



# Cómo hacer una mascarilla de tela

Design and preparation of cloth mask - Spanish

Para hacer esta mascarilla de tela necesitará:

Componente	Cantidad y dimensiones	Tipo de material	Ejemplos de material
<b>Externo</b>	1 pieza, de 25 cm x 25 cm	Tela impermeable (poliéster/polipropileno)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Retazo de ropa</li><li>• Bolsa de compra reutilizable ecológica</li><li>• Ropa deportiva (de secado rápido)</li></ul>
<b>Intermedio</b>	1 pieza, de 25 cm x 25 cm	Tela mixta (mezcla de algodón con poliéster/polipropileno)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Una segunda capa de:</li><li>• retazo de ropa o</li><li>• bolsa de compra reutilizable ecológica</li></ul>
<b>Interno</b>	1 pieza, de 25 cm x 25 cm	Tela absorbente (algodón)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Retazo de ropa</li></ul>
<b>Cintas para las orejas</b>	2 piezas, de 20 cm cada una	Elástico, cuerda o tiras de tela	<ul style="list-style-type: none"><li>• Camiseta</li><li>• Cordeles de zapatos</li></ul>

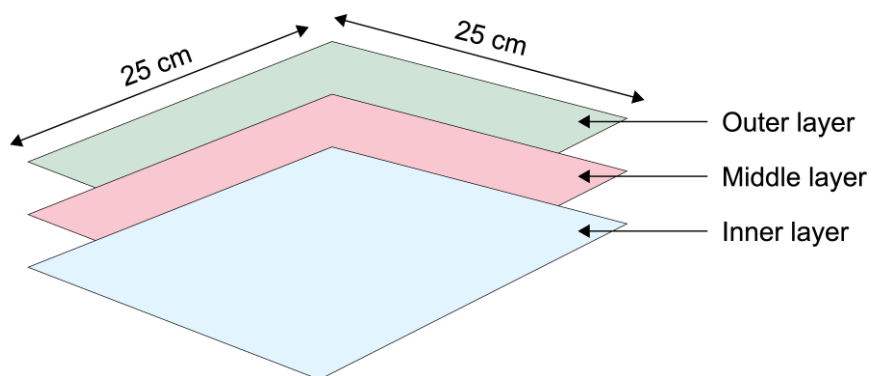
**IMPORTANTE:** Asegúrese de que todos los materiales se encuentren intactos y no estén demasiado desgastados por el uso ni tengan agujeros.

Revise la etiqueta del artículo para confirmar el tipo de material. Las dimensiones especificadas son aproximadas y calculadas para un adulto promedio.

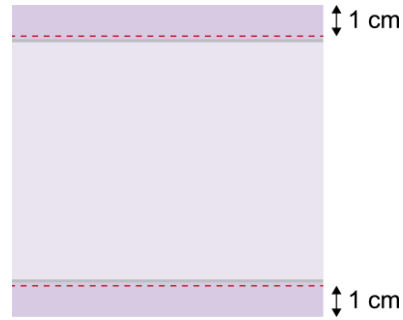
## Pasos

A. Recorte tres cuadrados de 25 cm x 25 cm en cada tela.

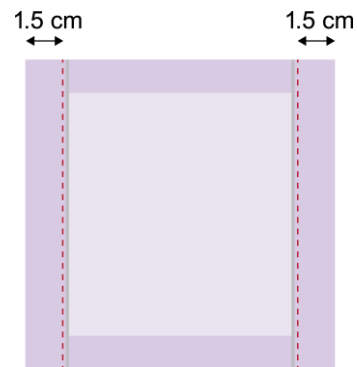
Estos conformarán las capas externa, intermedia e interna.



- 
- B. Haga un doblez en la tela y cósala, haciendo un dobladillo de un centímetro en la parte superior y en la parte inferior (observe la línea punteada).**

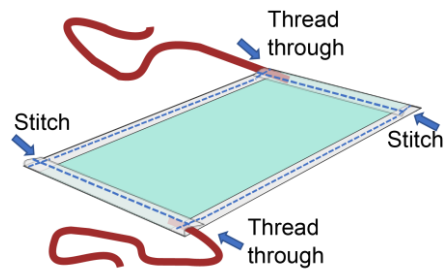


- 
- C. Haga un doblez y cosa un dobladillo de 1.5 cm a ambos lados de la tela (observe la línea punteada).**

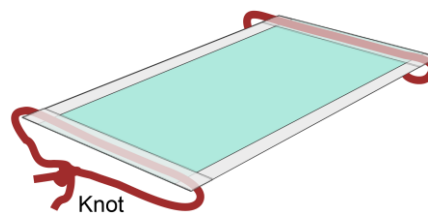


- 
- D. Pase un elástico, cordel o tira de tela de 20 cm a través de los dos lados que tienen el dobladillo más ancho.**

Use un pasador de seguridad o una aguja larga para pasarlo de lado a lado.



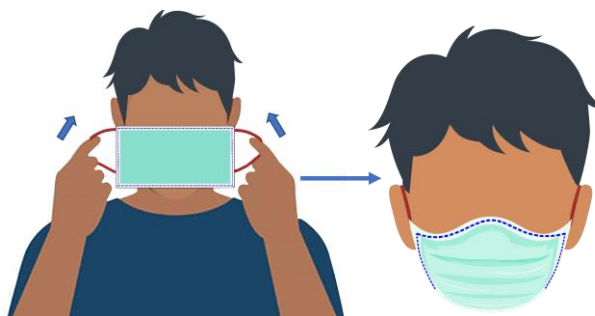
- 
- E. Una los extremos atándolos en un nudo apretado, o bien, cosiéndolos.**



---

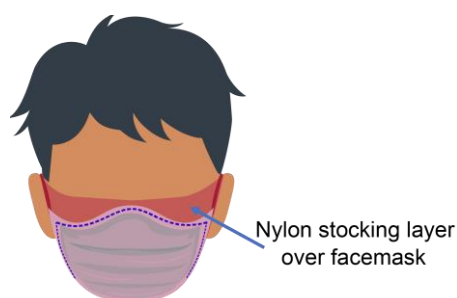
**F. Póngase la mascarilla cuidando que se ajuste a su rostro.**

**Mientras que lleve puesta la mascarilla, no toque la capa externa.**



---

**G. Si quiere que la mascarilla se ajuste mejor, aplique una media de nailon por encima de la mascarilla y átesela en la parte de atrás de la cabeza.**



---

**To find out more information about corona virus and how to stay safe visit**  
[DHHS.vic – coronavirus disease \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus)

**<<https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>>**

**If you need an interpreter, call TIS National on 131 450**

**For information in other languages, scan the QR code or visit**

[DHHS.vic –Translated resources - coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19)

**<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>**

**For any questions**

**Coronavirus hotline 1800 675 398 (24 hours)**

**Please keep Triple Zero (000) for emergencies only**



To receive this document in another format [email Public Health branch](mailto:public.health@dhhs.vic.gov.au)  
<public.health@dhhs.vic.gov.au>.

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne. © State of Victoria, Australia, Department of Health and Human Services, 15 July 2020.