

CONSTRUYENDO UNA MASCARILLA PROTECTORA USANDO UN PAÑUELO

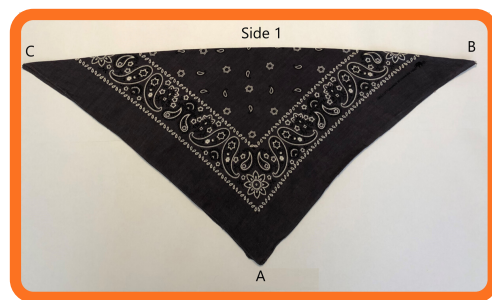
Esta guía paso-a-paso provee las instrucciones necesarias para construir una máscara reutilizando un pañuelo o un pedazo de tela similar, el cual usted puede tener en su casa. Este cobertor no tiene como propósito el reemplazar las recomendaciones de uso de mascarillas N-95 para la protección contra COVID-19 emitidas por el Centro para el Control de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés). Este artículo utilizado para cubrir la nariz y la boca puede ser utilizado cuando el distanciamiento social no pueda ser llevado a cabo o cuando usted frecuente áreas públicas. Refiérase al enlace del CDC en la segunda página de este documento para las directrices actualizadas y recomendaciones adicionales relacionadas al COVID-19.

Ajia Paolillo, Agente Especializada en Citricas para los condados de Hardee, DeSoto y Manatee, UF/IFAS Extension; Traducido por Jonael Bosques, Agente Agrícola para el Condado de Hardee, UF/IFAS Extension
Fuentes utilizadas para el desarrollo de esta guía: YouTube.com

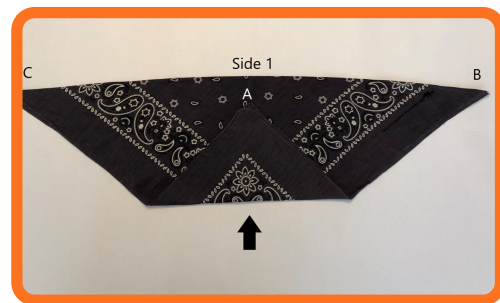
Materiales:

- 1 pañuelo tamaño normal o un pedazo de tela de algodón de 19 pulgadas cuadradas
- 6 alambres (similares a los utilizados para amarrar bolsas de pan), entretejidos para crear un rectángulo, o un limpiador de botellas
- 2 bandas elásticas de pelo o cordones de amarrar zapatos de 24 pulgadas cada uno

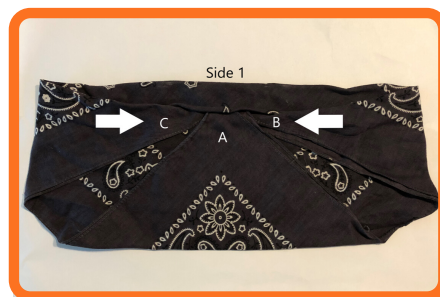
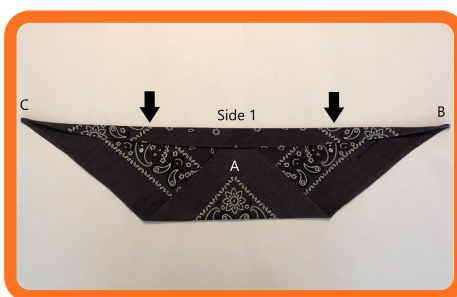
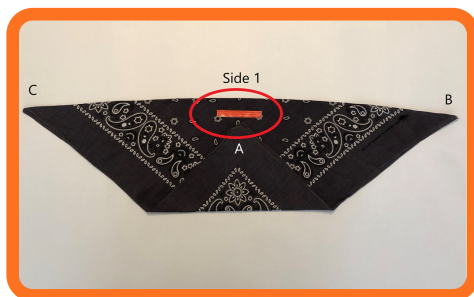
1 Coloque el pañuelo o material en una superficie plana y doble a la mitad de manera diagonal. Si desea, corte el pañuelo en la mitad para hacer dos triángulos. Esto permitirá tener dos máscaras realizadas a partir del mismo pedazo de tela. Si se divide a la mitad, entonces solo tendrá dos capas de protección en el centro de la máscara, lo cual ayuda a respirar en el ambiente caliente de Florida.



2 Doble la punta A para arriba, hacia el Lado 1 (Side 1) del pañuelo, dejando 2 pulgadas de tela en el tope.



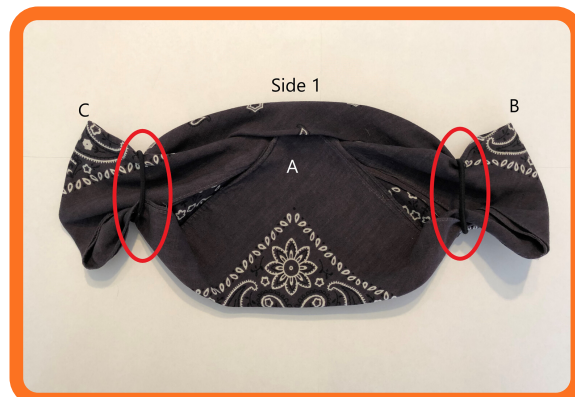
3 Coloque los alambres justo arriba del Punto A y doble el borde del Lado 1. Los alambres son utilizados para fijar el pañuelo al tabique de su nariz. Doble los puntos B y C. Coloque las puntas debajo del Punto A.



CONSTRUYENDO UNA MASCARILLA PROTECTORA USANDO UN PAÑUELO

Ajia Paolillo, Agente Especializada en Citricas para los condados de Hardee, DeSoto y Manatee, UF/IFAS Extension; Traducido por Jonael Bosques, Agente Agrícola para el Condado de Hardee, UF/IFAS Extension
Fuentes utilizadas para el desarrollo de esta guía: YouTube.com

- 4 Coloque una banda elástica en cada lado del pañuelos. Deje 3 pulgadas de tela en cada lado. Si utiliza cordones de zapato o cintas de tela, ate estos al pañuelo dejando 3 pulgadas de tela en cada lado.



- 5 Doble cada lado hacia adentro envolviendo las bandas elásticas, o el material usado en los extremos B y C. No doble la tela completamente hacia el centro del pañuelo. Esto ayuda a mantener al menos 2 capas de tela en el centro de la mascarilla de tela.



- 6 Aguante la mascarilla por las bandas elásticas y coloque su oreja dentro de cada una. Ajuste la tela y moldee los amarres de alambre sobre el tabique, para asegurar su mascarilla de pañuelo. Si usa cordones de zapatos o cinta de tela, amarre los extremos de estos detrás de sus orejas para ajustar su tamaño y fijar los cordones a su contorno facial. Esté pendiente y reajuste la mascarilla de pañuelo cuando sea necesario.



Recursos importantes para ayudarnos a estar informados acerca de COVID-19:

- <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>
- <https://www.cdc.gov/spanish/index.html>
- <https://floridahealthcovid19.gov/home/espanol/>