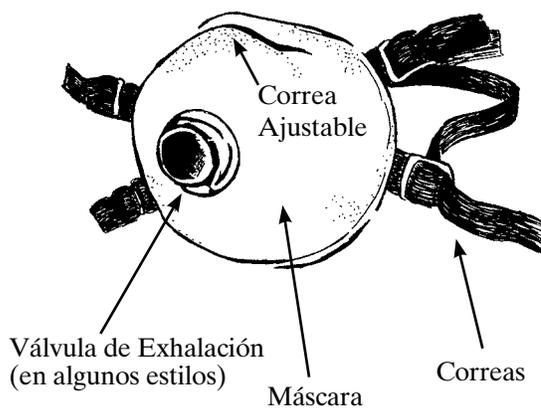


Uso Adecuado De Los Respiradores de Partículas

Nota del Editor: Nuestras hojas de tips de entrenamiento de *Tailgate* están [disponibles en ingles en www.gemplers.com](http://www.gemplers.com).

PUNTOS PRINCIPALES:

- Los **respiradores** de partículas protegen sus pulmones.
- Elija el **respirador** conveniente para el riesgo que usted corre en su trabajo.
- Asegure que hay un sello ajustado entre su cara y la máscara.



Nota al instructor: Siga este texto o úselo como guía para conducir sesiones de entrenamiento de “tailgate” de 10 a 15 minutos con sus trabajadores agrícolas. Entrenamiento de “tailgate” es una sesión de entrenamiento informal alrededor de un vehículo o en otro lugar. Usted puede fotocopiar esta hoja para que la usen sus empleados. Sin embargo, tenga presente que no se puede publicar ni vender.

Lleve a la sesión de entrenamiento suficientes respiradores para que usted practique con los participantes.

¿Qué es un **respirador** de partículas?

- Los **respiradores** de partículas son desechables. Parecen estar echos de papel y pueden tener una o dos correas.
- Este es un ejemplo de un **respirador** de partículas que usamos en nuestras operaciones.

Nota al instructor: Sostenga su máscara de modo que la puedan ver todos los participantes.

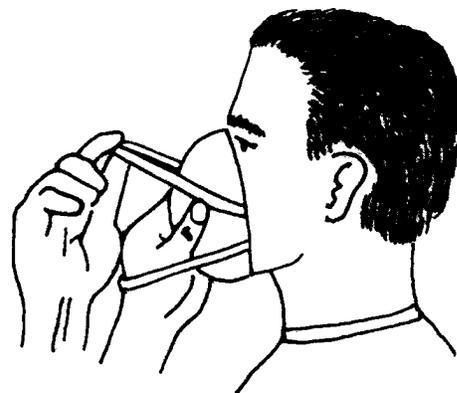
- Los **respiradores** de partículas protegen sus pulmones removiendo del aire que usted respira las partículas pequeñas de polvo.
- Protegen contra muchos tipos de polvo, vapores, polen y algunos pesticidas de baja toxicidad según se especifica en la etiqueta.

Nota al instructor: Mencione ejemplos específicos de las operaciones donde se usan los respiradores contra polvo/vapor.

El respirador de partículas debe colocarse de esta manera

Nota al instructor: Demuestre a los participantes los siguientes pasos:

- Sostenga el **respirador** en sus manos con la parte de la nariz en la punta de sus dedos.
- Ponga la máscara sobre su boca y nariz.
- En el caso de **respiradores** de dos tiras, pase una tira sobre su cabeza y póngala arriba de sus orejas y coloque la tira de abajo por de abajo de las orejas. Si tiene una sola tira, siga las direcciones del producto.
- Algunos **respiradores** tienen lengüetas ajustables sobre la naricera. Con los dos dedos índices déle forma a la pieza de metal para la nariz de modo que se amolde a su nariz.
- Ajuste la máscara y las correas de modo que la sienta cómoda.
- Revise la información incluida en el respirador con otras instrucciones de ajuste.



(Continúa al reverso)

Encuentra nuestra [línea completa de productos de protección y seguridad](#), incluyendo [respiradores](#), protección para ojos y oídos, trajes protectores, artículos de primeros auxilios y más.

Uso Adecuado De Los Respiradores de Partículas

Quiénes no deben usar el respirador de partículas

- Usted no debe usar un respirador contra polvo/vapor si tiene barba, bigotes, patillas largas, cicatrices faciales profundas o deformidades.
- Si usted tiene enfermedades a los pulmones, problemas al corazón o problemas respiratorios, hable con su supervisor. El o ella le recomendarán que consulte a un médico antes de usar un respirador.
- No use un respirador de partículas si no está aprobado contra los peligros que usted quiere protegerse.
- En caso de pesticidas, siempre consulte la etiqueta del pesticida.
- Algunos estilos de respiradores de partículas acomodan los lentes mejor que otros.



Haga una prueba de ajuste de la siguiente manera

Nota al instructor: Demuestre los siguientes pasos.

- Asegure que el respirador de partículas se ajuste bien cada vez que se lo pone.
- Acomode la máscara con la palma de ambas manos, sin empujarla ni moverla.
- Inhale profundo y revise si la máscara se aplasta hacia su cara.
- Haga muecas de sonrisa y arrugue la frente.
- Si la máscara se contrae y no sale aire por ningún borde, el ajuste es correcto.
- Si el ajuste no es correcto, trate de ajustar las correas o cambiar la posición del respirador en su cara.
- Repita la prueba hasta que tenga un ajuste correcto.
- Revise la información que se incluye con el respirador con otras instrucciones de ajuste.



Ahora es su turno

- ¿Alguien quiere hacer alguna pregunta?

Nota al instructor: Deje tiempo para responder las preguntas de los participantes.

- Cada uno de ustedes póngase el respirador de partículas y revise si le ajusta bien.

Nota al instructor: Ayude a los participantes que tienen problemas. Después revise los pasos de **los puntos que Debe y No Debe hacer con el Respirador de partículas.**

LO QUE DEBE Y NO DEBE HACER CON EL RESPIRADOR DE PARTÍCULAS

DEBE:

- Consultar con el supervisor el tipo de respirador que usted debe usar.
- Ajustar el respirador cada vez que se lo pone.
- Tirar el respirador si la máscara se rompe o las correas se sueltan.

NO DEBE:

- Usar un respirador de partículas para protegerse contra vapores de pesticidas o contaminantes gaseosos.
- Usar la máscara si tiene dificultad al respirar.
- Ir a lugares que presenten peligros sin revisar primero si el respirador se ajusta bien.

Encuentra nuestra [línea completa de productos de protección y seguridad](#), incluyendo respiradores, protección para ojos y oídos, trajes protectores, artículos de primeros auxilios y más.