

Cómo hacer un pañuelo que cubra la cara

How to make a bandana face covering

Los Centros para el Control de Enfermedades y el Departamento de Salud del Estado de Washington ahora recomienda que las personas usen “telas simples para cubrir su cara” cuando están en lugares públicos. Esto podría incluir viajes a la tienda de abarrotes, farmacias y clínicas de salud. Algunas personas con el COVID-19 ni siquiera saben que están infectados porque no muestran algún síntoma. Sin embargo, todavía pueden transmitir la infección.

The Centers for Disease Control and the Washington State Department of Health are now recommending people wear “simple cloth face coverings” when they are in public settings. This might include trips to the grocery store, pharmacy, health clinic, etc. People with COVID-19 may not have any symptoms and not know they are infected. However, they can still transmit the infection.

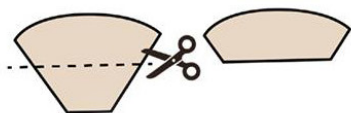
Aquí se explica cómo hacer una máscara simple con un pañuelo (ni siquiera se ocupa coser)
Here is how to make a simple mask out of a bandana, with no sewing required:

Materiales / Materials

- Pañuelo (o una tela de algodón en forma de un cuadro)
Bandana (or square cotton cloth approximately 20"x20")
- Filtro de café
Coffee filter
- Bandas elásticas (o ligas para el cabello)
Rubber bands (or hair ties)
- Tijeras (si cortara su propia tela)
Scissors (if you are cutting your own cloth)

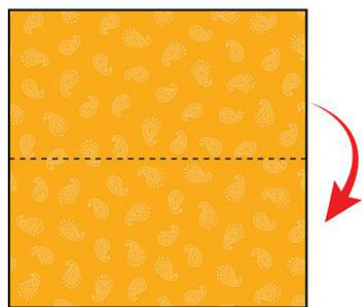
Pasos a seguir / Tutorial

1

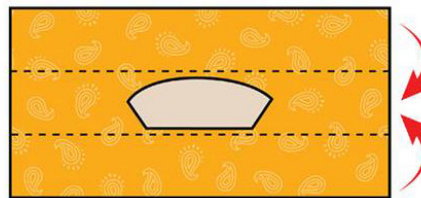


Corte el filtro de café
Cut coffee filter.

2



3



Doble el filtro en el centro del pedazo de tela doblada.

Fold filter in center of folded bandana.

Doble la parte de arriba hacia abajo.
Doble la parte de abajo hacia arriba.
Fold top down. Fold bottom up.

4



Coloque dos banda elástica o ligas para el cabello separadas aproximadamente 6 pulgadas.
Place rubber bands or hair ties about 6 inches apart.

5



Doble los dos extremos hacia la parte del centro y entrelace las telas atorandolas mutuamente.
Fold sides to the middle and tuck.

6



7

