

Para que su respirador de pieza facial filtrante (FFR) funcione con la mayor eficacia posible, debe usarlo correctamente. Esto incluye el proceso de ponérselo (colocación) y quitárselo (retiro). Los FFR deben formar un sello con el rostro. La prueba de ajuste es la mejor manera de confirmar que un respirador le queda bien.

Colocación de su FFR

Antes de la colocación

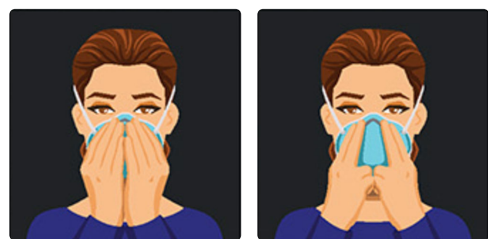
- Use siempre un FFR nuevo.
- Lávese y séquese bien las manos.
- Inspeccione su FFR. Si parece dañado, sucio, húmedo o las correas están estiradas, no lo use. Reemplácelo por uno nuevo.

Colocación paso a paso

1. Sostenga el FFR en su mano con la barra nasal (o espuma) en la punta de los dedos. (Si no ve una pieza nasal, verifique que el texto esté al derecho).
2. Coloque el FFR debajo de su barbilla con la barra nasal en la parte superior.
3. Pase la correa superior por encima de su cabeza y colóquela cerca de la coronilla, justo encima de las orejas. Luego, pase la correa inferior y colóquela en la nuca, debajo de las orejas. Asegúrese de que las correas queden planas y no estén torcidas.
4. Coloque las yemas de los dedos de ambas manos en la parte superior de la pieza nasal. Presione ambos lados de la barra nasal para moldearla a la forma de su nariz.
5. Realice una verificación de sellado.



Verificación de sellado del usuario*



Verificación positiva

Verificación negativa

Para un buen sellado, su respiración debe pasar a través del FFR y no alrededor de sus bordes. Realizar una verificación de sellado cada vez que use un FFR le indica si existen espacios entre el FFR y su rostro que permitirían la entrada de aire contaminado. La verificación de sellado puede ser de presión positiva o negativa.

Verificación de sellado positiva

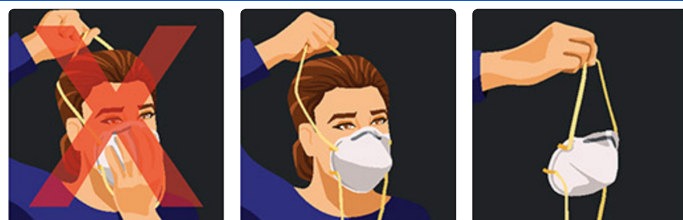
Para detectar espacios con una verificación de presión positiva, coloque suavemente las manos sobre el FFR, cubriendo la mayor superficie posible, y luego **exhale**. Si siente que el aire se escapa por los bordes, o si usa anteojos y se empañan, el FFR no está bien ajustado. Ajuste el FFR e inténtelo de nuevo.

Verificación de sellado negativa

Para detectar espacios con una verificación de presión negativa, coloque suavemente las manos sobre el FFR. **Inhale** con fuerza y use la parte inferior de las manos para bloquear las vías por donde podría entrar aire a la pieza facial. Si el FFR está bien sellado, la pieza facial se hundirá ligeramente por la presión negativa. Si la pieza facial no se hunde, o siente que entra aire por debajo, el FFR no está bien ajustado. Ajuste el FFR e inténtelo de nuevo.

Retiro de su FFR

1. **No toque** la parte frontal de su FFR. Puede estar contaminada.
2. Retírelo tirando primero de la correa inferior por encima de la parte posterior de la cabeza, seguida de la correa superior, todo **sin tocar el respirador**.
3. Deseche el respirador usado en un cesto de basura.
4. Lávese bien las manos.



Consejos para un buen ajuste

- La prueba de ajuste es la mejor manera de garantizar un ajuste adecuado del respirador. Infórmese con la persona a cargo del programa de protección respiratoria de su lugar de trabajo.
- Las joyas, los anteojos y el vello facial pueden crear espacios entre su rostro y el borde del FFR. Su FFR se ajustará mejor si está bien afeitado. También pueden existir espacios si el FFR es demasiado grande o demasiado pequeño.
- Su FFR puede verse diferente al mostrado. Si su FFR tiene dos correas, se aplican las instrucciones básicas de colocación.
- Puede encontrar las instrucciones del fabricante para su modelo de respirador en el sitio web del fabricante.

*No todos los respiradores pueden verificarse mediante presión positiva o negativa. Consulte las instrucciones del fabricante para realizar la verificación de sellado de cada respirador específico.

¿Necesita más información? Escribanos a PPEConcerns@cdc.gov

Recursos

NIOSH [2010]. Cómo ponerse y quitarse correctamente su respirador desechable. Pittsburgh, PA: Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional, DHHS (NIOSH) Publicación N.º 2010-133, <https://doi.org/10.26616/NIOSH-PUB2010133>.

NIOSH [2018]. Despejando la confusión: preguntas frecuentes sobre protección respiratoria, prueba de ajuste. Pittsburgh, PA: Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional, DHHS (NIOSH) Publicación N.º 2018-129, <https://doi.org/10.26616/NIOSH-PUB2018129>.

NIOSH [2018]. Despejando la confusión: preguntas frecuentes sobre protección respiratoria, verificación de sellado del usuario. Pittsburgh, PA: Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional, DHHS (NIOSH) Publicación N.º 2018-130, <https://doi.org/10.26616/NIOSH-PUB2018130>.