# PASSO A PASSO PARA CONFECÇÃO, USO E HIGIENIZAÇÃO DE MÁSCARAS DE TECIDO

#FiqueEmCasaComSenacRJ

Senac

## Sumário

- Orientações para o uso correto da máscara de proteção
- Orientações para a higienização
- Passo a passo para confecção da máscara
- Moldes para impressão

## Orientações para o uso correto da

# máscara de proteção

**Antes de iniciar a confecção da sua própria máscara de tecido, é importante saber utilizá-la corretamente. Observe:**

- A máscara de pano é recomendada como uma forma de barreira mecânica.
- Seu uso é individual.
- As máscaras podem ser feitas em algodão, tricoline, TNT ou outros tecidos.
- Deve ter duas camadas de pano ou, então, ser dupla face.
- Deve ter medidas corretas para cobrir totalmente o nariz e a boca, sem deixar espaços nas laterais.
- Precisa ter elásticos ou tiras para amarrar acima das orelhas e abaixo da nuca. Desse jeito, o pano estará sempre protegendo a boca e o nariz e não restarão espaços no rosto.
- Depois de ser colocada, a máscara não deve ficar sendo tocada e ajustada, especialmente se você estiver na rua.
- A máscara deve ser trocada depois de 2 horas de uso e/ou caso fique úmida. Por isso, cada pessoa deve ter pelo menos duas.
- Pode ser colocada sempre que for preciso sair de casa. Leve uma máscara reserva acondicionada em um saco plástico limpo caso seja preciso fazer a troca enquanto estiver fora.

# Orientações para a higienização

**As máscaras de tecido devem ser higienizadas de acordo com as orientações a seguir:**

- Quando chegar em casa, lave as mãos com água e sabão e seque-as bem antes de retirar a máscara.
- Remova a máscara pegando pelo elástico que ficará atrás da orelha e não toque na parte da frente, que estava sobre seu nariz e boca.
- Coloque a máscara de molho em um recipiente com uma mistura de água potável e água sanitária por 30 minutos. A proporção é de 1 parte de água sanitária para 50 partes de água (10 ml de água sanitária para 500 ml de água potável, por exemplo).
- Depois que acabar o tempo de imersão, enxágue com água corrente e lave com água e sabão, colocando para secar.

- Lave bem suas mãos com água e sabão quando acabar o processo.
- A máscara deve estar totalmente seca para ser utilizada novamente.
- Depois de seca, passe a máscara com ferro quente e armazene em um saco plástico limpo.
- Descarte a máscara sempre que apresentar sinais de deterioração e faça uma nova.

**ATENÇÃO!**
**O USO DA MÁSCARA NÃO SUBSTITUI OUTROS CUIDADOS. PORTANTO, CONTINUE:**

- Lavando suas mãos com água e sabão sempre que possível.
- Mantendo distância das outras pessoas.
- Não levando suas mãos ao rosto, tocando boca, olhos e nariz.
- Permanecendo em casa, se você puder.

# Passo a passo para confecção da máscara

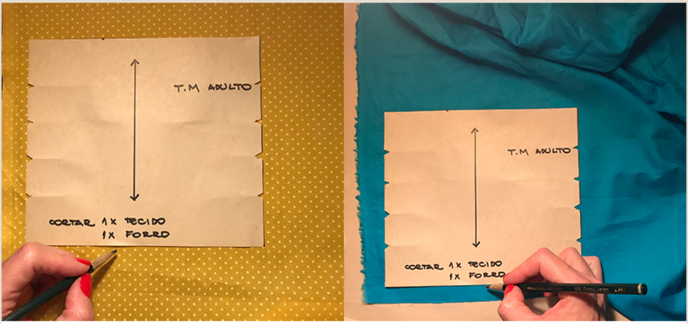
**Para confeccionar sua máscara, siga os passos indicados.**

## Modelo 1 - Máscara protetora COM costura

### Para confeccionar sua máscara você vai precisar de:

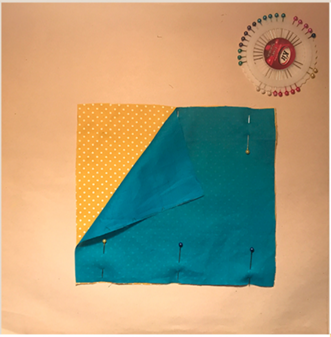
- 1 molde em papel (disponibilizado pelo Senac RJ para download nos tamanhos adulto M e G, Infantil e bebê).
- Tecido e forro que estejam disponíveis em casa.
- Elástico (rolotê ou do tipo chato) nas seguintes medidas:
  **Adulto M – 2 tiras de 18cm**
  **Adulto G – 2 tiras de 19cm**
  **Infantil – 2 tiras de 17cm**
  **Bebê – 2 tiras de 15cm**
- Fita de gorgorão para acabamento.
- Fita métrica.
- Alfinetes.
- Tesoura.
- Máquina de costura com linha.

# Passo a passo:



## PASSO 1:

Posicione o molde sobre o tecido e faça o risco (atenção para manter as marcas dos piques que sinalizam as dobras das pregas). Repita o processo no forro.

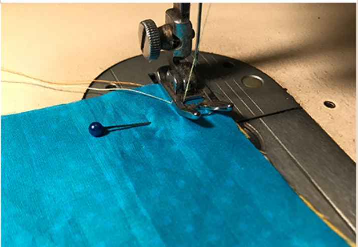


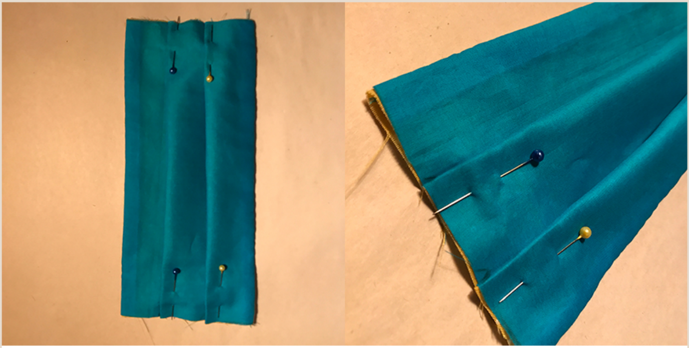
## PASSO 2:

Posicione os dois quadrados (tecido e forro) um sobre o outro.
Se estiver trabalhando com tecidos estampados, os desenhos devem ficar para dentro.

## PASSO 3:

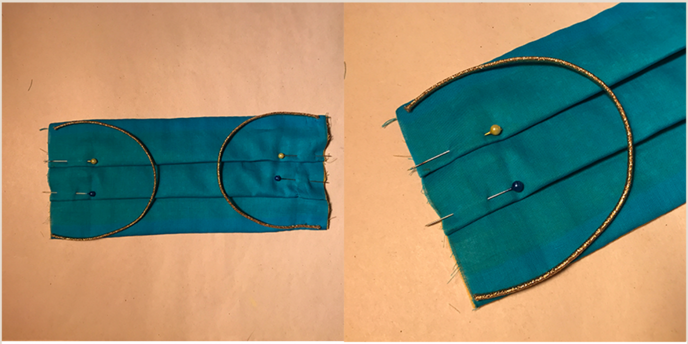
Costure a parte superior e a inferior na máquina e desvire (de modo a visualizar o desenho do tecido se ele for estampado).





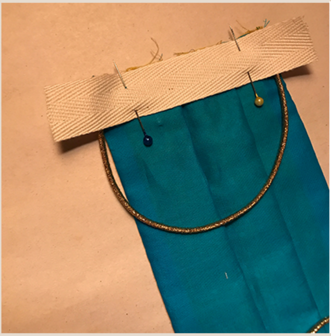
**PASSO 4:**

Seguindo a marcação do molde, faça as pregas e fixe-as com alfinete (em ambas as laterais).



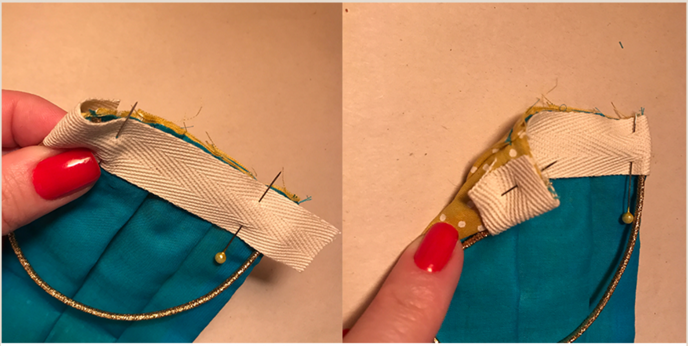
**PASSO 5:**

Posicione os elásticos nas extremidades das laterais. Você pode fazer um alinhavo à mão ou passar uma costura simples na máquina para fixar tanto as pregas quanto os elásticos antes do acabamento.



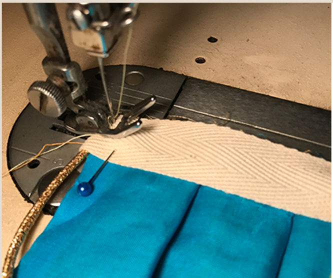
## PASSO 6:

Meça a medida final da lateral e corte a fita de gorgorão somando mais 3 cm. Posicione a tira da fita de gorgorão sobre as pregas e sobre o elástico em cada uma das laterais e alfinete.



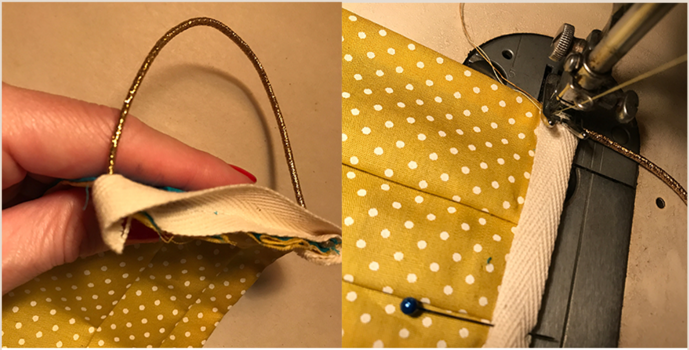
## PASSO 7:

Vire cada uma das partes de 1,5 cm que sobrou para a parte de trás da máscara e alfinete.



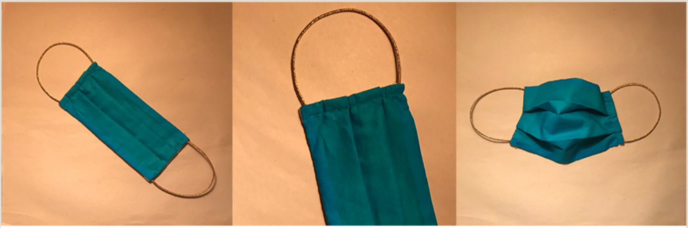
## PASSO 8:

Costure a fita de gorgorão na máquina.



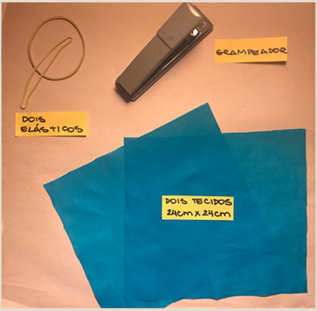
**PASSO 9:**

Vire a fita de gorgorão e costure na máquina para o acabamento final.



**SUA MÁSCARA ESTÁ PRONTA!**

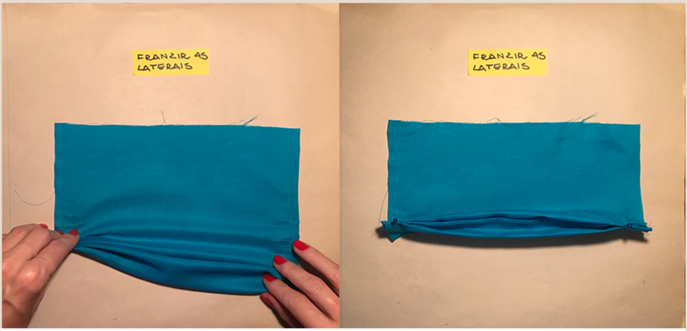
## Modelo 2 - Máscara protetora SEM costura



## Para confeccionar sua máscara você vai precisar de:

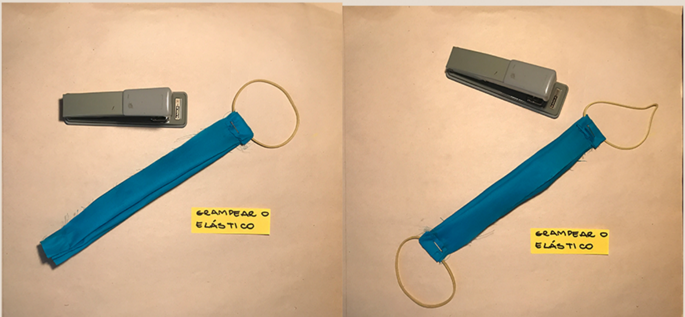
- 2 elásticos.
- 1 grampeador.
- 2 quadrados do tecido que esteja disponível em casa, no tamanho 24 cm x 24 cm.
- Alfinetes.

# Passo a passo:



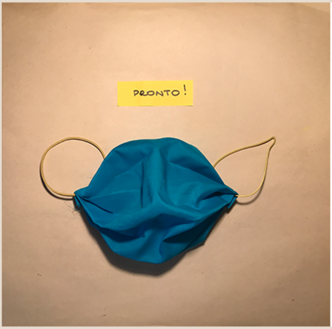
## PASSO 1:

Posicione um quadrado de tecido sobre o outro. Com as duas mãos, faça franzidos regulares nas laterais deles até chegar ao final e fixe com alfinetes.



## PASSO 2:

Com auxílio do grampeador, fixe os elásticos nas laterais fazendo uma pequena dobra de cerca de 1 cm.



## SUA MÁSCARA ESTÁ PRONTA!

## MOLDES

Faça o download da versão para impressão dos moldes em PDF.
Imprima em A4 e em escala 100%.

**Clique aqui e faça o download**

**#FiqueEmCasaComSenacRJ**

senac