

## Elabore su propio cubrebocas en casa

El costo de hacerlo en casa es de aproximadamente 60 centavos por pieza

### Material:

Medio metro de pellón de grosor medio (F800, A500 o #87), suficiente para elaborar unas 25 piezas para niño o 20 para adultos

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

Hilo

Aguja

Tijeras

Regla

Lápiz

### Elaboración:

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

Para adulto: 20 cm x 15 cm

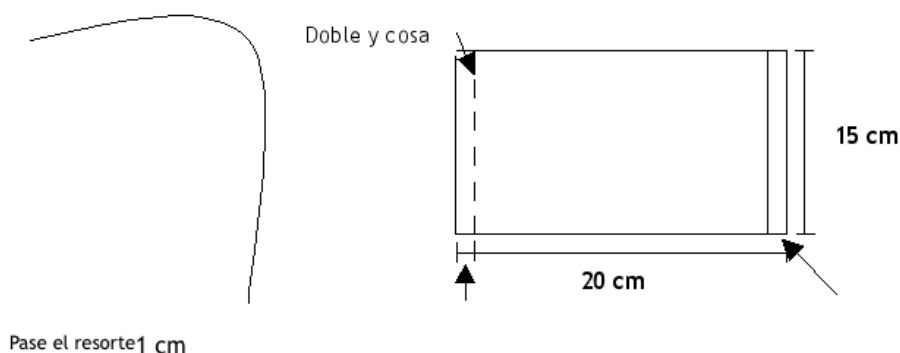
Para niño: 18 cm x 12 cm

Corte también tramos de resorte, con las siguientes dimensiones, según sea el caso. Queme los extremos un poco para evitar que se deshilache:

Para adulto: 60 a 70 cm

Para niño: 50 a 60 cm

Tome un trozo de tela, haga un doblez de hasta un centímetro en cada lado (en los lados más cortos) y cóselo, como se indica en la ilustración:



Finalmente coloque el resorte y anúdelo.

### Sugerencias:

No olvide elaborarlos con higiene, limpiando las superficies y lavando previamente sus manos.

No seleccione el pellón grueso, es más rígido y difícil de manipular, además dificulta la respiración.

Use de uno a tres cubrebocas por día, dependiendo de qué tanto se desgasten por la humedad de la respiración y estornudos o tos.

Para desecharlo: retire el resorte, deseche la tela dentro de una bolsa de plástico, ciérrela y deposítela en la basura.