

---

# PROTECCIÓN AL RESPIRAR

---



Su trabajo involucra uno o más procedimientos donde pudiera estar expuesto a partículas, gases o una combinación de partículas y gases nocivos. Es por ello que su empleador ha tomado una serie de precauciones para proteger su salud y bienestar de efectos adversos provocados por estas sustancias.

Una de las precauciones tomadas es su protección al respirar.

Pero recuerde: solamente su empleador puede SUMINISTRARLE el equipo respirador e indicarle cómo utilizarlo correctamente.

Depende de USTED el utilizarlo, y hacerlo de manera correcta.

En este folleto contestaremos algunas importantes preguntas con respecto a su protección al respirar. Si tiene más dudas, sírvase consultar con su supervisor o enfermera/o, vea el sitio web de S.E.A. ([www.sea.com.au](http://www.sea.com.au)), o póngase en contacto con la oficina de S.E.A. más cercana.

## ¿POR QUÉ DEBO UTILIZAR PROTECCIÓN AL RESPIRAR?

Su salud y bienestar podrían correr peligro si no lo hace. Es tan simple como eso. Usted usa protección respiratoria no sólo para cumplir con las reglamentaciones de seguridad... sino para mantener sano su organismo y vivir saludablemente, no sólo por usted, sino también por su familia y amigos. Recuerde: ¡HAY vida después del trabajo!

*Dependiendo de las sustancias presentes en el aire que respira, cada inspiración podría aumentar el riesgo de:*

- Problemas pulmonares (bronquitis, edema, neumonía, etc.)
- Daño a órganos vitales (riñones, hígado, cerebro, etc.)
- Serias enfermedades (problemas cardíacos, enfermedades de la sangre, etc.)
- Cáncer
- Incapacidad permanente y enfermedades de larga duración (asma, silicosis, etc.)
- Muerte

Esta es solo una breve reseña de los problemas que podría encontrar si no utiliza un equipo personal de seguridad.

Recuerde que no solo su bienestar es el que está en riesgo sino que su estado de salud afecta a todos los que lo rodean: su familia y amigos, sus compañeros de trabajo y colegas.

## ¿CÓMO PUEDE LLEGAR A MIS ÓRGANOS ALGO QUE RESPIRO?

El pulmón es un órgano muy vulnerable: es aquí donde el oxígeno del aire entra a la corriente sanguínea para ser transportado a órganos vitales, incluyendo riñones, hígado, bazo, corazón, sistema reproductor y cerebro.

## ¿CUÁLES SON LOS PELIGROS?

### Polvo

Partículas aéreas sólidas. Se producen grandes cantidades de polvo al perforar, aserrar, fresar, pulir, limpiar con chorro de arena y procedimientos similares. También se expone al polvo al manejar productos químicos en forma de polvo.

Por lo general, el polvo causa irritación al conducto respiratorio (resultando en tos, estornudos, dolor de garganta, etc.) pero puede también contener sustancias nocivas como asbesto, sílica, plomo y muchas otras. Estos materiales pueden causar importantes discapacidades.

### Aerosoles

El polvo líquido - en otras palabras, spray y vaporizadores; pintura al ducos, vaporización de pesticidas, tratamiento de superficies y muchos otros productos producen partículas que puede contener una amplia variedad de sustancias tóxicas.

### Humo y vahos

El humo es el resultante de una combustión incompleta, los gases se forman comúnmente cuando los sólidos (especialmente los metales) se calientan. La soldadura y la fundición son dos áreas donde comúnmente se producen vahos.

### Gas y vapor

Los gases y vapores pueden ocurrir naturalmente a temperatura ambiente, o al calentar distintos materiales. Los gases pueden ser extremadamente tóxicos de por sí, y

pueden formar componentes tóxicos cuando se calientan o ponen en contacto con otros materiales.

## Deficiencia de oxígeno

Algunos gases y vapores tienen la capacidad de desplazar el aire de una habitación dando como resultado un ambiente sin oxígeno suficiente para respirar. Quemar una sustancia también puede consumir el oxígeno del aire.

## LOS HUMOS NO ME MOLESTAN - ¿DEBO USAR IGUALMENTE UNA MÁSCARA?

Sí, ¡por supuesto! Muchas partículas y gases no afectan INMEDIATAMENTE la salud, pero pueden causar daño a largo plazo o por exposición reiterada.

Algunas sustancias tienen un efecto tardío y podría no notar nada durante la exposición a la misma. La complicación puede ocurrir durante la noche o el fin de semana.

Otros materiales podrían acumularse en su organismo y causarle trastornos serios más adelante.



## EL RESPIRAR A TRAVÉS DE UNA MÁSCARA ¿NO VAA ENTORPECER MI TRABAJO Y HACERME SENTIR INCÓMODO?

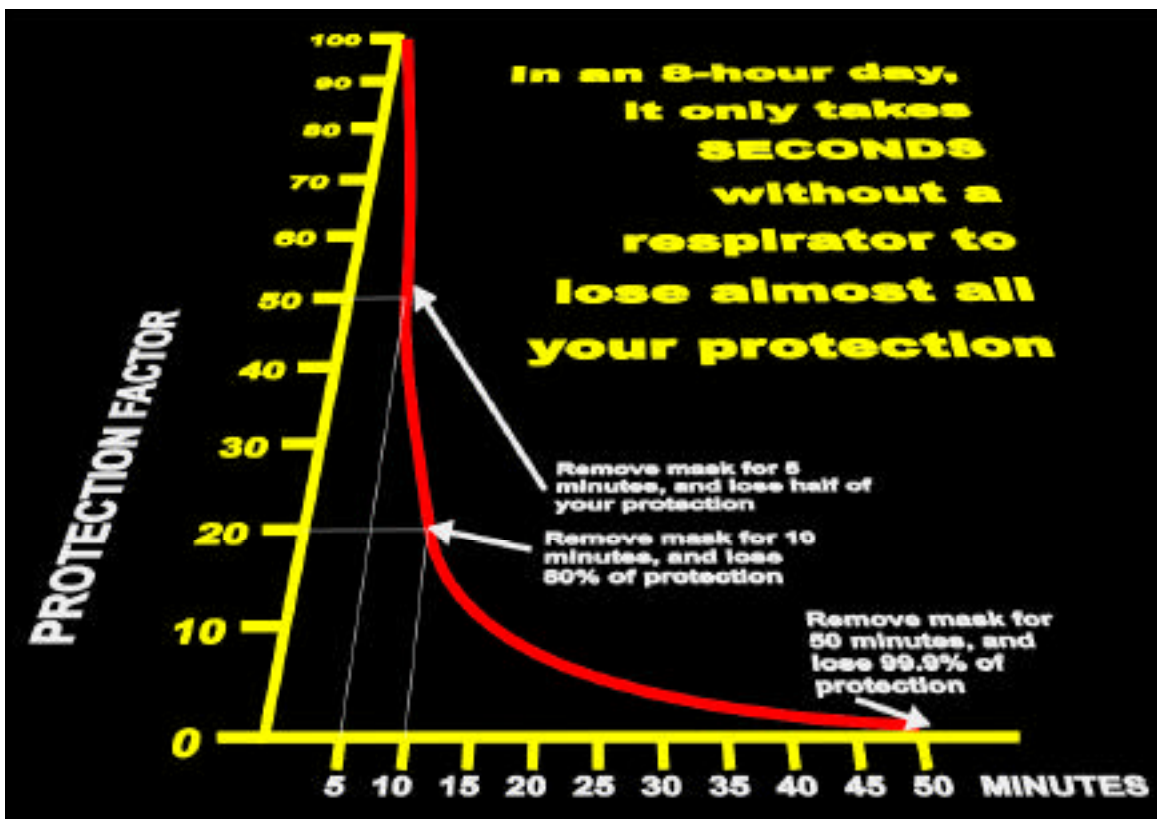
La mayoría de las personas puede llevar protección respiratoria de calidad sin gran incomodidad. Su equipo ha sido diseñado para su confort, con una baja resistencia al respirar. El equipo de seguridad es el resultado de muchos años de investigación y pruebas. El equipo que está usando es de lo mejor que existe - tanto en términos de protección como de aceptación por parte del usuario..

Sin embargo, si sufre de asma u otro problema respiratorio, un respirador de *presión negativa* (o sea, media mascarilla o mascarilla completa con sus filtros) puede no ser para usted. Si usted tiene problemas respiratorios al utilizar la máscara, su problema podría resolverse usando un respirador de *presión positiva con respuestas respiratoria*. Este dispositivo le saca carga extra a sus pulmones y cuando respira es como si no tuviera respirador.

## SI NO SE HUELE, NO PUEDE SER PELIGROSO, ¿VERDAD?

¡Muy equivocado! Muchos de los contaminantes más peligrosos son completamente inodoros. Eso significa que es posible inhalar grandes cantidades de una sustancia nociva sin siquiera darse cuenta.

Otra cosa a considerar es que muchos productos



químicos tienen el poder de embotar el sentido del olfato. Después de un tiempo, podría no notar siquiera concentraciones altas mediante el olfato.

Además, muchos componentes altamente peligrosos tienen aromas muy atractivos. Pueden oler a frutas, comida o perfumes - pero ser extremadamente venenosos y aún mortales.

### ¿DEBO USAR EL EQUIPO RESPIRADOR TODO EL TIEMPO?

No debe sacarse el respirador hasta encontrarse bien alejado de la zona de trabajo. Incluso una pequeña pausa sin respirador significa perder CASI TODA la protección.

### ¿POR QUÉ DEBO SEGUIR USANDO LA MÁSCARA UNA VEZ TERMINADO MI TRABAJO?

Aunque no pueda ver el polvo u otros contaminantes, quedará bastante en la atmósfera. El polvo y los vapores pueden permanecer por largo tiempo y debe usted utilizar el respirador mientras permanezca en la zona de trabajo.

### ¿QUÉ MEDIOS DE PROTECCIÓN EXISTEN?

Hay diversas formas de evitar daños, incluyendo:

#### Substitución

Utilizar productos químicos inofensivos en lugar de peligrosos.

#### Automatización

Evitar completamente el contacto humano, usando máquinas (por ej. bombas) o sistemas cerrados como conductos o tuberías.

#### Ventilación

Ventiladores, extractores, capuchas químicas y cabinas de rociado.

#### Suministro de aire

Bombeo de aire limpio desde un lugar remoto mediante una manguera a una máscara o capucha que le cubra la cabeza.

#### Dispositivo respirador independiente

Equipo para hacer buceo: usted lleva un tanque de oxígeno a sus espaldas.

#### Respirador con filtro purificador

Filtra el aire contaminado antes de que llegue a sus pulmones.

# VENTAJAS Y DESVENTAJAS

## VENTAJAS

## DESVENTAJAS

### Substitución

Elimina completamente las sustancias nocivas

El trabajo puede hacerse más lento o difícil  
La eficiencia del material podría ser menor  
Los substitutos podrían no estar disponibles

### Automatización

Aisla a los trabajadores de los materiales peligrosos

Puede ser ruidoso  
Puede ser costoso

### Ventilación

No se necesita respirador  
Respiración libre sin obstrucciones  
Fácil movilidad  
Buena comunicación

Puede causar otros peligros para la salud, como el ruido  
Puede ser costoso

### Aparato respirador independiente

Puede usarse donde no hay oxígeno  
(atmósferas deficientes en oxígeno)  
No hay que arrastrar una manguera  
Seguro aún en ambientes muy tóxicos

Tiempo de operación limitado  
Mayor peso para cargar  
Comunicación limitada  
Podría requerir servicio o mantenimiento especializado

### Suministro de aire

Protección eficiente contra altas concentraciones  
Suministro constante de aire limpio  
Los tipo capucha pueden ser usados por personas con barba  
Funcionamiento económico

Puede ser incómodo para maniobrar  
Movilidad limitada, la manguera se arrastra por detrás de la persona  
Comunicación limitada  
El flujo constante de aire puede molestar al usuario, producir ruido, secar los ojos, etc.

### Respirador con filtro purificador de aire

Liviano y fácil de usar  
Flexible –filtros y cartuchos acoplables contra gas, vapores, partículas, etc.  
Uso prolongado  
Buena comunicación relativa  
Muy económico  
Fácil de mantener

No puede usarse en áreas con bajo contenido de oxígeno  
No puede utilizarse en ambientes altamente tóxicos  
El usuario debe estar afeitado

## ¿PUEDE CUALQUIERA PORTAR UN RESPIRADOR?

No. Ciertas características faciales pueden impedir un ajuste perfecto y sin pérdidas. Sin embargo, la mayoría de las personas puede lograr una adecuada protección usando una mascarilla facial.

Uno de los mayores obstáculos para una adecuada protección es el crecimiento de la barba. Un día sin afeitarse podría arruinar el rendimiento de su respirador: los pequeños pelos permiten la entrada por el borde de la máscara del aire contaminado al respirar. **AFÉITASE TODOS LOS DÍAS** antes de utilizar el respirador.

Si tiene barba permanente, los respiradores con filtros no son para usted. Debe utilizar otro tipo de protección tal como una capucha con suministro de aire.

Pueden existir otras razones por las cuales no debería usted usar un respirador, entre ellas:

- Síntomas respiratorios (asma, enfisema, alergias de la piel)
- Enfermedades circulatorias (alta presión, problemas cardíacos)
- Angustia psicológica (claustrofobia, ansiedad)
- Otros problemas que pudieran causar una precaria hermeticidad en la cara (acné, cicatrices, dientes faltantes)

### Resumen

- Aproveche la protección disponible. Úsela correctamente para su propio beneficio - y el su familia y amigos.
- Una protección inadecuada podría resultar en alguna enfermedad importante ahora y en el futuro.
- Los contaminantes pueden no solamente dañar sus pulmones sino órganos vitales y casi todas las partes de su organismo.

- Muchos productos químicos no pueden ser detectados inmediatamente y pueden afectar la salud sin ninguna señal de advertencia.
- Un respirador correctamente utilizado, y de buena calidad, no entorpecerá su tarea.
- Los productos químicos peligrosos a menudo son inodoros y hasta pueden tener un aroma agradable.
- Utilice **TODO EL TIEMPO** una protección respiratoria.
- Una corta pausa sin equipo, en un ambiente contaminado, le dejará casi sin protección.
- **NO** use un respirador de filtro si tiene barba - aunque sea una sombra. Aféitese o utilice otro tipo de respirador.
- Notifique de todos los problemas mecánicos o incomodidad física a su supervisor - un descuido podría arruinarle la salud.
- Asegúrese de saber **EXACTAMENTE** cómo colocarse, probar, inspeccionar, limpiar, mantener y almacenar su equipo respirador.

### Conclusión

La elección de protección respiratoria en su caso se ha realizado examinando el ambiente de trabajo, los tipos de elementos peligrosos presentes en la atmósfera y su concentración. Depende ahora de **USTED** utilizar el equipo y hacerlo de forma correcta.

*Asegúrese siempre de saber utilizar el respirador y de verificar que funciona. Recuerde el por qué está usando protección respiratoria: no solamente para cumplir con las disposiciones de seguridad... sino para mantener un cuerpo sano y una vida saludable, tanto por usted como por su familia y amigos. Después de todo: ¡no sólo del trabajo vive el hombre!*



265 Meadowlands Boulevard  
Washington, PA15301, USA  
Tel: [+1] (724) 746 2033  
Fax: [+1] (724) 746 4421  
FreeCall: (US & Can only): 1888-732-3500  
email: [sea.america@theseagroup.com](mailto:sea.america@theseagroup.com)