

Cubre bocas

Materiales

· Tela de algodón o cabeza de indio, suficiente para elaborar unas 25 piezas para niño o unas 20 para adulto (aproximadamente 80 cm.)

· Resorte tubular o plano, muy delgado: 60 cm. por cada cubrebocas

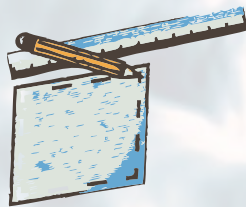
- Hilo
- Aguja
- Tijeras
- Regla
- Lápiz



Preparación

1 Aprovechando al máximo la tela, trace rectángulos de los siguientes tamaños según sea el caso y córtelos:

Adulto: 20 x 15 cm
Niño: 18 x 12 cm

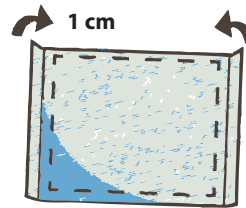


2 Corte también tramos de resorte con las siguientes dimensiones según sea el caso:

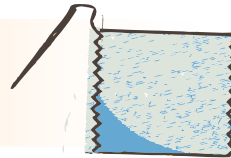


Adulto: 60 a 70 cm
Niño: 50 a 60 cm

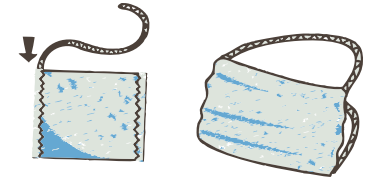
3 Tome un trozo de tela, haga un doblez de hasta 1 cm. en cada lado (en los lados más cortos)



4 Doble y cose



5 Finalmente coloque el resorte y anúdelo.



Recomendaciones

- Use de 1 a 3 cubrebocas por día (dependiendo de que tanto se desgasten por la humedad de la respiración estornudos y tos)
- No olvide elaborarlos con higiene, limpiando las superficies y lavando previamente sus manos
- Para desecharlos : retire el resorte, deseche la tela dentro de una bolsa de plástico, ciérrela y deposítela en la basura.



Caritas Mexicana IAP

Una instancia de servicio de la Conferencia del Episcopado Mexicano

Tintoreto No. 104 Colonia Cd. de los Deportes
C. P. 03710 México, D. F. Tels. (52) (55) 55 63-16 04,
(52) (55) 55 63-65 43 y Fax: (52) (55) 55 63-39 68
direccion@ceps-caritasmexico.org