

Instrução de costura de proteção improvisada bucal/ nasal (PIBN)

(copiado e traduzido por Luís Santinha a partir de

https://www.essen.de/gesundheit/coronavirus_6.de.html)

1. Proteção improvisada bucal/ nasal para caso de pandemia

Esta proteção é produzida totalmente por si própria/o. Não é nem testada, nem verificada. Trata-se somente de um improviso para o caso das máscaras descartáveis (MD) se encontrarem esgotadas em caso de pandemia.

A produção e o uso devem ser cuidadosamente avaliados e é de responsabilidade própria,

A PIBN ajuda a reduzir a propagação de gotículas pelo infetado (proteção de pacientes/ isolamento inverso). **Não se trata de um Equipamento de Proteção Individual** e a sua eficiência depende da densidade do tecido. A inserção de um tecido em velo à prova de fervura adicional poderá aumentar significativamente a sua eficiência.

A transmissão do vírus de Corona acontece por exemplo por gotículas que entre outros se criam ao falar, tossir ou espirrar e passam para a membrana mucosa da pessoa de contacto. As gotículas também podem passar para e contaminar superfícies. Contacto entre a mão e a superfície contaminada e posterior contacto entre a mão e boca ou nariz poderá também levar à transmissão do vírus.

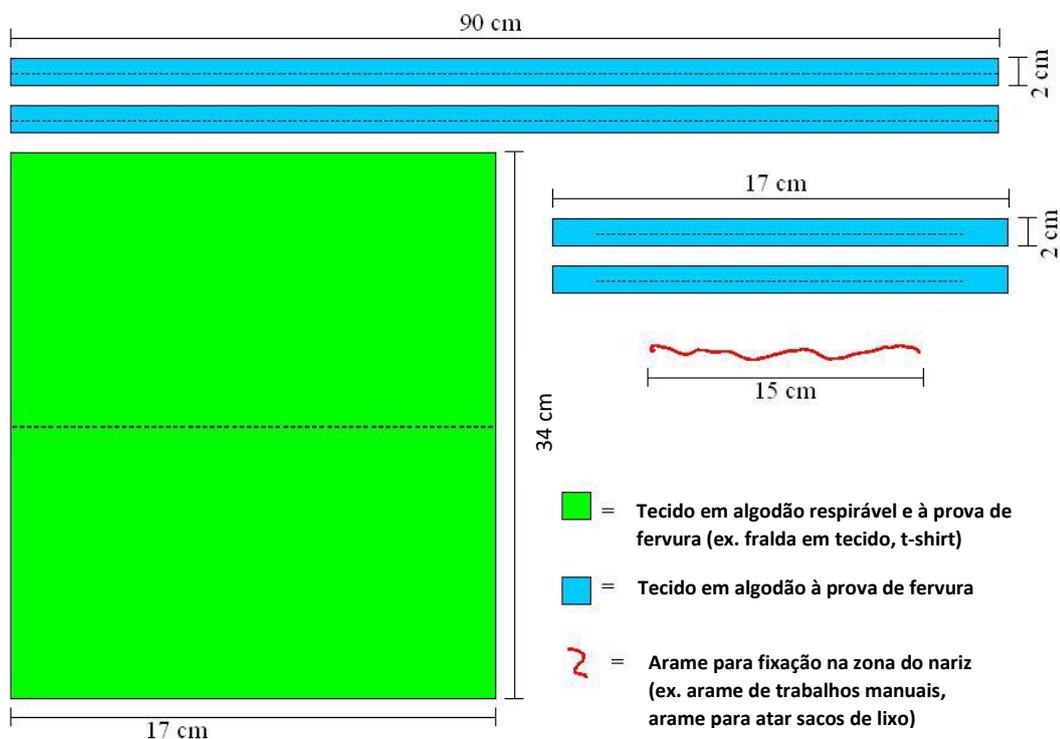
O uso do PIBN poderá possivelmente reduzir as vias de transmissão de uma infeção Corona. É sensato o uso de um PIBN quando se contacta com pessoas de grupo de risco para reduzir uma eventual transmissão de gotículas.

Para fornecer a população com suficientes PIBN foi criada a seguinte instrução de costura de uma proteção lavável.



STADT
ESSEN

2. Instruções de costura para uma proteção improvisada bucal/ nasal



São necessários os seguintes materiais:

- Duas tiras em tecido (algodão à prova de fervura), 90 x 2 cm
- Duas tiras em tecido (algodão à prova de fervura), 17 x 2 cm
- Um arame fino e maleável, 15 cm (ex. arame de trabalhos manuais, arame para atar sacos de lixo)
- Pano em tecido respirável e à prova de fervura (ex. fralda em tecido, t-shirt), 17 x 34 cm

Verificação se o pano é suficientemente respirável:

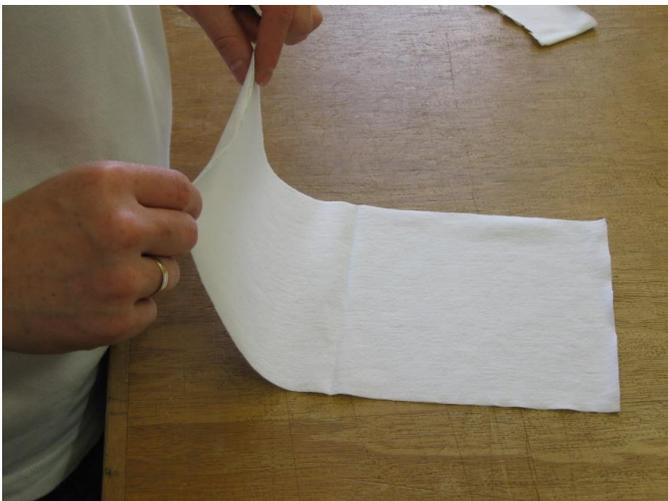
- Dobrar o pano uma vez
- Colocar firmemente em frente à boca e nariz
- Respirar normalmente

Se a respiração é possível sem grande resistência o material é adequado para uso na produção da proteção.

STADT
ESSEN



Medir 17 x 34 cm no tecido e cortar à medida

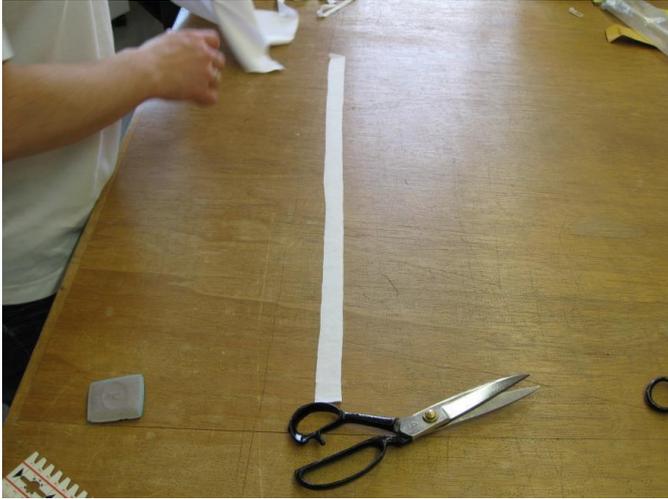


Dobrar o tecido uma vez e passar a ferro de engomar



Com o ferro de engomar criar 3 vincos distribuídos de forma uniformemente (profundidade dos vincos 1,3 cm)

STADT
ESSEN



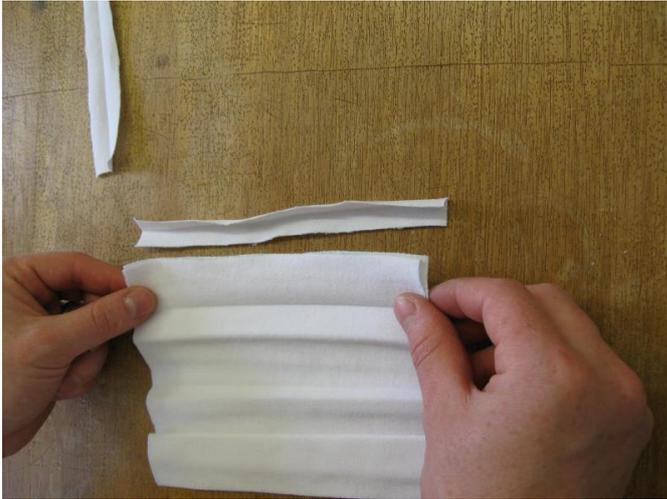
Recortar do tecido em algodão à prova de ferverura duas tiras com 90 cm comprido e 2 cm largo (tira para o topo e fundo) e duas tiras com 17 cm comprido e 2 cm largo (reforço dos cantos). Eventualmente retificar os recortes dos cantos.



Dobrar as tiras a meio no sentido comprido e passar o ferro de engomar

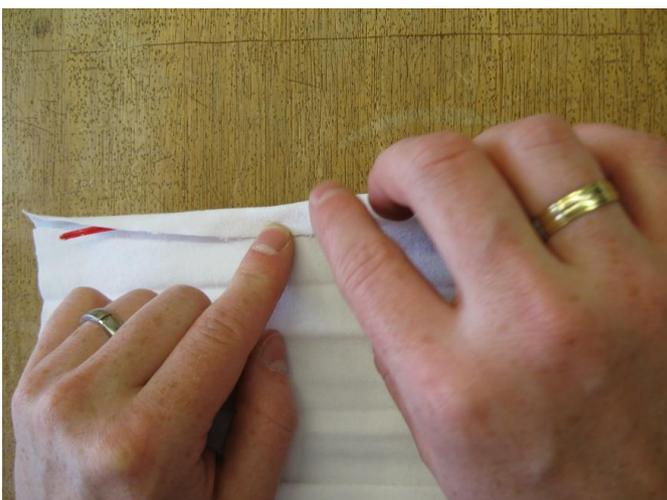
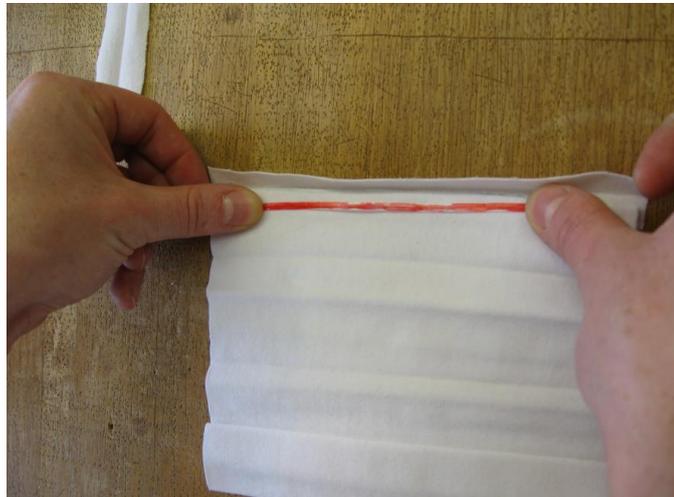


STADT
ESSEN



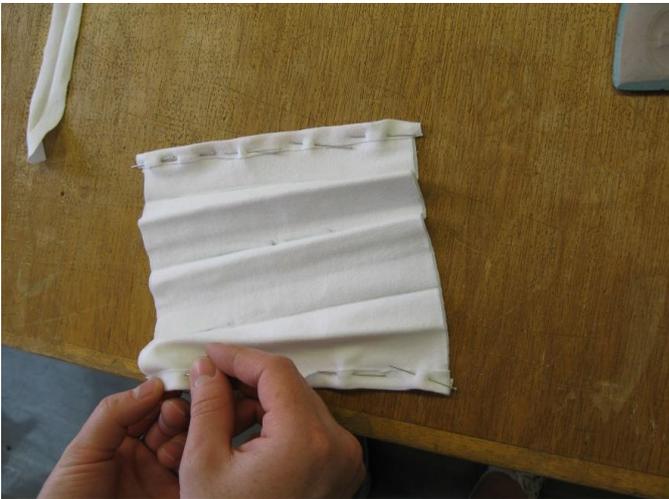
Inserir o tecido nos reforços dos cantos

Colocar o arame de reforço no vinco do reforço do canto



Dobrar o reforço de canto com o tecido da proteção e arame de arame

STADT
ESSEN

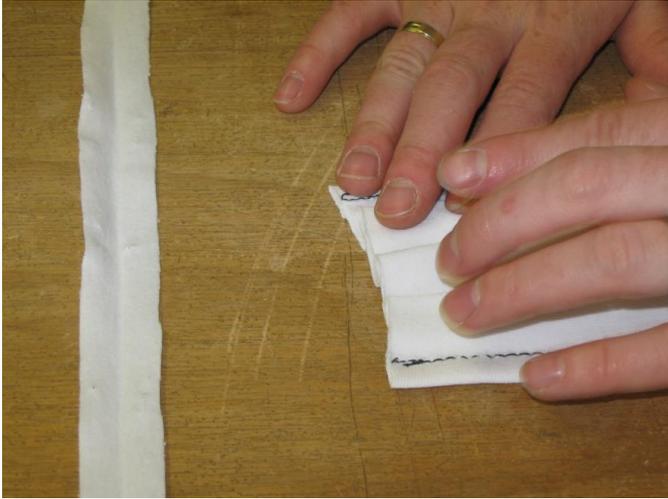


Fixar os reforços de canto com alfinetes e...



costurar

STADT
ESSEN



Juntar os vincos que foram colocados com recurso a ferro de engomar e colocar de forma centrada as tiras de topo e fundo

Fixar com alfinetes



Costurar

STADT
ESSEN



3. Cuidados e lavagem da PIBN

A PIBN lavável deve essencialmente ser guardada em local seco. Antes da primeira utilização deve ser lavado. Após utilização a PIBN deve ser retirada de forma cuidadosa, o contacto com a superfície exterior deve ser evitado. Após remoção as mãos devem ser cuidadosamente lavadas.

PIBNs utilizadas devem ser lavadas após cada utilização ou pelo menos diariamente. Podem ser lavadas na máquina de lavar a 90º ou em água a ferver durante 5 minutos. Posteriormente deve ser secado.

4. Termo de responsabilidade

A cidade de Essen e o tradutor alertam expressamente que não é assumida nenhuma responsabilidade para a produção ou utilização apropriada da proteção improvisada bucal/ nasal. Qualquer pretensão de indemnização perante a cidade de Essen e o tradutor devido a lesão de vida, do corpo ou saúde – independentemente se de parte do utilizador ou a pessoa de contacto – é excluída.

A produção/ utilização da proteção improvisada bucal/ nasal é da responsabilidade de cada um.

Alerta-se que devem ser em todos os casos respeitados as recomendações da OMS, DGS e Instituto Robert Koch.

STADT
ESSEN