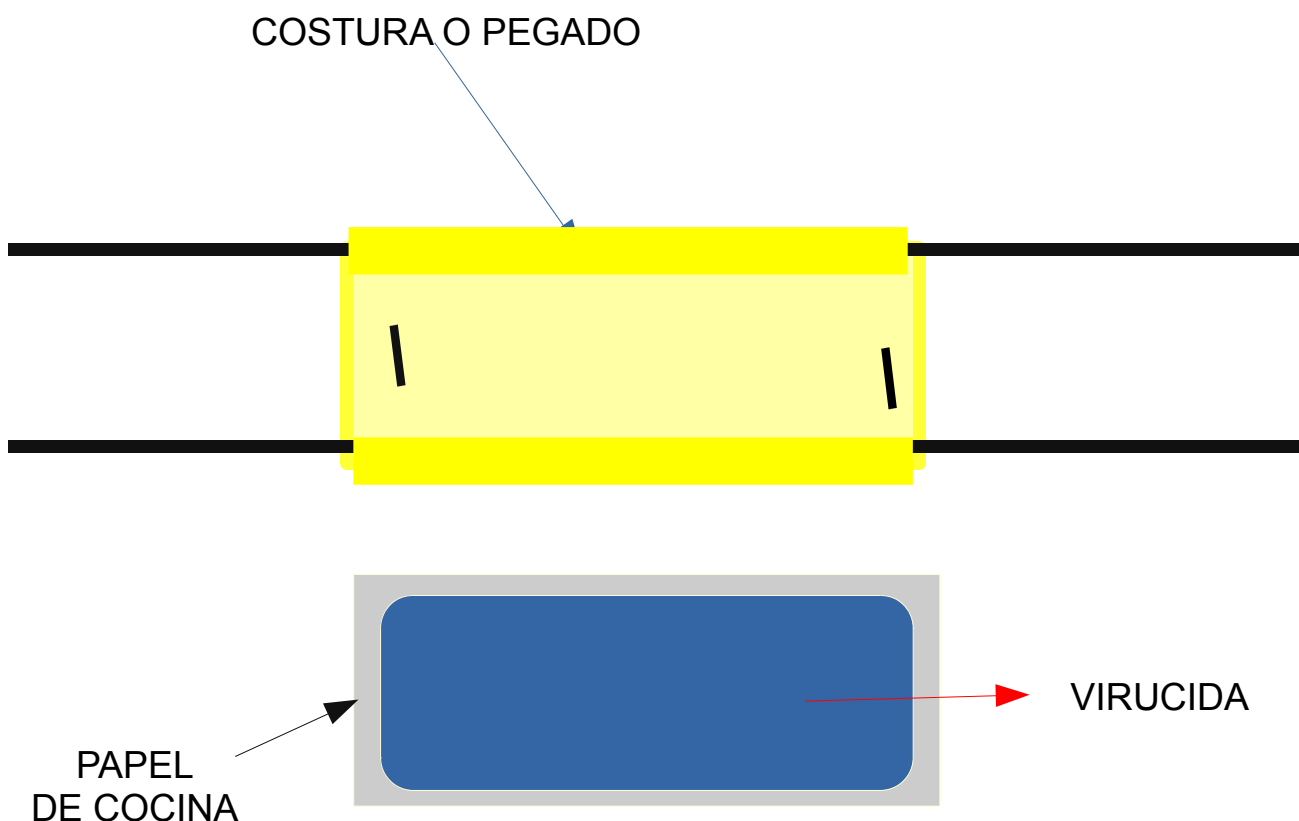


Recetas de fabricacion “casera” ver. 1.3

1) Protección respiratoria: Barbijos.

Coser o pegar una tela en forma de tubo, abierto por los costados, dejando dos pasahilos por los que se pasan con cordones de zapatillas o cintas de sujeción (se logra un mejor ajuste a la cara que con cintas fijas). Recortarse bien la barba.



Antes del uso se coloca un papel de cocina doblado en dos a lo largo que ha sido cargado con virucida (si se usa iodo se debe lograr que todo el papel se ponga azul por el almidon que contiene) y se abrocha por el costado cerrando el tubo.

Se coloca otra capa de papel seco dentro tubo del lado de la cara. Después del uso se remueve todo el barbijo sin tocar la cara externa y se coloca en solución de lavandina (diluido 1 en 20). Después de ½ hora se desabrocha, se extrae el papel y se seca. No lavar.

No se recomiendan barbijos quirúrgicos, pero de ser la única opción, abrocharle un papel con virucida en la parte exterior. En el caso de N95 o similar, se sugiere usar el barbijo descrito arriba sobre el N95.

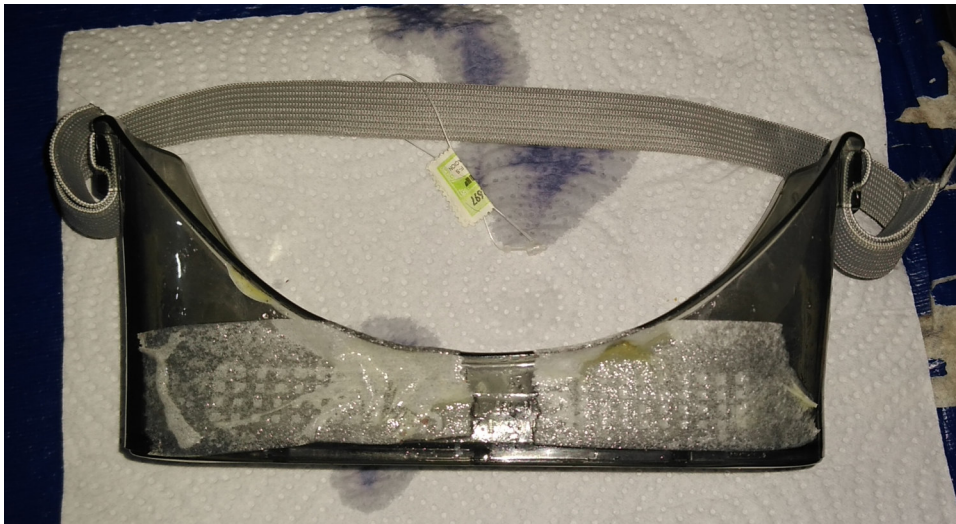
Una mejora posible es pegar en la parte interna del barbijo una capa (2-3 cm) de poliuretano que tiene recortada la zona boca/nariz. La espuma, en el borde externo se cubre con cinta de papel embebida en virucida de desinfección de manos.

Virucidas compatibles con respiracion (opciones de mejor a peor):

- a) iodo povidona (pervinox, povibac, etc.) diluido 1 parte en 5 de agua (color te). Puede ser jabón liquido con iodo/povidona. Puede ser lugol (iodo/alcohol). Esprayar, no requiere secado.
- b) ácido cítrico 1%, esprayar y secar al aire. Puede añadirse 1% de glicerina para evitar rotura del polvo.
- c) jabón liquido de ropa/detergente en gel de platos. pintar/mojar (capa fina). No requiere secado.

2) Protección de ojos

- 1) Usar mascara de cara completa con gorra con visera hacia adelante. Mojar la gorra con virucida de desinfección de manos (ver abajo).
- 2) Usar antiparras que cubren desde la frente a la nariz (no de natacion):



Los orificios de respiración son cubiertos con cinta de papel embebida en virucida o papel absorbente fiado con cinta y mojado con virucida. Luego de removerla en zona segura se sumerge en solución de lavandina.

3) Desinfección de manos sin lavado

Se coloca en cualquier recipiente dosificador (de crema, mostaza, alcohol en gel, etc.) la solución virucida y se aplica tratando de asegurar cubrimiento total de la mano. Con iodo es posible observar la coloración. En los otros casos, el virucida puede agregar colorante alimentario para asegurar cubrimiento. Después del tratamiento se puede utilizar crema de manos o glicerina. Si se ingresa del exterior a la casa se debe desinfectar antes de ingresar aunque luego se lave.

Virucidas compatibles

- a) iodo povidona (pervinox, povibac, etc.) diluido 1 parte en 5 de agua (color te). Puede ser jabón liquido con iodo/povidona. Puede ser lugol (iodo/alcohol).

- b) ácido cítrico 1% o vinagre (1:2).
- c) jabón líquido de ropa/detergente de platos. (1:10)
- d) solución de lavandina diluida (una tapa de bidon por litro) o lavandina en gel (1:10)
- e) agua oxigenada (diluir agua oxigenada de 10 volúmenes 1:5, de 30 1:15, 100, 1:50)
- f) blanqueador de ropa (1:50 líquido o 1% sólido)
- g) bicarbonato de sodio (2 %). Disolver en agua hirviendo y dejar enfriar.
- h) alcohol medicinal al 95 % o diluido hasta el 50 %. Mas tiempo de tratamiento para menor concentración. No se requiere la glicerina.

4) Lavado de manos.

No mojar las manos antes del lavado ni usar toallas porque se puede contaminar el lugar de lavado. No usar jabón para manos ni con crema o glicerina porque disminuye la acción virucida. No hacer espuma porque puede aerosolizar el virus. Recubrir las manos con líquido completamente luego enjuagar. Usar papel descartable y eliminar para secar.

Líquidos de lavado de manos. Se basan en detergente de platos o jabón líquido de la ropa (1:10 del concentrado) con agente virucida.

Virucidas

- a) iodo/povidona o jabon iodo/povidona (1:5 (color te)).
- b) ácido cítrico 1% o vinagre (1:2).
- c) solución de lavandina diluida (una tapa de bidon por litro) o lavandina en gel (1:10)
- d) agua oxigenada (diluir agua oxigenada de 10 volúmenes 1:5, de 30 1:15, 100, 1:50)
- e) blanqueador de ropa (1:50 líquido o 1% sólido)
- f) bicarbonato de sodio (2 %). Disolver en agua hirviendo y dejar enfriar.

5) Desinfección de superficies

Se debe rociar la superficie, no usar paños o similar. Las superficies porosas (madera, cemento) requieren una dosis mayor por lo cual no pueden estar presentes en hospitales y de existir deben cubrirse con polietileno desinfectable.

Virucidas

- a) solución de lavandina (una taza por litro) o lavandina en gel (1:5). No mezclar con amoníaco.
- b) iodo/povidona o jabón iodo/povidona (1:3 (color te oscuro)).
- c) ácido cítrico 3% o vinagre (puro).
- d) agua oxigenada (diluir agua oxigenada de 10 volúmenes 1:3, de 30 1:10, 100, 1:30)
- e) blanqueador de ropa (1:30 líquido o 2% sólido)
- f) bicarbonato de sodio (5 %). Disolver en agua hirviendo y dejar enfriar.