

Uso de revestimientos faciales de tela para ayudar a disminuir la propagación del COVID-19

Cómo usar revestimientos faciales de tela

Los revestimientos para la cara de tela deberían:

- ajustarse bien pero cómodamente contra el costado de la cara
- fijarse con cintas o bandas para las orejas
- incluir múltiples capas de tela
- permitir la respiración sin restricciones
- poder lavarse y secarse a máquina sin daños o deformarse

CDC sobre revestimientos de tela hechos en casa

El CDC recomienda usar cubiertas de tela para la cara en lugares públicos donde otras medidas de distanciamiento social son difíciles de mantener (Ejemplo: supermercados y farmacias), especialmente en áreas de transmisión comunitaria significativa.

El CDC también recomienda el uso de revestimientos faciales de tela simples para retrasar la propagación del virus y ayudar a las personas que puedan tener el virus sin saberlo y no transmitirlo a otros.

Los revestimientos de tela hechos de artículos para el hogar o hechos en casa con materiales comunes a bajo costo se pueden usar como una medida de salud pública adicional.

Las cubiertas de tela para la cara no deben colocarse en niños pequeños menores de 2 años, cualquier persona que tenga problemas para respirar o que esté inconsciente, incapacitado o que de otra manera no pueda quitar la cubierta de tela sin ayuda.

Las cubiertas de tela recomendadas no son mascarillas quirúrgicas ni de tipo N95. Esos siguen siendo suministros críticos que deben continuar reservados para los trabajadores de la salud y otros servicios de primeros auxilios médicos, según recomendado por CDC.



¿Se deben lavar o limpiar de alguna manera los revestimientos faciales de tela? ¿Con qué frecuencia?

Si, deben ser rutinariamente lavados dependiendo de su frecuencia de uso.

¿Cómo se esteriliza/limpia de manera segura un paño que cubre la cara?

Una lavadora debe ser suficiente para lavar adecuadamente un paño que cubre la cara.

¿Cómo se quita de forma segura un revestimiento facial?

Las personas deben tener cuidado de no tocarse los ojos, la nariz y la boca al quitarse la tela que cubre la cara y lavarse las manos inmediatamente.

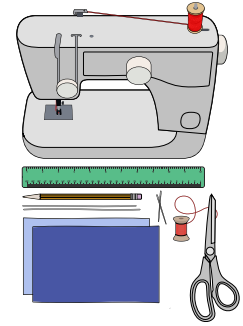


cdc.gov/coronavirus

Revestimiento facial de tela cosida

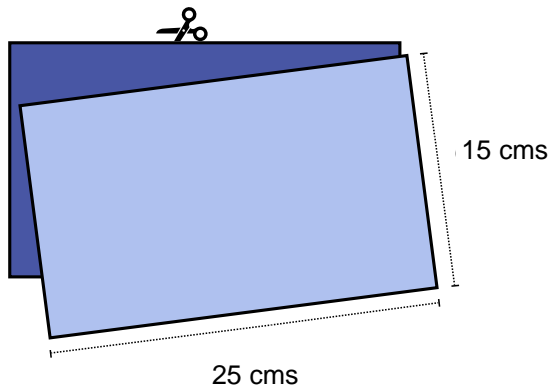
Materiales

- Dos rectángulos tela algodón 25x15cm
- Dos elásticos, tiras de tejido o similares de unos 15cm longitud cada una.
- Aguja e hilo
- Tijeras
- Máquina de coser

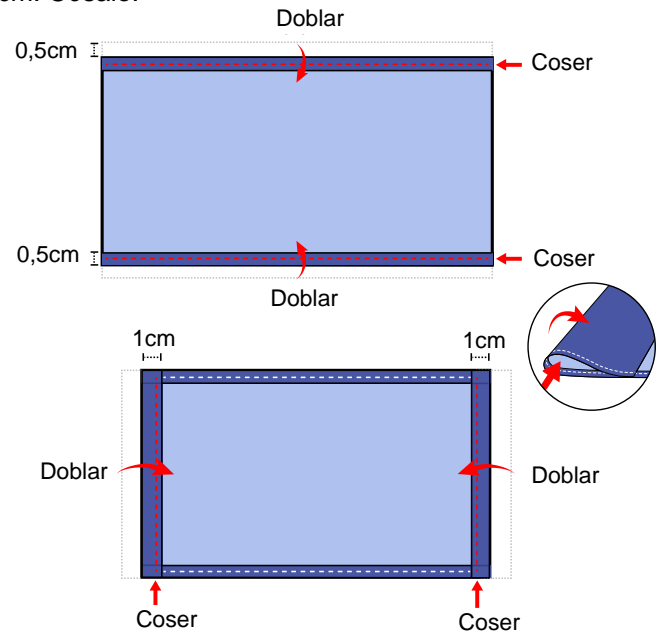


Tutorial

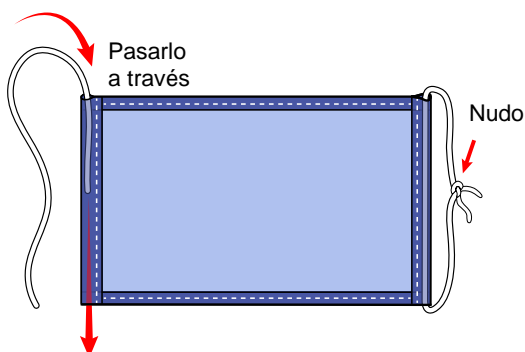
1. Cortar dos rectángulos de tela de algodón. Use algodón denso: tela acolchada, sábanas también de algodón. Tela de camisetas está bien en caso de apuro. Junta los dos rectángulos y cóselos como si fuese una sola pieza.



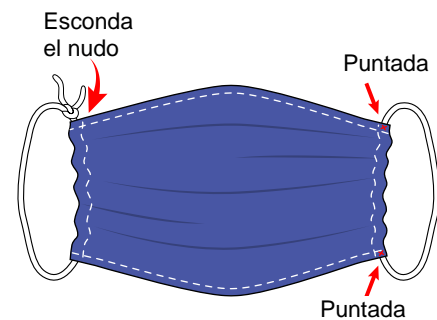
2. Haga un dobladillo en los bordes más largos de unos 0,5cm. A continuación dobladillo en bordes cortos de 1cm. Cósalo.



3. Pase un elástico de unos 15cms de largo a través del dobladillo más ancho por ambos lados. Estas serán las sujeciones a las orejas. Ayúdese con una aguja larga o una horquilla para el pelo. ¿No tiene elásticos? Pues use una goma para el peinado o bandas elásticas. Si solo dispone de una tira/cuerda hágala más larga y asegúrela mediante nudo en la parte posterior de su cabeza.



4. Tire cuidadosamente del elástico de manera que el nudo quede oculto dentro del dobladillo. Recoja los lados de la cubierta de tela mediante los elásticos y ajuste la tela a su cara. De una puntada en el borde para evitar que el elástico se escape.

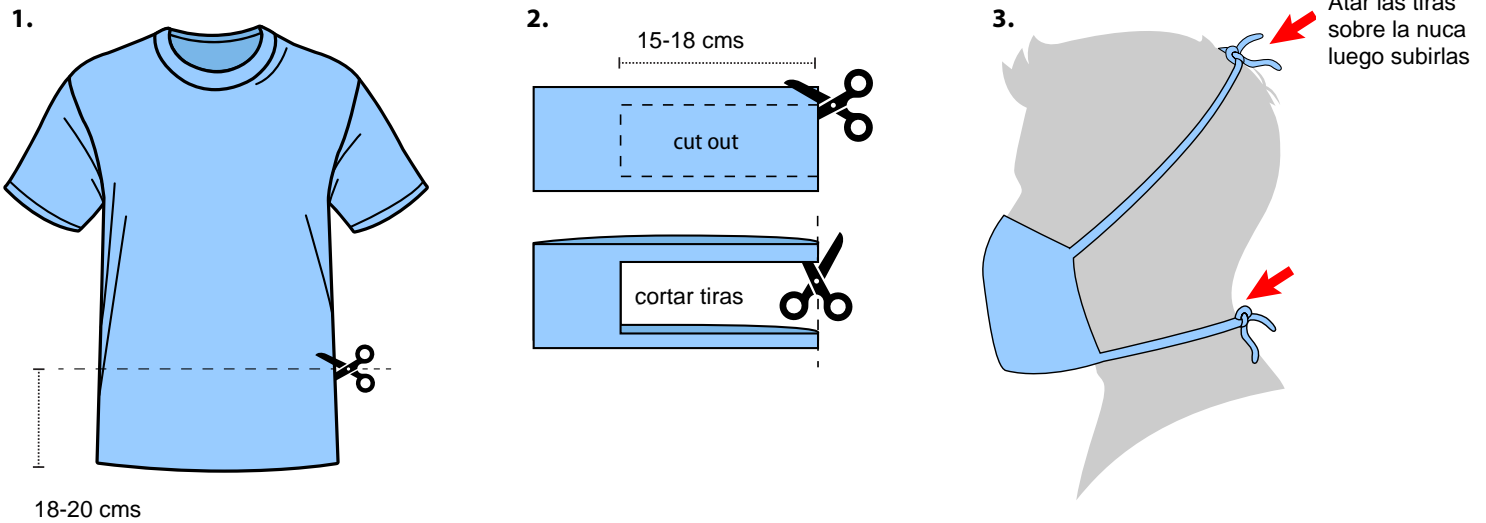


Revestimiento facial de corte rápido a partir de camiseta (sin necesidad de coser)

Materiales

- Camiseta
- Tijeras

Tutorial



Bandana de tela para cubrir la cara (sin necesidad de coser)

Materiales

- Bandana (o cuadrado de tela de algodón de 50x50cms)
- Filtro de café.
- Bandas elásticas (o gomas para cabello)
- Tijeras (si corta su propia tela)

Tutorial

