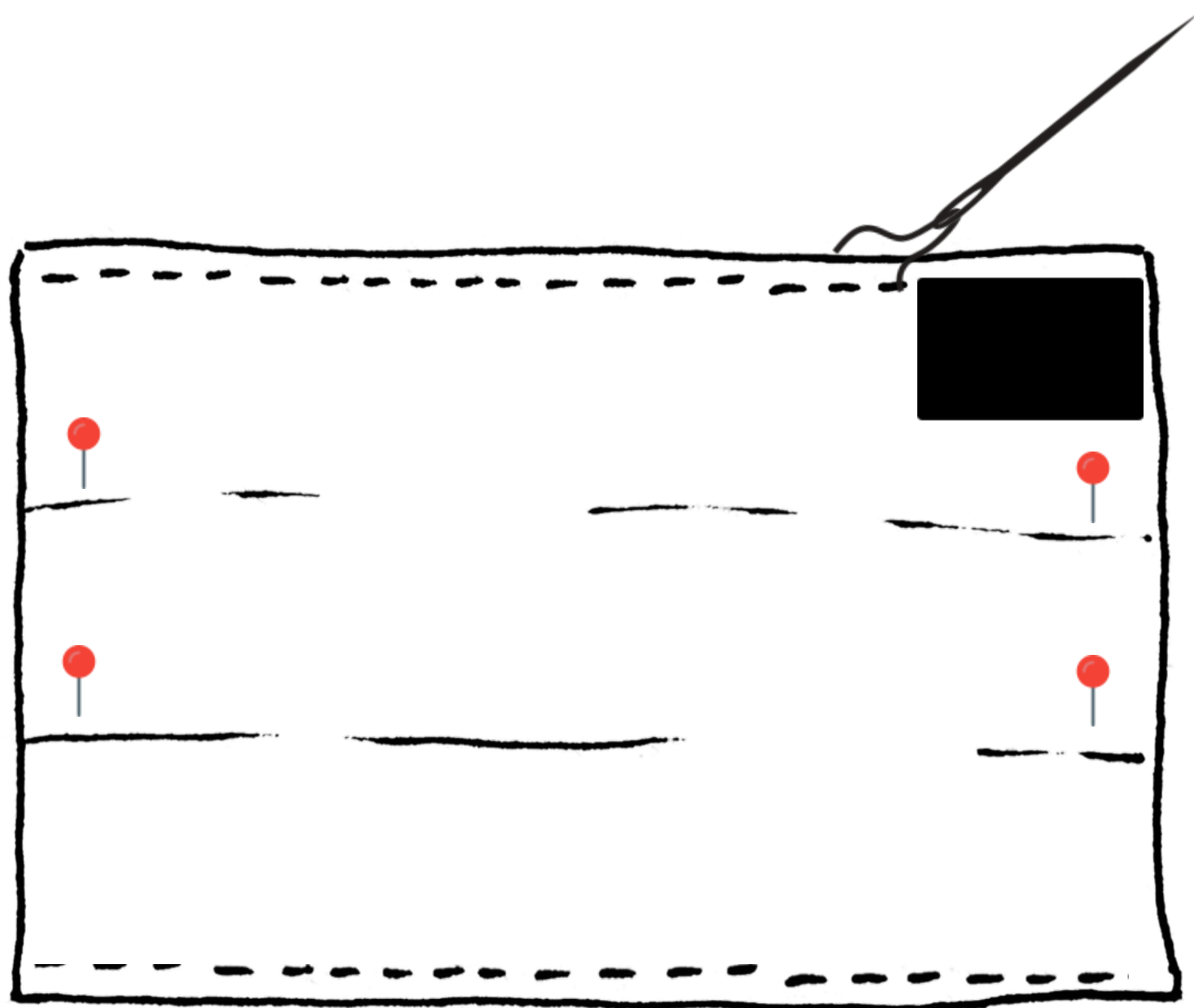
PASSO 1

Corte as duas peças de tecido 20x20 e as tiras.



PASSO 2

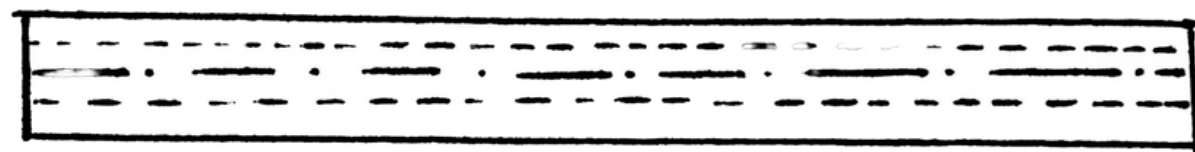
Faça as **pregas** com os dois tecidos juntos, como mostrado no desenho.



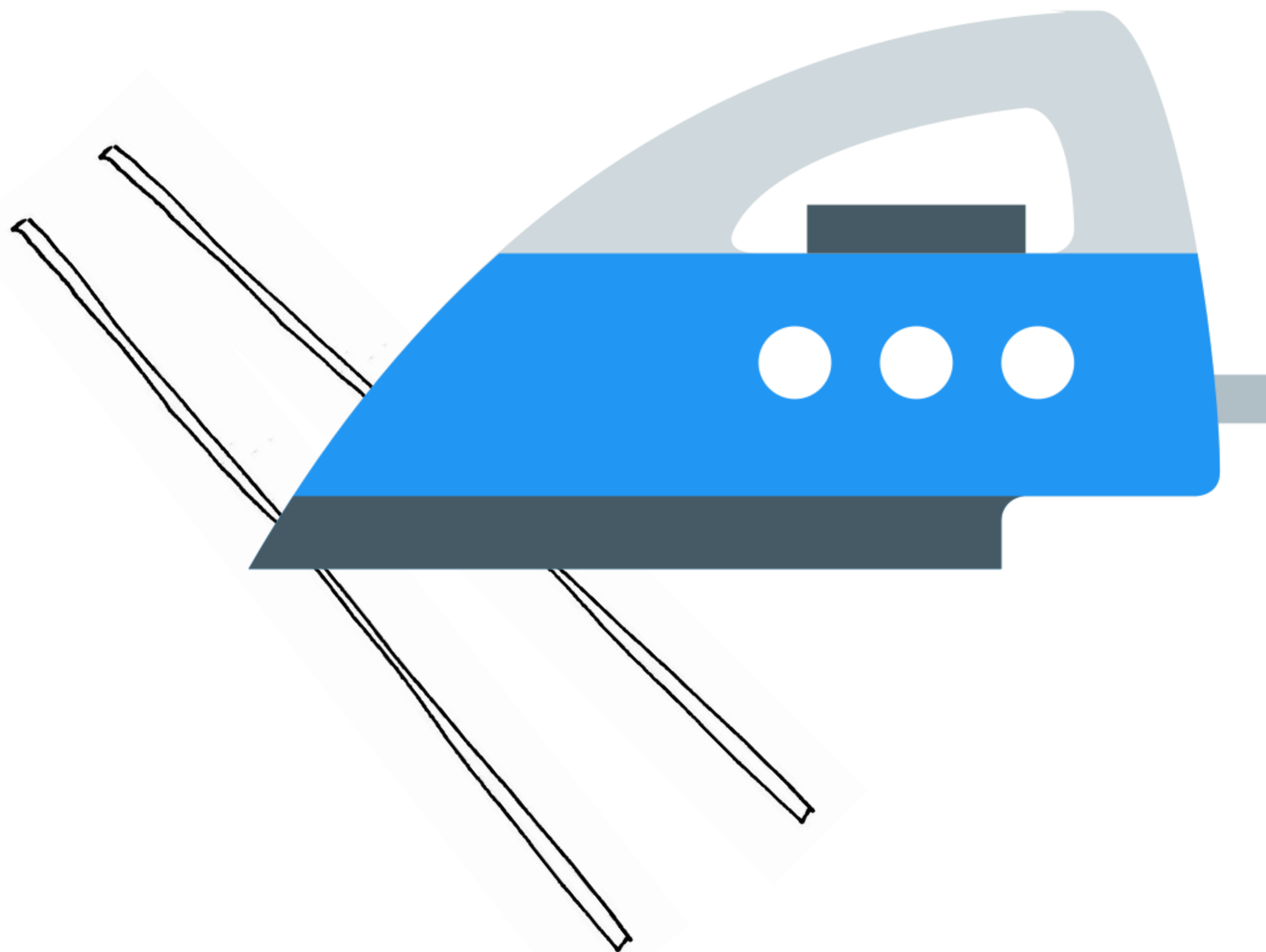
PASSO 3

Faça as costuras superior e inferior com 0,5 cm cada.

Ainda não remova os alfinetes.

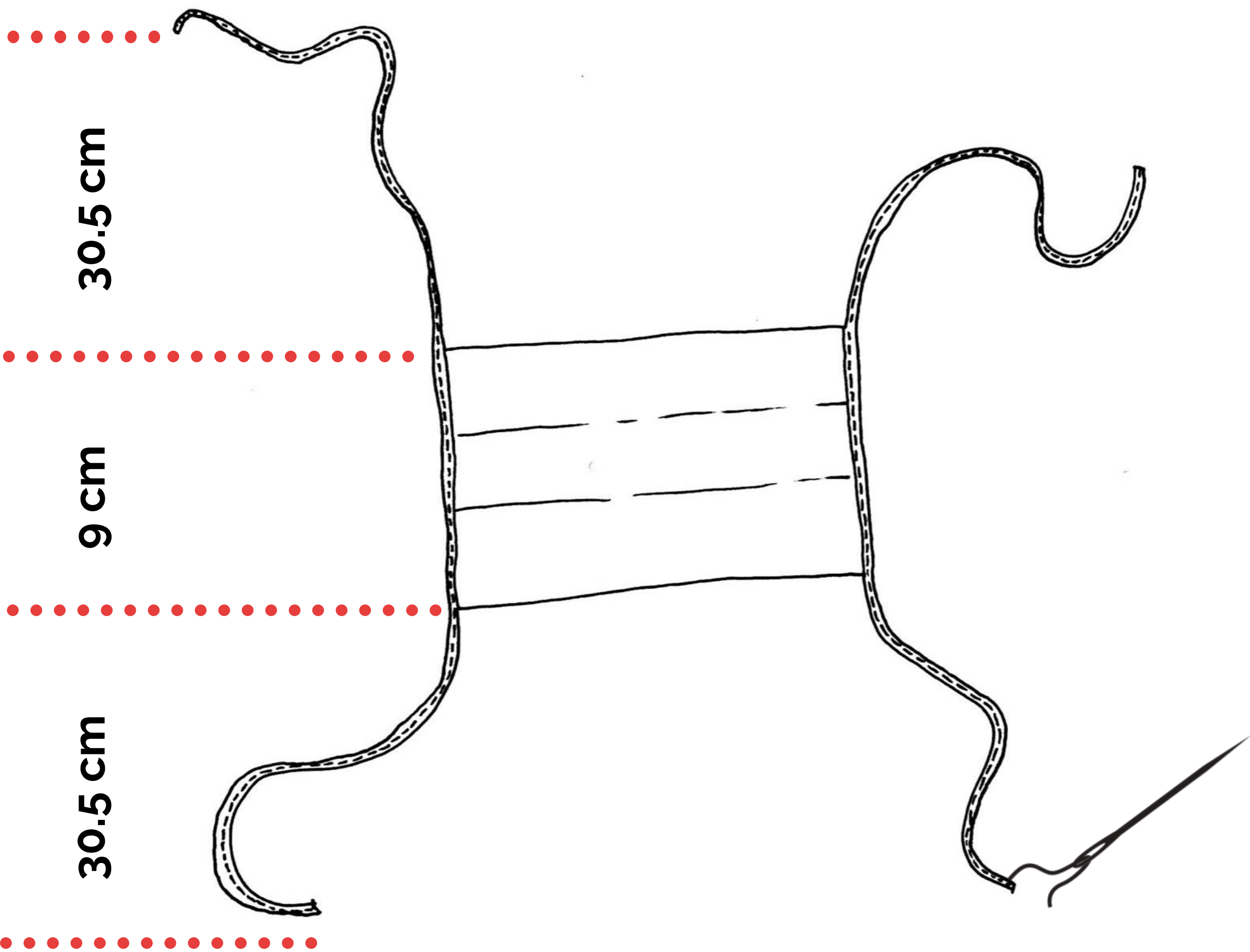


dobra



PASSO 4

**Dobre e passe as tiras
e prenda-as à máscara**



PASSO 5

Costure as tiras na máscara e remova os alfinetes



ENCONTRE UM ESTILO ALTERNATIVO PARA adultos/crianças que estejam em conformidade com as especificações MSF. Use um molde para fazer suas máscaras ou peça ajuda a um costureiro.

https://makefacemasks.com/pdf/Facemask_pattern_and_guidelines_20200318_v2.pdf

**COMO USAR UMA
MÁSCARA DE PANO**





PASSO 1

**Lave bem as
mãos** com água e
sabão antes de tocar
a máscara de pano

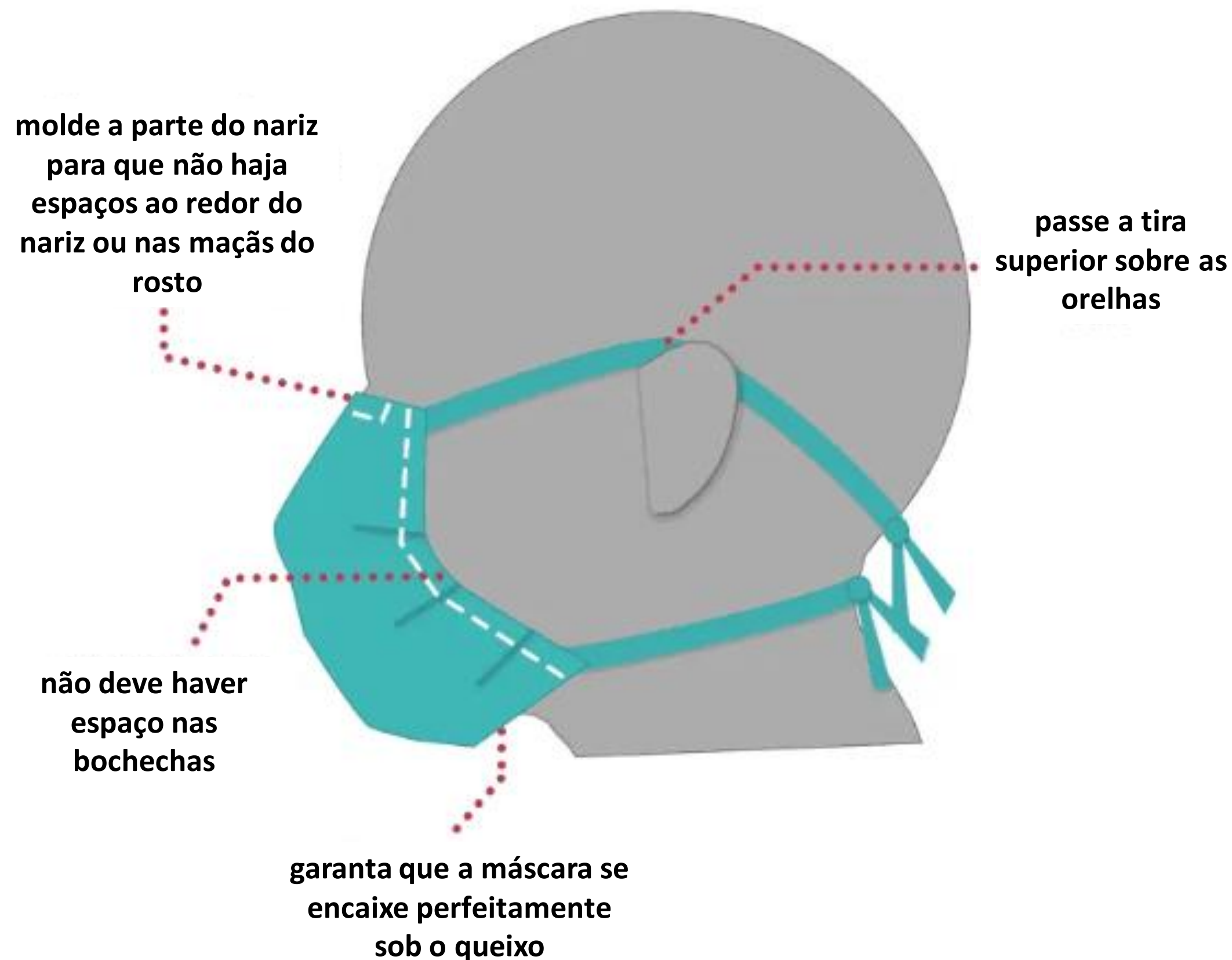


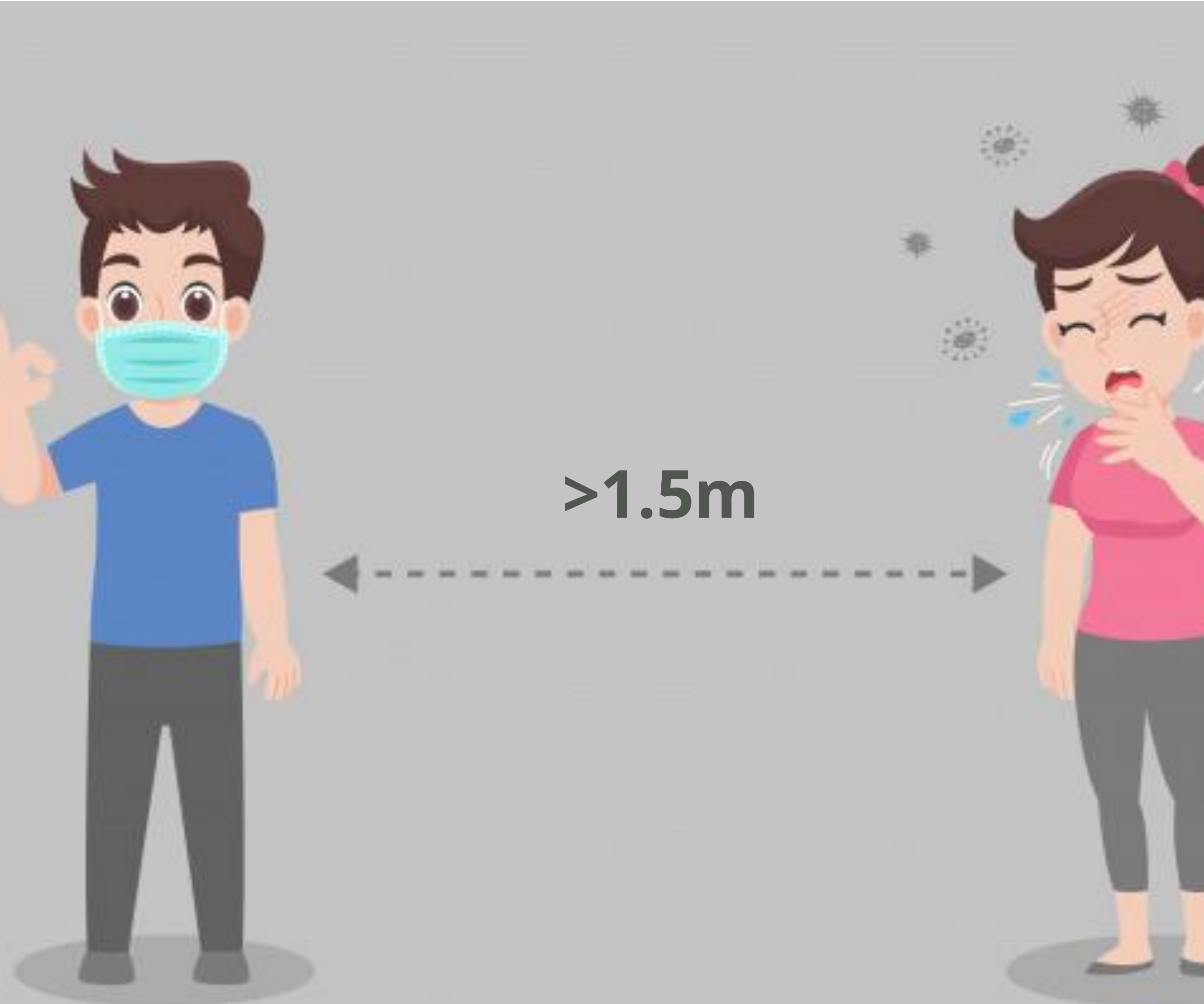
PASSO 2

Segure a máscara pelas tiras para colocá-la ou retirá-la, a fim de evitar contaminação. Comece amarrando as tiras superiores. Para retirá-la, desamarre primeiro as tiras inferiores, como as máscaras cirúrgicas.

PASSO 3

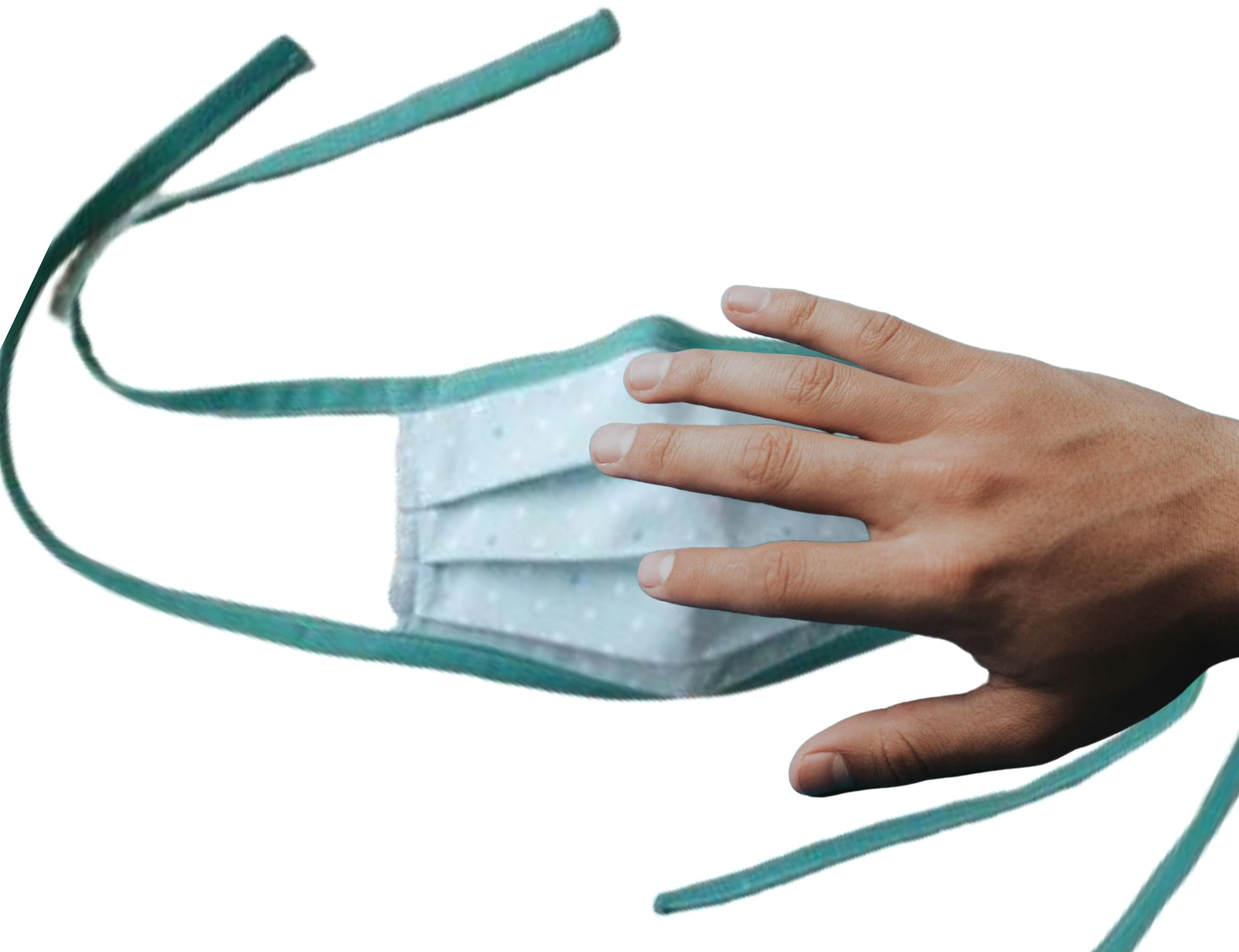
Certifique-se de que a **máscara facial se encaixe perfeitamente** e cubra o nariz, a boca e o queixo sem espaços, mas que você ainda possa respirar pelo nariz e pela boca ao usá-la.





ATENÇÃO

Evite tocar seu rosto e mantenha uma distância segura de pelo menos 1 metro longe de outros



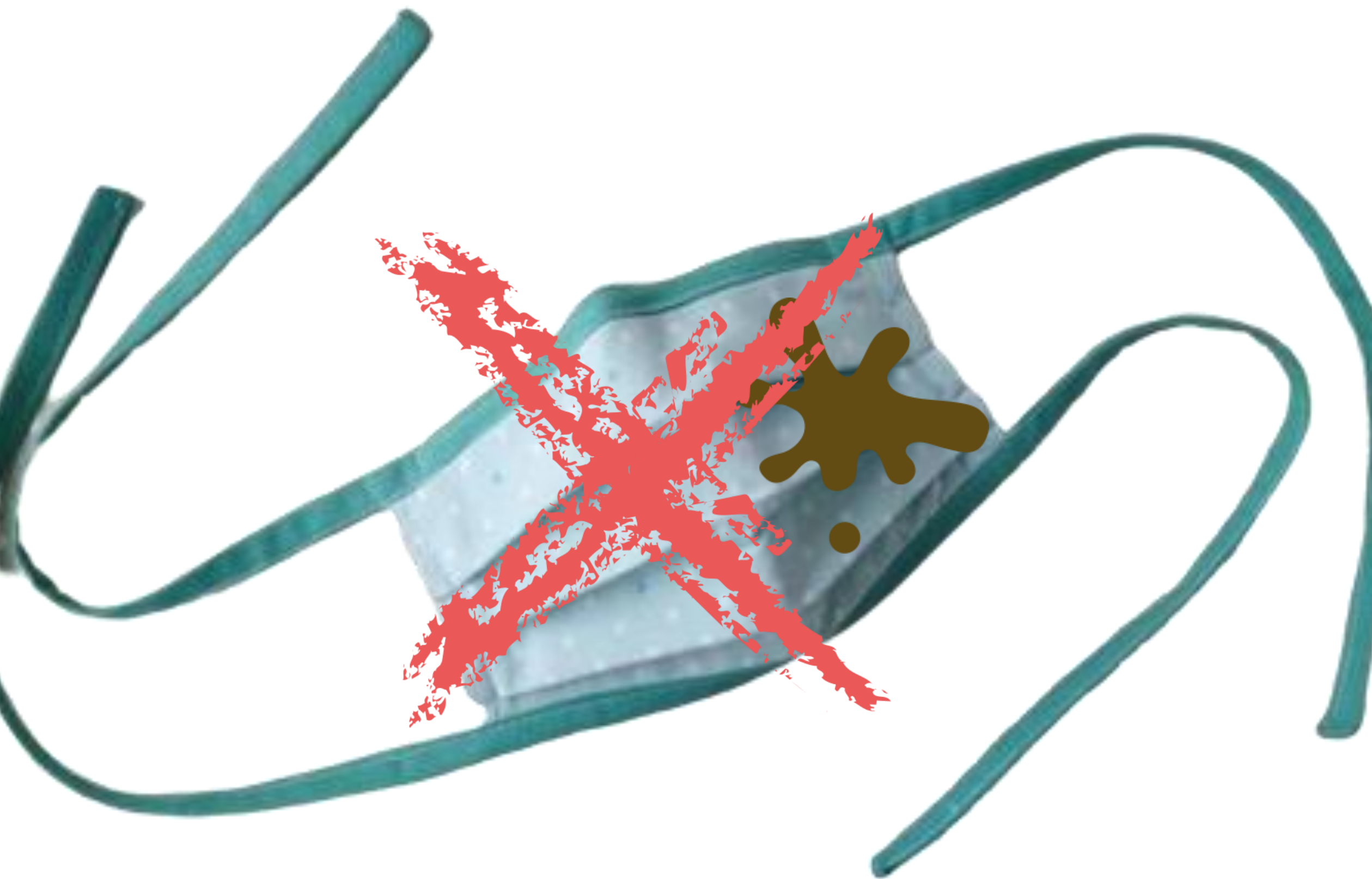
ATENÇÃO

Se você tocar na
máscara ...



ATENÇÃO

... lave as mãos
imediatamente!!!!!!



Se a máscara
estiver úmida ou
suja, **troque-a** por
uma seca.

**COMO HIGIENIZAR
UMA MÁSCARA DE
PANO**





PASSO 1

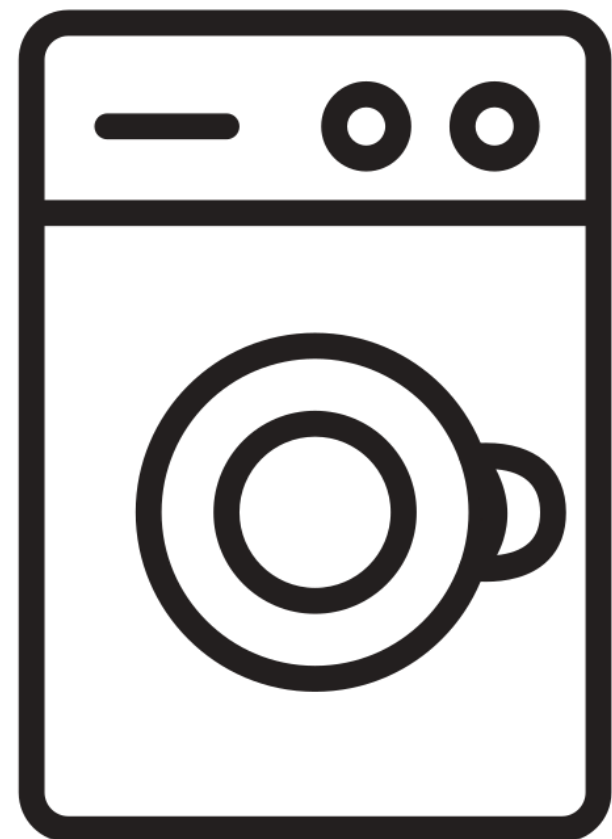
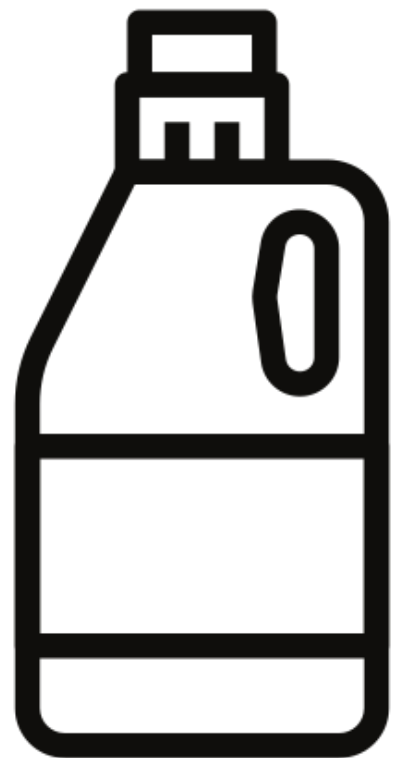
Quando a máscara for removida, ela deve ser **lavada imediatamente** ou **guardada em saco plástico fechado** até ser lavada.



PASSO 2

**VOCÊ deve lavar as
mãos.**

60°C



PASSO 3

**Se possível
Lave a 60°C**

Ou

**Lave a máscara com
água a 60 graus (água
quente, antes do ponto
de ebulição) e
detergente comum.**



PASSO 4

Deixe **secar completamente** antes de reutilizar.



PASSO 5

Se a máscara suja
tiver sido guardada
em **saco plástico**,
descarte-o ou lave-o
adequadamente



PASSO 6

Então lave suas mãos



As informações fornecidas neste site ou nos documentos são baseadas no conhecimento e informações atuais, limitadas à experiência de Médicos Sem Fronteiras, portanto, sob condição da situação vigente, urgente e excepcional causada pela epidemia de CoVid-19.

Essas informações são soluções deficientes, provisórias e excepcionais, considerando a falta de soluções padrão e aprovadas; portanto, elas só devem ser usadas na ausência de informações aprovadas, protocolos, procedimentos ou materiais, estabelecidos pelas normas da Organização Mundial da Saúde ou do Ministério da Saúde. Essas informações são publicadas para divulgar, ampliar e acelerar a resposta dos responsáveis e profissionais da saúde e da sociedade civil envolvidos na resposta à epidemia.

Esta informação não substitui os cuidados médicos profissionais ou as recomendações da Organização Mundial da Saúde ou do Ministério da Saúde.

Médicos Sem Fronteiras não pode ser responsabilizada pela correta implementação e resultados das soluções propostas nessas informações.

Imagens:

- <https://hellosewing.com/diy-cloth-face-mask-pleated-adjustable-ties/>
- <https://happydancequilting.com/how-to-make-a-mask-easy/>



OBRIGADO

POR SUA ATENÇÃO