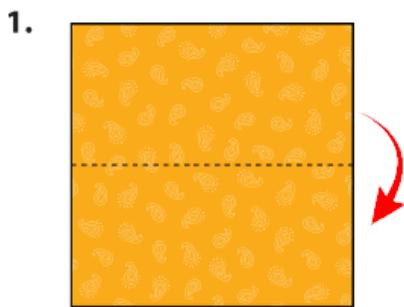


Como fazer sua própria máscara sem costuras

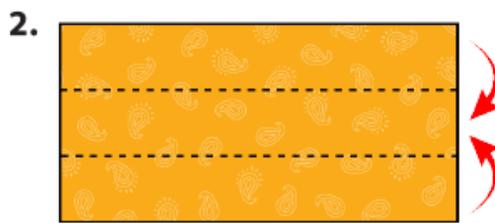
Você vai precisar de:

- Um tecido, camiseta velha, ou tela de algodão quadrado (corte de aproximadamente 20"x20")
- Elásticos (ou elástico de cabelo)
- Tesouras (se tiver cortando seu próprio tecido)

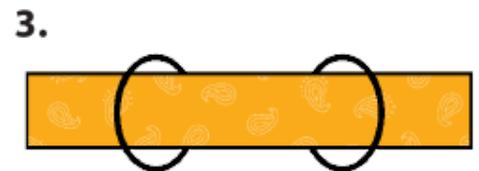
Como fazer:



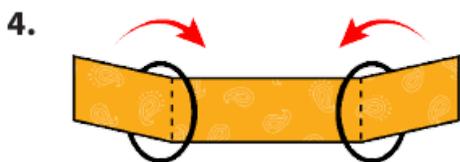
Dobre o tecido ao meio



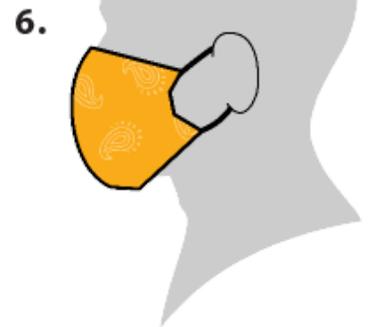
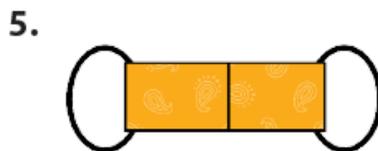
Dobre o tecido em 3 partes como indicado no desenho



Coloque os elásticos em cada lado do tecido (com aproximadamente 6" entre eles)



Dobre as pontas e as encaixe na parte do meio da máscara



VL

Mais informações podem ser encontradas no site do [CDC](https://www.cdc.gov)