

USO APROPIADO DE LOS RESPIRADORES PARA LOS TRABAJADORES DEL CUIDADO DE LA SALUD y LOS SOCORRISTAS



APRENDA A COLOCÁRSELO DE LA FORMA APROPIADA: Con un respirador con filtro N95 aprobado por el Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH) se previene la entrada de un 95 % de las partículas del aire. Otro 10-15 % de partículas AÚN PUEDEN ingresar por los bordes externos del filtro que no se ajusten perfectamente al rostro. Si una persona no ha recibido la capacitación necesaria para colocarse un respirador N95 correctamente ni ha realizado una prueba de ajuste, es posible que este equipo solo tenga entre un 30 % y un 40 % de efectividad para evitar la entrada de partículas.



LO QUE ES IGUALMENTE IMPORTANTE, APRENDA A QUITÁRSELO DE LA FORMA APROPIADA: Si se utiliza de forma correcta, pero luego se quita de forma incorrecta, existe un gran riesgo de contaminación cruzada.



HAGA UN REPASO INCLUSO SI YA HA APRENDIDO A UTILIZARLOS ALGUNA VEZ: Debido al hecho de que muchos trabajadores del cuidado de la salud, en especial los que trabajan en hogares para ancianos, no tienen anualmente una prueba de ajuste ni capacitación sobre el uso y la extracción de respiradores, muchos de ellos se han olvidado de cómo hacerlo. Luego de 8 meses sin necesitar utilizarlos, se ha sabido que los trabajadores han olvidado la forma apropiada de colocárselos y quitárselos.



SOLO DEBE REUTILIZAR LOS RESPIRADORES N95 CON EL ASESORAMIENTO DE UN EXPERTO: Si un trabajador del cuidado de la salud utiliza un respirador N95 en presencia de una persona infectada durante cualquier período de tiempo, se podría asumir que una gran concentración del virus quedará atrapada en la superficie externa del respirador. Si luego el respirador entra en contacto con las manos de ese trabajador o con otra superficie, el virus podría sobrevivir durante horas y hasta quizás contagiar a alguien más.



LAS MASCARILLAS QUIRÚRGICAS NO SON RESPIRADORES APROBADOS PARA LOS TRABAJADORES DEL CUIDADO DE LA SALUD:

Contrario a lo que se cree, las mascarillas quirúrgicas ofrecen una pequeña protección a la persona que las use contra la exposición directa al virus.

HECHO: El virus toma el camino con menor resistencia e ingresa a través de los bordes mal ajustados de la mascarilla.



LAS MASCARILLAS QUIRÚRGICAS PUEDEN SER UTILIZADAS POR LA PERSONA YA CONTAGIADA:

Si una persona infectada utiliza una mascarilla quirúrgica, evitará expulsar una gran cantidad del virus al ambiente al exhalar. A pesar de que aún existan bordes mal ajustados, la mayor cantidad de gotas y de partículas respiratorias tienden a seguir una trayectoria durante la exhalación y a viajar directo a la superficie de la mascarilla. Una vez que chocan contra la superficie, casi todas quedan atrapadas y no pueden liberarse al sacudir. **HECHO:** Si no se encuentra disponible una mascarilla para la persona contagiada, un pañuelo o una bandana PUEDEN tener casi el mismo efecto.



LAS PERSONAS INFECTADAS NO DEBERÍAN REUTILIZAR LAS MASCARILLAS:

Debido al hecho de que el virus de la COVID-19 puede sobrevivir durante horas sobre las superficies, puede ingresar al cuerpo a través de los ojos, la nariz o incluso la piel lastimada. Por lo tanto, una persona infectada que utilice una mascarilla quirúrgica o un pañuelo durante horas puede depositar miles de partículas virales en la superficie interna de estos al respirar. Se debería desechar la mascarilla de forma apropiada.

Los respiradores son esenciales para prevenir la propagación de la COVID-19 para los trabajadores del cuidado de la salud y los socorristas, ¿pero **QUÉ PASA SI NO SE CONOCE LA FORMA DE USO APROPIADA?**

LEA ESTOS CONSEJOS PARA MANTENERSE SANO Y SEGURO.

Si tiene alguna duda, consulte con un especialista de la seguridad y la salud ocupacionales.

AIHATM

HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

www.consultantslisting.org

bit.ly/COVID-19AIHA

Fuente: Dr. Thomas P. Fuller, CIH, CSP, FAIHA