

**- Molde: Máscara Anatômica de Amarrar  
(margem de costura 0,5 cm)**

- Pique Borda superior

- Molde Máscara  
- Lateral esquerda / 1x tecido / 1x forro

- Tam.: Único  
- Centro da frente

- Centro da frente

- Borda inferior

- Lateral direita / 1x tecido / 1x forro

- Pique Borda superior

- Molde Máscara  
- Lateral direita / 1x tecido / 1x forro

- Tam.: Único  
- Centro da frente

- Centro da frente

- Borda inferior

# Máscara Anatômica de Amarrar

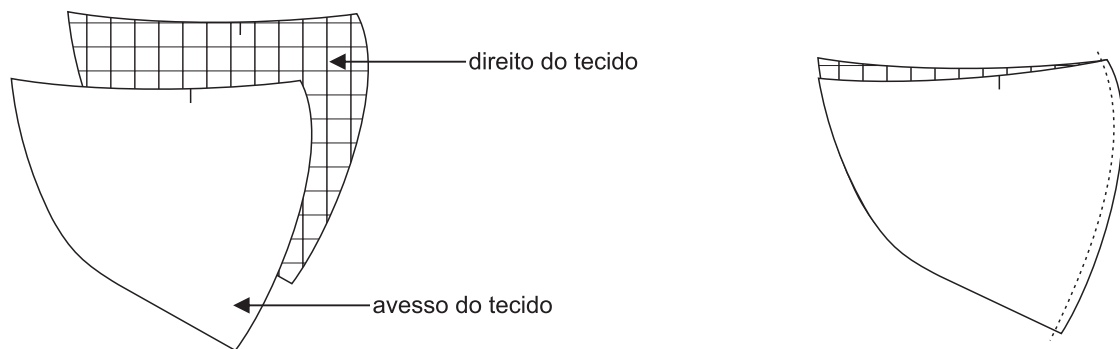
## Material:

- Um retângulo de tecido (parte externa) 17cm x 28cm;
- Um retângulo de tecido (parte interna/forro) 17cm x 28cm;
- 1m de viés;
- 10cm de arame encapado (opcional - ajuste do nariz);

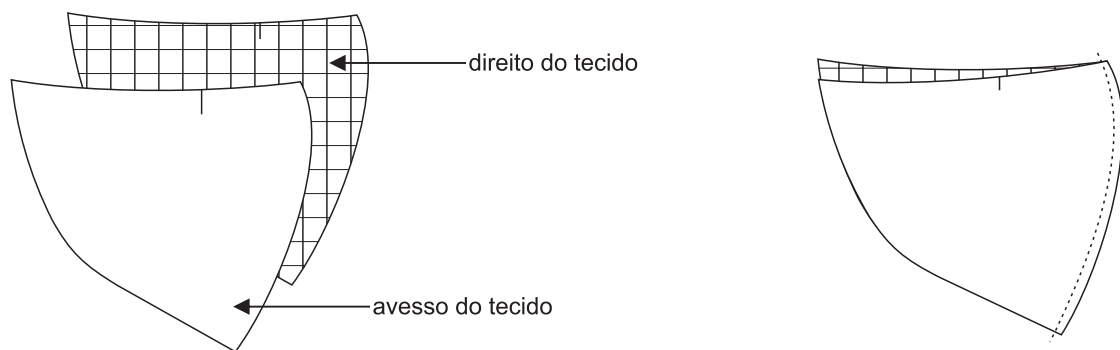
- Observação: Caso seja feita em TNT, basta um retângulo de 17cm x 28cm para fazer um lado direito e um lado esquerdo. Não havendo a necessidade de forro;

## Montagem:

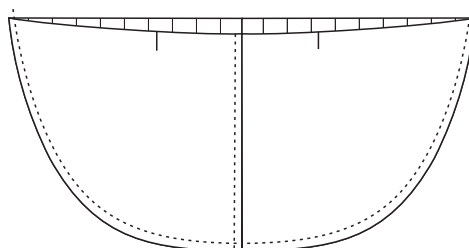
01 - Unir as laterais direita e esquerda da parte externa pelo centro (lado direito do tecido sobre lado direito do forro), com uma costura;



02 - Unir as laterais direita e esquerda da parte interna/forro pelo centro (lado direito do tecido sobre lado direito do forro), com uma costura;

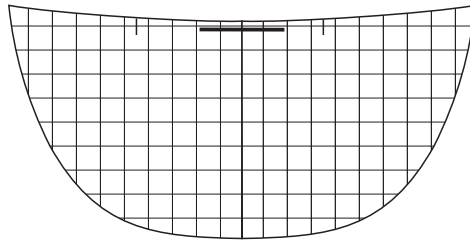


03 - Unir as partes externa e interna/forro com uma costura (lado direito do tecido sobre lado direito do forro), na parte inferior da peça;

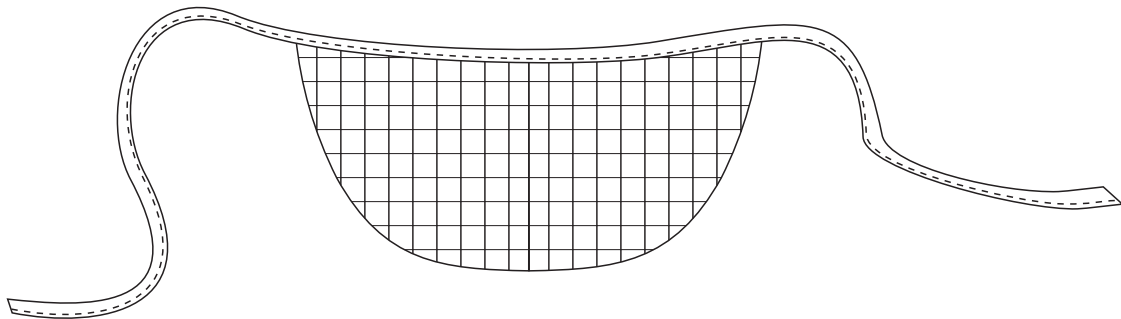


JORGE  
FEITOIA

04 - Virar a peça, colocando o lado direito do tecido e do forro pra fora. Colocar o arame encapado no centro da borda superior (opcional para ajuste do nariz);



05 - Aplicar o viés (escondendo o arame) deixando a mesma medida para cada lado da máscara, a partir do centro da borda superior (observação: o viés pode ser aplicado com aparelho específico para essa função);



## - Recomendações quando ao uso das máscaras caseiras:

01 - A máscara de tecido caseira é de uso individual. Ela pode seguir diferentes modelos, mas precisa se adaptar bem ao rosto, cobrindo boca e nariz;

02 - Ela deve ser usada por no máximo 02h00 seguidas, caso esteja seca. Pois se ficar úmida antes desse tempo, deverá ser trocada (por isso é recomendado que cada pessoa tenha entre quatro (04) ou seis (06) máscaras, dependendo da quantidade de horas que tiver em contato com outras pessoas fora de casa);

03 - Após seu uso deve ser colocada em uma sacola reservada só para isso (caso você esteja fora de casa);

04 - Sempre que tocar na máscara, seja pra colocá-la ou retirá-la, lave as mãos com água e sabão ou use álcool em gel.

05 - A máscara deve ser desinfetada, com água e sabão ou com água sanitária diluída em água, de molho por 20 minutos. O mesmo processo, deve ser feito com a sacola usada para transportar as máscaras usadas;

## Fontes:

<https://www.youtube.com/watch?v=Tpw5-TOuCNA>

<https://www.sul21.com.br/ultimas-noticias/coronavirus/2020/04/coronavirus-oms-e-ministerio-da-saude-orientam-populacao-a-usar-mascaras-caseiras/>

<https://saude.estadao.com.br/noticias/geral,confira-dicas-de-especialista-sobre-como-fazer-e-cuidar-de-sua-mascara-caseira,70003258395>

**JORGE  
FEITOZA**