



Ajuste Apropiado para los Respiradores

Las regulaciones de la administración de seguridad y salud ocupacional (OSHA) requieren a trabajadores usar respiradores para protegerse cuando hay una amenaza seria a su salud.

- Las condiciones incluyen áreas con contaminantes en el aire, tales como vapores químicos, gases o polvo; muy poco oxígeno u otros peligros serios para la salud.
- Diferentes tipos de respiradores se diseñan para proteger contra distintos peligros para la salud.
- Con respiradores de purificación de aire, el aire pasa a través de un filtro, un cartucho o un frasco que quita contaminantes específicos.
- Respiradores de demanda, ya sea un aparato de respiración autónomo (SCBA) o un respirador de suministro de aire (SAR), le proporcionan aire de respiración de una fuente independiente.

No todos los trabajadores pueden usar respiradores sin peligro; todos deben tener una evaluación médica antes de que puedan tomar prueba de ajuste.

- Las pruebas de ajuste deben usar la misma marca, modelo, estilo y tamaño de respirador que se utilizará en el trabajo.

Fíjese en los respiradores apropiados para el peligro del trabajo, seleccione uno y Pruébelo por lo menos 5 minutos para ver si es cómodo para usted.

- Revise la colocación en la cara y la capacidad de proteger los ojos.
- Examine la capacidad de hablar mientras usa el respirador.
- Asegúrese de que hay un buen ajuste sin deslizamiento aunque usted se mantenga activo como lo hace en el trabajo.

Los empleadores deben proporcionar entrenamiento en el uso del respirador y de ajuste apropiado; los respiradores no protegerán a trabajadores a menos que se usen bien.

- Las pruebas de ajuste cualitativas (QLFTs) determinan el ajuste del respirador según la reacción del individuo al olor, sabor o a la irritación del agente de la prueba.
- Las pruebas de ajuste cuantitativas (QNFTs) determinan el ajuste al medir numéricamente la cantidad de escape entrando en el respirador.
- Los trabajadores también deben realizar una prueba de cierre hermético cada vez que usan un respirador ajustado.
- Para verificar un cierre de presión positiva, cubra la válvula de la exhalación y espire con cuidado, la máscara se debe inflar un poco, sin notar escapes.
- Para verificar un cierre de presión negativa, cubra la abertura de entrada, aspire suavemente y aguante la respiración, la máscara de cara debe seguir desinflada, sin escape hacia dentro del aire de afuera.
- Deje el área de trabajo inmediatamente si usted nota vapor o gas entrando en su zona de respiración, nota escape de máscara de cara o cambios en su respiración.
- No vuelva a el área de uso de respirador hasta que se repare o se substituye su respirador.

Asegúrese de que su respirador esta bien ajustado, que usted sabe usarlo y que está en buena condición de modo que proporcione la protección para mantenerle seguro.



The Occupational Safety and Health Administration (OSHA) regulations require workers to use respirators to protect themselves when there is a serious threat to their health.

- Conditions include areas with airborne contaminants, such as chemical vapors, gases, or dust; too little oxygen; or other serious health hazards.
- Different types of respirators are designed to protect against different health hazards.
- With **air-purifying respirators**, the air passes through a filter, cartridge, or canister that removes specific contaminants.
- **Atmosphere-supplying respirators**—either self-contained breathing apparatuses (SCBAs) or supplied-air respirators (SARs)—provide you with breathing air from an independent source.

Not all workers can wear respirators safely—they must all have medical evaluations before they can be fit-tested.

- Fit tests must use the same respirator make, model, style, and size that will be used on the job.

Check out the appropriate respirators for the job hazard—select one and try it for at least 5 minutes to see if it is comfortable for you.

- Check for positioning on the face and room for eye protection.
- Check for ability to talk while wearing the respirator.
- Check to be sure there is a good fit without slippage, even if you move about as you would on the job.

Employers must provide training in respirator use and proper fit—respirators won't protect workers unless they are used properly.

- Qualitative fit tests (QLFTs) assess the respirator's fit based on the individual's response to a test agent's smell, taste, or irritation.
- Quantitative fit tests (QNFTs) assess fit by numerically measuring the amount of leakage into the respirator.

Workers must also perform a user seal check each time they use a tight-fitting respirator.

- For a positive pressure seal check, cover the exhalation valve and exhale gently—the mask should inflate slightly, with no evidence of leaks.
- For a negative pressure seal check, cover the inlet opening, inhale gently, and hold your breath—the face piece should remain deflated, with no inward leakage of outside air.
- Leave the work area immediately if you notice vapor or gas getting into your breathing zone, face piece leakage, or changes in your breathing.
- Don't reenter the respirator use area until your respirator is repaired or replaced.

Be sure your respirator fits properly, that you know how to use it, and that it is in good condition so that it provides the protection to keep you safe.



Ajuste Apropiado para los Respiradores

CUESTIONARIO DE AJUSTE APROPIADO PARA LOS RESPIRADORES

- Los respiradores se requieren en áreas con contaminantes en el aire, tales como vapores químicos, gases o polvo; muy poco oxígeno u otros peligros serios para la salud.
a. Verdadero b. Falso
- Con respiradores de purificación de aire, el aire pasa a través de un filtro, un cartucho o un frasco que quita contaminantes específicos.
a. Verdadero b. Falso
- Los trabajadores deben tener una evaluación médica antes de que puedan tomar prueba de ajuste.
a. Verdadero b. Falso
- No importa qué tipo de respirador se usa para la prueba de ajuste.
a. Verdadero b. Falso
- Usted debería poder determinar en menos de un minuto si un respirador en particular le es cómodo.
a. Verdadero b. Falso
- ¿Cuál de lo siguiente debe verificar cuando está probando un respirador para ver si le queda bien?
a. Revise la colocación en la cara y la capacidad de proteger los ojos.
b. Examine la capacidad de hablar mientras usa el respirador.
c. Asegúrese de que hay un buen ajuste sin deslizamiento aunque usted se mantenga activo como lo hace en el trabajo.
d. Todo lo anterior.
- Las pruebas de ajuste cualitativas (QLFTs) determinan el ajuste del respirador según la reacción del individuo al olor, sabor o a la irritación del agente de la prueba.
a. Verdadero b. Falso
- Para verificar un cierre de presión positiva, cubra la válvula de la exhalación y espire con cuidado, la máscara se debe inflar un poco, sin notar escapes.
a. Verdadero b. Falso
- Para verificar un cierre de presión negativa, cubra la abertura de entrada, aspire suavemente y aguante la respiración, la máscara de cara debe seguir desinflada, sin escape hacia dentro del aire de afuera.
a. Verdadero b. Falso
- Deje el área de trabajo inmediatamente si usted nota vapor o gas entrando en su zona de respiración, nota escape de máscara de cara o cambios en su respiración.
a. Verdadero b. Falso

Cuando usted termine este examen, entréguelo a su supervisor.

Nombre: _____ **Fecha:** _____



Ajuste Apropiado para los Respiradores

RESPUESTAS AL CUESTIONARIO DE AJUSTE APROPIADO PARA LOS RESPIRADORES

1. a. Verdadero.
2. a. Verdadero.
3. a. Verdadero.
4. b. Falso. Las pruebas de ajuste deben usar la misma marca, modelo, estilo y tamaño de respirador que se utilizará en el trabajo.
5. b. Falso. Seleccione un respirador y pruébelo por lo menos 5 minutos para ver si es cómodo para usted.
6. d. Todo lo anterior.
7. a. Verdadero.
8. a. Verdadero.
9. a. Verdadero.
10. a. Verdadero.