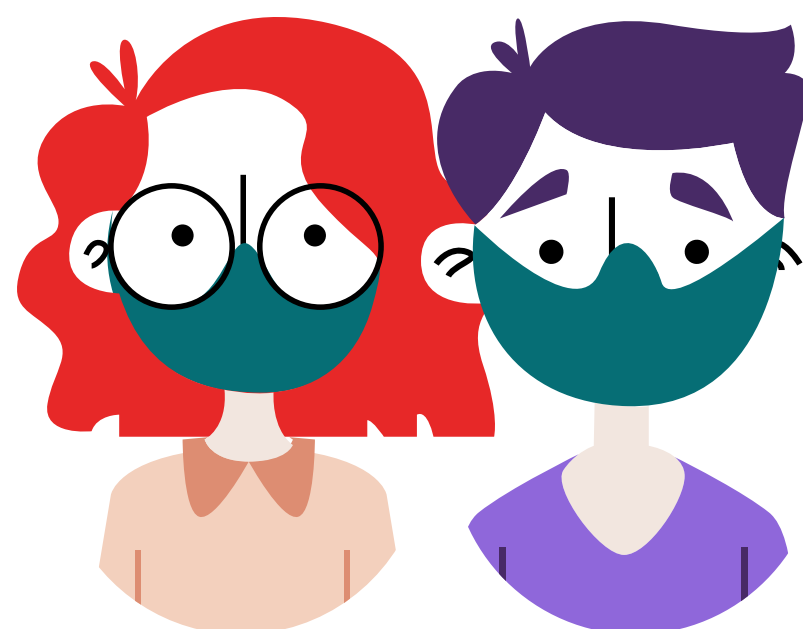


YO TE CUIDO, TÚ ME CUIDAS



Los síntomas del COVID-19 pueden pasar desapercibidos por un lapso de tiempo, ocasionando que la persona infectada contagie a los demás sin darse cuenta.

El usar mascarilla ayuda a prevenir la liberación de fluidos al estornudar o toser.

La implementación de ésta y otras prácticas como lavarse las manos, mantener distancia con otros, y salir de casa sólo si es imprescindible, ayudarán a reducir el contagio de este virus.

HAZ TU PROPIA MASCARILLA

¿QUÉ NECESITAS?



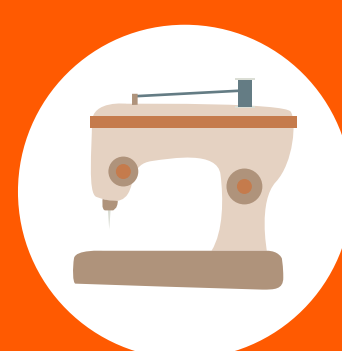
TELA GRUESA DE **ALGODÓN**.
PUEDEN SER PLAYERAS VIEJAS, SÁBANAS, FUNDAS DE ALMOHADAS, ETC.



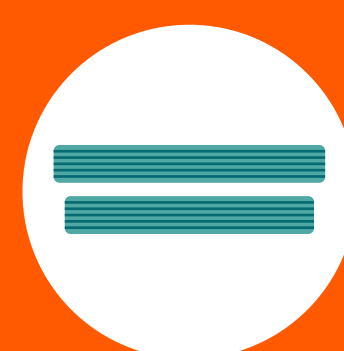
ALFILERES



TIJERAS



MÁQUINA DE COSER

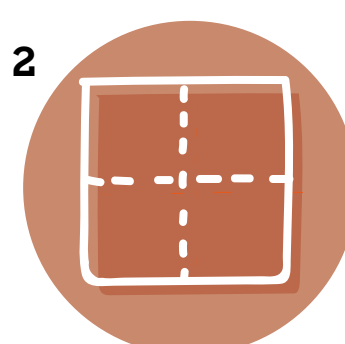


2 TIRAS ELÁSTICAS (DE 28 Y 24 CM)

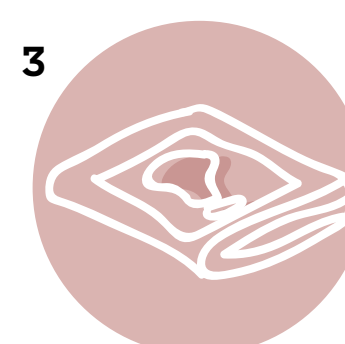
¿CÓMO HACERLA?



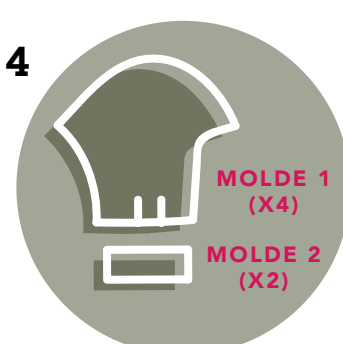
1 IMPRIME EL PATRÓN EN HOJA CARTA



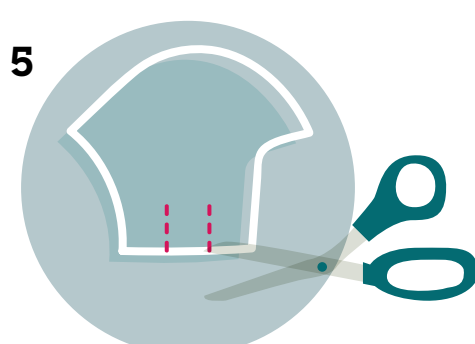
2 DOBLA LA TELA DE **ALGODÓN** EN 4 CAPAS QUE FORMEN UNA SUPERFICIE APROX. DE 28 X 28 CM



3 FIJA CON ALFILERES EL PATRÓN SOBRE LA TELA



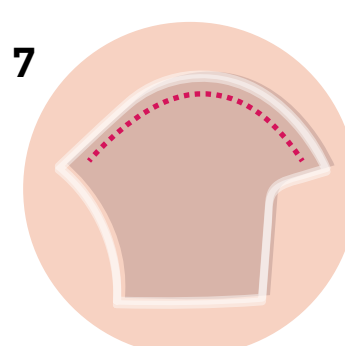
4 RECORTA LA SILUETA DE LOS DOS MOLDES PARA OBTENER **4** PIEZAS DE TELA DE CADA UNO



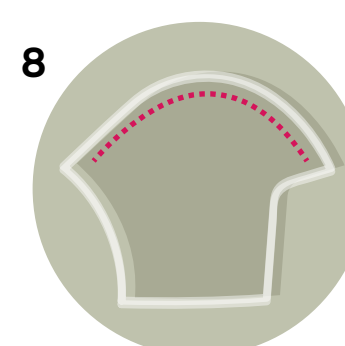
5 CORTA LOS **PLIEGUES** DEL **MOLDE 1** MARCADOS EN LA PLANTILLA



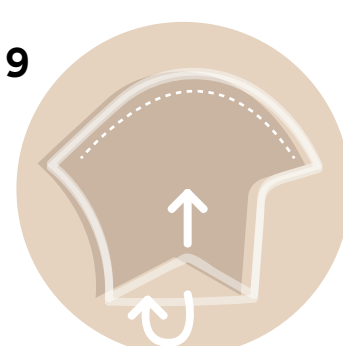
6 JUNTA LAS PIEZAS DEL MOLDE 1 DE DOS EN DOS



7 **COSE**, CON UNA PUNTADA **PEQUEÑA** Y A 1 CM DEL BORDE, LA **CURVA LARGA**.



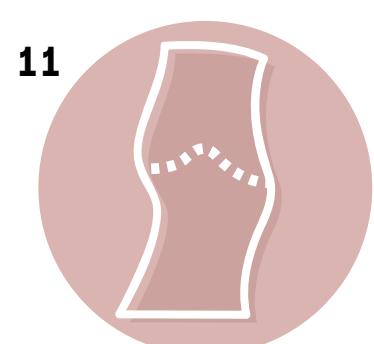
8 **REPITE** EN EL SEGUNDO PAR DE MOLDES



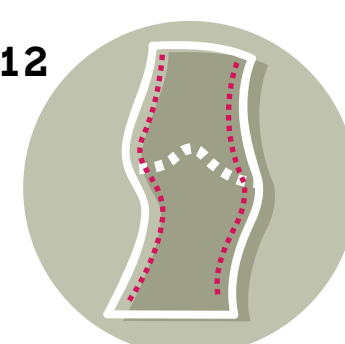
9 **VOLTEA** EL PRIMER PAR DE MOLDES PARA QUE LAS COSTURAS QUEDEN POR DENTRO



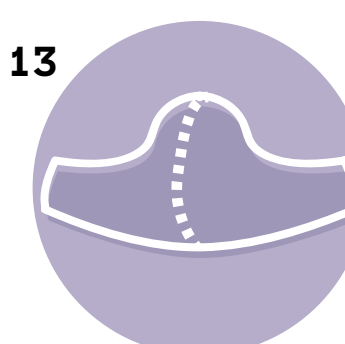
10 **INSERTA** EL PAR VOLTEADO DENTRO DEL OTRO, CUIDANDO QUE LAS FORMAS COINCIDAN



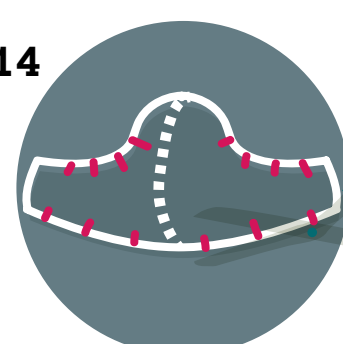
11 **ABRE** LAS DOS PIEZAS



12 **COSE** POR LOS BORDES LAS DOS CAPAS JUNTAS SIGUIENDO MUY BIEN LA SILUETA



13 **MOLDEA** LA TELA CON TUS MANOS PARA UBICAR LA FORMA DE LA MASCARILLA



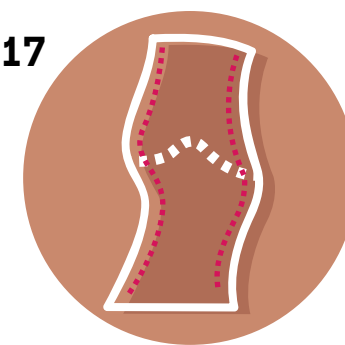
14 **UBICA** LAS CURVAS PRONUNCIADAS QUE QUEDAN Y HÁZLES PEQUEÑOS CORTES **SIN LLEGAR A LA COSTURA**



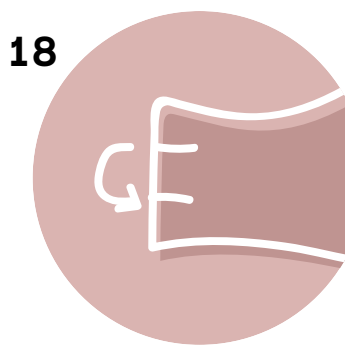
15 **INTRODUCE** TU MANO EN UNO DE LOS EXTREMOS NO CERRADOS, Y VOLTEA LA TELA PARA QUE LO QUE ESTABA ADENTRO, QUEDE POR FUERA



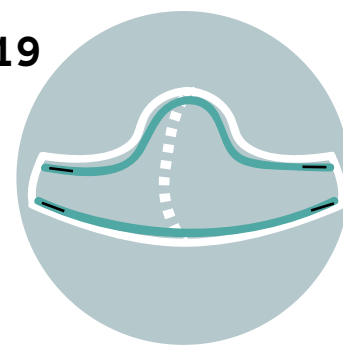
16 **MARCA** BIEN CON TUS MANOS EL CANTO DE LAS COSTURAS



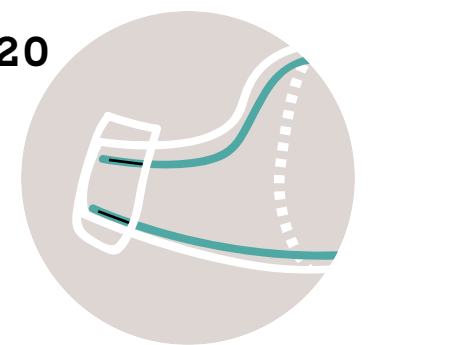
17 **PASA** UN **PESPUNTE** A 0.5 CM DEL BORDE PARA ASENTAR LAS COSTURAS



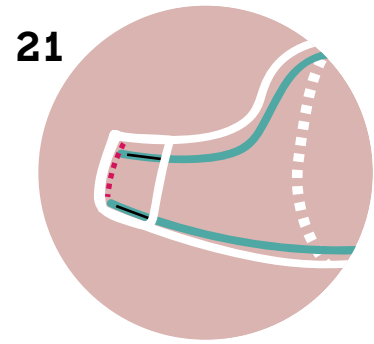
18 TOMA UNO DE LOS EXTREMOS NO COCIDOS Y **UNE** LOS DOS **PLIEGUES** QUE CORTASTE EN EL PASO 5 PARA DARLE UNA FORMA MÁS CÓNCAVA. FÍJALO CON UN PESPUNTE Y REPITE EN EL OTRO LADO



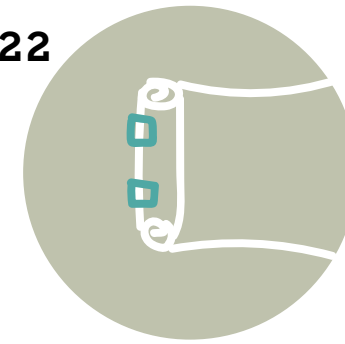
19 FIJA CON UN ALFILER EL ELÁSTICO DE 28 CM. A LOS BORDES SUPERIORES DE LA MASCARILLA. HAZ LO MISMO CON EL DE 24 CM. EN LOS EXTREMOS INFERIORES



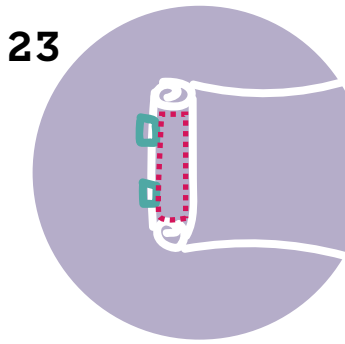
20 COLOCA EL **MOLDE 2** EN UNO DE LOS EXTREMOS PARA QUE SOBRESALGAN 2 CM. DE CADA LADO. ÉSTE SERÁ EL BIES



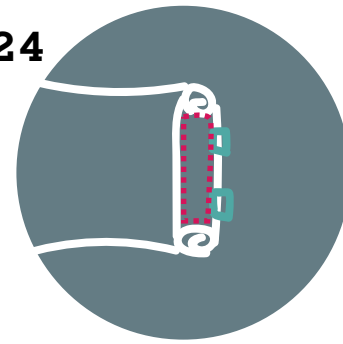
21 **DOBLA** EL EXCEDENTE HACIA ATRÁS Y CÓSELO SOBRE LA MASCARILLA



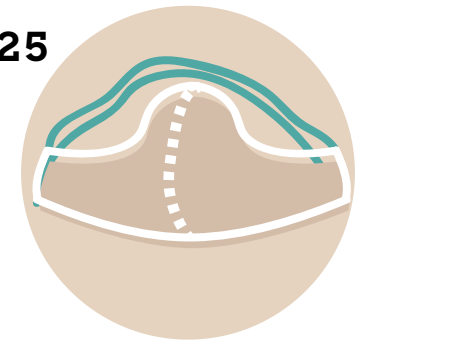
22 **DESDOBLA** EL BIES DE LA PARTE QUE NO COCISTE Y ENROLLA ESE EXTREMO EN 3 PARTES. RETIRA ALFILERES DEL ELÁSTICO



23 **COSE** COMO SE ILUSTRÓ PARA FIJAR EL DOBLEZ



24 **REPITE** LOS PASOS 20, 21, 22 Y 23 CON EL OTRO EXTREMO



25 LA MASCARILLA ESTÁ **LISTA** PARA USARSE

IMPORTANTE

· Retira la mascarilla tomándola por detrás de tu cabeza y llevándola hacia el frente de tu rostro.

· Lava la mascarilla cada 3 horas con cloro y agua caliente por al menos 5 minutos.

Ludwig, P. [Konec prokrastinace]. (2020, marzo 18). Como [sic] significativamente reducir la velocidad de propagación del coronavirus? #MascarillasParaTodos [Archivo de video]. Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=HhNo_IOPotU&feature=youtu.be

Dominguez, A. [Academia Asún Domínguez]. Tutorial: Mascarilla de tela paso a paso - Patrón / molde incluido - Coser tapabocas / barbijo [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=2n3GIWdyqjo>

