

Preguntas frecuentes sobre protección respiratoria: Trabajadores

Introducción

Este es un documento general que no es específico de ningún contaminante en particular en el aire, incluidos los virus y las bacterias

Durante los eventos de salud pública, como los incendios forestales, los tiempos de alta contaminación del aire, los brotes de enfermedades transmisibles en el aire, etc., los empleadores necesitan proporcionar a sus trabajadores protección respiratoria a quienes usualmente no lo requieren. Algunos ejemplos son trabajadores cuyas actividades sean al aire libre durante situaciones con aire contaminado o trabajadores con exposición prolongada o frecuente a grandes grupos de personas durante eventos de brotes de enfermedades.

Cuando se recomienda la protección respiratoria para los trabajadores y el público, las recomendaciones a menudo se centran en respiradores aprobados por agencias del gobierno como "N95, FFP2 o similares". Cuando se usan correctamente, los respiradores pueden ayudar a reducir la exposición de los usuarios a peligros de partículas en el aire, como polvos, nieblas y humos, incluidas partículas tan pequeñas que no se puede ver. Los respiradores contienen material filtrante y están diseñados para formar un sello con la cara del usuario, de modo que el aire pase a través del filtro (en lugar de alrededor de los bordes) antes de ser inhalado. Una opción común es un respirador facial filtrante desechable (FFR), a veces conocido como respirador de partículas, como los que se muestran a continuación.



No importa lo bien que un respirador selle la cara y lo eficiente que sea el medio filtrante, los usuarios deben esperar una pequeña cantidad de fugas dentro de cualquier respirador. Ningún respirador eliminará por completo las exposiciones. Por favor, lea las preguntas y respuestas a continuación para que comprenda cómo funcionan los respiradores. Si tiene preguntas adicionales sobre el uso de respiradores 3M, consulte nuestro sitio web o póngase en contacto con su oficina local de 3M

Las siguientes son respuestas generalizadas a algunas preguntas frecuentes, para ayudar a proporcionar claridad en torno a los siguientes temas:

- 1) [Respiradores vs Marcarillas](#)
- 2) [Tipos de respiradores](#)
- 3) [¿Cómo funcionan los respiradores?](#)
- 4) [¿Cómo se usan los respiradores?](#)
- 5) [Consideraciones de confort](#)
- 6) [Consideraciones estéticas](#)
- 7) [Otras preguntas](#)

Para más información de estos temas vea, [3M Boletín Técnico - Respiratory Protection for Airborne Exposures to Biohazards..](#)

Es importante tener en cuenta que la directriz de autoridades de salud ocupacional para lugares no hospitalarios, la Organización Mundial de la Salud ([OMS](#)), Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional de los Estados Unidos ([NIOSH](#)), los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos ([CDC](#)), la Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos ([EPA](#)), o su autoridad sanitaria local, deben seguirse en cualquier emergencia sanitaria y que este documento no sustituye a esa directriz

Respiradores vs Mascarillas y Cubiertas Faciales

¿Qué deben buscar los empleadores al seleccionar un respirador en emergencias de contaminación o sanitaria?

- 1) Compruebe que el producto que está considerando está certificado como respirador (como un N95, FFP2 o KN95). Los respiradores certificados contienen material de filtración capaz de capturar partículas, incluyendo las que son demasiado pequeñas para ver a simple vista.
- 2) Seleccione un respirador que pueda sellarse contra su cara sin ninguna fisura. Para proporcionar protección respiratoria, un respirador debe ajustarse perfectamente en la cara del usuario para asegurarse de que no hay fisuras entre la cara y el sello del respirador. Incluso los espacios muy pequeños entre la cara y el borde del respirador permiten que el aire, y las partículas, vayan alrededor del medio filtrante.

Las mascarillas quirúrgicas de gasa, o las mascarillas para el polvo no certificadas no tienen material de filtración adecuado y pueden no estar diseñadas para formar un sello contra la cara y, por lo tanto, no se espera que proporcionen protección a los pulmones. Tenga en cuenta que algunas máscaras no certificadas se ven muy similares a los respiradores certificados. Es importante leer atentamente la información impresa en el empaque antes de comprar un producto.

Para más información mire el Boletín Técnico 3M: ¿Qué es un Respirador N95? [What is an N95 Respirator?](#)

¿Cuál es la diferencia entre protección respiratoria y el control de fuente?

Los respiradores, como los respiradores de pieza facial filtrante y otros tipos de respiradores, están diseñados para ayudar a reducir la exposición de los usuarios a los riesgos de inhalación a los peligros de partículas cuando se utilizan correctamente.

Control de fuente [es definido por el CDC como](#) "usar cubiertas de tela , mascarillas o respiradores para cubrir la boca y la nariz de una persona para evitar la propagación de secreciones respiratorias cuando está hablando, estornudando o tosiendo."

Ejemplos de artículos que han sido [recomendados por el CDC para usar como control de fuente lugares de trabajo no hospitalarios](#) incluyen cobertores cara de tela y pantallas faciales.

¿Deben los trabajadores usar respiradores como control de fuente?

Si se necesita protección respiratoria y control de fuente, se podría considerar un respirador de pieza facial filtrante. En su guía titulada [Personal Protective Equipment: Questions and Answers](#), el CDC dice, "un respirador de pieza facial filtrante N95 lo protegerá y proporcionará control de fuente para proteger a los demás". Control de fuente [es definido por el CDC como](#) "uso de cubiertas faciales de tela, máscaras faciales o respiradores para cubrir la boca y la nariz de una persona para evitar la propagación de las secreciones respiratorias cuando habla, estornuda o tose".

En los lugares de trabajo no hospitalarios, OSHA recomienda realizar una evaluación de riesgos específica del sitio y de la aplicación para el virus que causa COVID-19 como se haría con cualquier peligro. OSHA recomienda que se toman medidas de control de ingeniería y administrativas para permitir que los trabajadores trabajen al menos a 6 pies uno del otro. Cuando eso no sea factible, se deben considerar otros controles, como el EPP, incluidos los respiradores. En esas situaciones, todos los trabajadores de la zona usarían respiradores de partículas los que filtrarían cualquier partícula que contenga virus, ya sea

3M Personal Safety Division

con válvula o sin válvula.

Hay ocasiones en las que los trabajadores pueden requerir protección respiratoria y control de fuentes - por ejemplo, una persona administrando una prueba de ajuste cualitativo, dado que el sujeto de prueba de ajuste puede no usar un respirador para la prueba de sensibilidad.

¿Qué pasa si el respirador tiene una válvula?

En su guía, [CDC dice](#), "Un respirador de pieza facial filtrante N95 aprobado por NIOSH con una válvula de exhalación ofrece la misma protección al usuario que uno que no tiene válvula. Como control de la fuente, los hallazgos de la investigación de NIOSH sugieren que, incluso sin cubrir la válvula, los respiradores N95 con válvulas de exhalación proporcionan el mismo o mejor control de fuente que las máscaras quirúrgicas, las máscaras de procedimiento, las máscaras de tela o las cubiertas de tela.... Sin embargo, los respiradores N95 aprobados por NIOSH con una válvula de exhalación no son resistentes a los fluidos. Por lo tanto, en situaciones en las que está indicado un respirador resistente a los líquidos (por ejemplo, en entornos quirúrgicos), las personas deben usar un N95 quirúrgico o, si un N95 quirúrgico no está disponible, cubrir su respirador con una máscara quirúrgica o un protector facial".

3M no ha evaluado la práctica de usar máscaras quirúrgicas u otras cubiertas sobre las válvulas de exhalación respiratoria. Debido a la variabilidad en el diseño de máscaras de control de fuentes y cobertores faciales, no se sabe cómo esta práctica podría afectar el rendimiento de protección respiratoria de los respiradores 3M. Es importante que se reconozca la guía anterior y, a continuación, que cada instalación determine dónde los respiradores con válvulas de exhalación son apropiados para su uso.

Es importante señalar que NIOSH, [en un artículo acerca de cubrir los respiradores de pieza facial filtrante \(FFR\)](#), dice, "El uso de una máscara quirúrgica o una tela que cubra un FFR, como un N95, no está aprobado ni recomendado por NIOSH porque no es consistente con las condiciones de la aprobación, por lo tanto anula la certificación.". NIOSH también señala que "el efecto de cualquier cubierta en la filtración de un respirador N95, el ajuste o la comodidad sobre un prolongado periodo no ha sido explorado dentro de la investigación disponible; por lo tanto, NIOSH no puede proporcionar recomendaciones específicas para el uso de estas cubiertas."

¿Cuál es la diferencia entre un respirador certificado y una máscara quirúrgica?

Los respiradores y las máscaras quirúrgicas se consideran equipos de protección personal (EPP) y son utilizados por los trabajadores en los lugares de trabajo hospitalarios y no hospitalarios. Por el contrario, los cobertores de tela no son ni un respirador ni una máscara quirúrgica y no se consideran EPP.

Los respiradores están diseñados para ayudar a reducir la exposición del usuario a partículas en el aire. Los respiradores ajustados, como los N95, están diseñados para sellar contra la cara del usuario y se prueban para cumplir con los requisitos mínimos de eficiencia de filtración y otras normas reglamentarias gubernamentales.

El propósito principal de una máscara quirúrgica es ayudar a prevenir que las partículas biológicas (por ejemplo, bacterias y virus) sean expulsadas por el usuario al medio ambiente. Las máscaras quirúrgicas no están necesariamente diseñadas para sellar firmemente la cara, por lo que el aire podría fugarse alrededor de los bordes.

Muchas máscaras quirúrgicas también están diseñadas para ser resistentes al rocío de fluidos y salpicaduras de sangre y otros fluidos corporales.

Máscaras quirúrgicas pueden ser provistas a los pacientes por las organizaciones de atención de la salud para ayudar a proteger a los trabajadores hospitalarios y a otros pacientes de las partículas que se introducen en la habitación mientras un paciente habla, estornuda o tose.

En la mayoría de los países, las máscaras quirúrgicas deben cumplir con las normas reglamentarias del gobierno.

Algunos respiradores aprobados están diseñados para tener las características de un respirador y una máscara quirúrgica. Estos productos a menudo se llaman "respiradores médicos o de atención médica". En los Estados Unidos, los respiradores quirúrgicos N95 están aprobados por NIOSH. En otros países, estos productos a menudo son aprobados por organismos equivalentes o similares.

Para más información: [Máscaras quirúrgicas, respiradores estándar N95 y quirúrgicos N95 — Una Comparación](#) y puede mirar el video en inglés de prueba de resistencia a fluidos, [Fluid Resistance Testing](#)

Las cubiertas faciales, ya sean hechas en casa con tela o compradas en la tienda, están destinadas a ayudar a proteger a otras personas—no el usuario. Las cubiertas de tela pueden ayudar a los usuarios a recordar no tocarse la nariz y la boca, y pueden ayudar a contener gotas grandes, escupa o flema expulsada por el usuario, como cubrir la tos o un estornudo con un pañuelo en la cara. A diferencia de los respiradores aprobados por el gobierno, las cubiertas de tela no están diseñadas y probadas para reducir la exposición de los usuarios partículas transmitidas en el aire. Por lo general, no están diseñados para sellar la cara del usuario y probablemente no están hechos de materiales que se prueban y que demuestren que capturaran partículas finas. Tampoco están diseñados para ser resistentes a fluidos como a salpicaduras y rocío de sangre y otros fluidos corporales. Si se necesita protección respiratoria para el usuario, un cobertor facial no sustituye a un respirador.

Tipos de Respiradores

¿Necesito un respirador quirúrgico?

Los respiradores quirúrgicos suelen estar diseñados para ser resistentes al rocío de líquidos a la salpicadura de sangre y otros fluidos corporales. Están destinados a ser usados por profesionales de la salud durante los procedimientos que podrían generar una corriente de alta presión de líquido como aerosol arterial durante la cirugía.

En contraste, los aerosoles de gotas líquidas, como los generados por tos y estornudos, son capturables por el filtro de partículas en respiradores filtrantes faciales certificados (FFR).

Para más información vea: 3M Boletín técnico – [Respirador Quirúrgico vs N95 estándar- Cuál considerar](#) y puede mirar el video en inglés de prueba de resistencia a fluidos, [Fluid Resistance Testing](#)

¿Cuál es la diferencia entre las aprobaciones de respiradores de diferentes países? (N95 vs FFP2 vs KN95, etc.)

Los estándares regulatorios a menudo dictan las propiedades físicas y de rendimiento que los productos respiratorios deben tener para obtener la certificación o aprobación en un país en particular. Los estándares en diferentes países o regiones pueden tener requisitos ligeramente diferentes de certificación o aprobación de respiradores.

La mayoría de los estándares regulatorios para los FFR tienen métodos de prueba y clases de respiradores similares, pero no idénticos. La característica más utilizada para describir un respirador es la eficiencia de filtración. Esta es la capacidad de un respirador para filtrar una partícula específica en una prueba de laboratorio controlada. Debido a las similitudes en los requisitos de los estándares, las siguientes clases de respiradores, de varios países y regiones, todos tienen aproximadamente 94-95% de eficiencia de filtración, están diseñados formar un sello con la cara, y pueden considerarse funcionalmente similares para la mayoría de los usos contra partículas no aceitosas en el aire:

- Australia/Nueva Zelanda - P2
- Brasil - FFP2
- China - KN95, KP95
- Europa - FFP2
- Japón - DS2, DL2
- India - A P2
- Corea – 1era clase
- NIOSH de los Estados Unidos - N95, R95, P95

Para más información mire [3M Boletín Técnico Comparación de respiradores de pieza facial filtrante Clases FFP2, KN95 y N95](#)

Cómo funcionan los respiradores

¿Puede un respirador ayudar a proteger contra partículas muy pequeñas como PM2.5, humo, hollín, bacterias y virus?

El uso de un FFR certificado es una manera de ayudar a reducir la exposición a partículas finas como PM2.5, humo, hollín, bacterias y virus. Sin embargo, las recomendaciones locales (como las de una agencia local de salud) deben ser consultadas y seguidas. A menudo, esta guía indica que la exposición debe evitarse manteniéndose alejado de la fuente del peligro -como permanecer dentro de edificios, lejos de la contaminación del aire en el ambiente y evitar a las personas enfermas- antes de depender de protección respiratoria.

¿Puede una mascarilla quirúrgica, un paño de microfibra o un pañuelo húmedo ayudar a proteger contra partículas pequeñas?

Las mascarillas quirúrgicas/procedimientos o "médicas" están diseñadas para ayudar a evitar que las salivas y las mucosas generadas por el usuario lleguen a un paciente o equipo médico. Es probable que no proporcionen protección respiratoria a menos que estén diseñados, probados y certificados como respirador. Para entender mejor la diferencia entre respiradores y máscaras quirúrgicas, vea: 3M Boletín Técnico- [Máscara quirúrgicas, respiradores estándar N95 y quirúrgicos N95- Una Comparación](#)

Los paños de microfibra, bufandas, pañuelos húmedos o artículos similares no han sido diseñados o probados para ayudar a filtrar partículas pequeñas y, por lo tanto, no deben utilizarse para protegerse de las partículas.

¿Eliminarán los FFR olores de los incendios forestales, la contaminación del aire, etc.?

Los respiradores FFR filtrarán partículas como polvo, hollín, cenizas y PM2.5. Los olores no son una partícula, se consideran un gas o vapor. Algunos FFR están disponibles con una capa de carbono que proporcionará alivio contra bajos niveles de olores (también llamados olores molestos). Para mayores niveles de concentración de gases y vapores o para áreas con bajo oxígeno, se deben utilizar diferentes tipos de respiradores. Póngase en contacto con su autoridad sanitaria local y contrate a un profesional para hacer frente a este tipo de situaciones, ya que pueden ser muy peligrosas.

¿El 95% de eficiencia significa que el 5% de las partículas pasan por el filtro?

Todos los respiradores están diseñados para ayudar a reducir, no eliminar, la exposición a los peligros en el aire. Por ejemplo, las FFR con clasificación N95 tienen una eficiencia de filtración de al menos el 95% frente a partículas no aceitosas cuando se prueban utilizando los criterios NIOSH. Las partículas utilizadas para probar la filtración están en un rango de tamaño que se consideran los más penetrantes. Por lo tanto, los métodos de prueba garantizan que el medio filtrante pueda filtrar partículas de todos los tamaños con al menos un 95% de eficiencia.

Es importante recordar que la eficiencia del filtro por sí sola no determina la reducción general de los peligros en el aire proporcionados por un respirador. Hay otros dos factores determinantes en la reducción de la exposición: el ajuste y el tiempo de uso, los cuales se abordan en la sección "Cómo usar respiradores" de este documento.

¿Puede un respirador con válvula ser eficaz contra los bioaerosoles?

El propósito de la válvula de exhalación de un respirador es reducir la resistencia respiratoria durante la exhalación; no afecta la capacidad de un respirador para proporcionar protección respiratoria. La válvula está diseñada para abrirse durante la exhalación para permitir que el aire exhalado salga del respirador y luego se cierre firmemente durante la inhalación, por lo que no se permite la entrada de aire inhalado al respirador a través de la válvula.

Si bien una válvula no cambia la capacidad de un respirador para ayudar a reducir la exposición del usuario a partículas en el aire, incluidos los bioaerosoles, las decisiones sobre el uso del respirador y la prevención de infecciones deben tomarse sobre una base específica de uso y el usuario en consulta con los requisitos y las guías de los equipos de prevención de infecciones y de salud y seguridad en el trabajo.

En resumen, cuando se seleccionan y se usan adecuadamente, los respiradores con y sin válvulas ayudarán a reducir la exposición del usuario a partículas en el aire, incluidos aerosoles potencialmente infecciosos.

Para obtener más información sobre la filtración de bioaerosols por respiradores, véase [3M Boletín Técnico-Protección respiratoria para exposiciones a riesgos biológicos](#) – y mire el video, en inglés, [Filtering of Bioaerosols by Filtering Facepiece Respirators](#).

¿Permite la válvula la liberación de gotas potencialmente infecciosas expulsadas por el usuario, si el usuario está infectado con una enfermedad infecciosa transmitida por el aire?

Los respiradores están diseñados para ayudar a reducir la exposición del usuario a partículas en el aire, incluidas las partículas que pueden contener virus. A medida que el usuario exhala o habla, algunas partículas generadas por el usuario serán filtradas por los medios filtrantes del respirador y algún aire sin filtrar puede salir a través de la válvula de exhalación. Cuando la tasa de respiración es más baja, no se esperaría que la válvula de un respirador se abriera mucho durante la exhalación, lo que crearía sólo un camino limitado para que los aerosoles más grandes expulsados por el usuario.

Actualmente 3M no tiene conocimiento de ningún estudio revisado por pares profesionales sobre el riesgo de que el material infeccioso escape de la válvula de exhalación de respiradores ajustados.

Tenga en cuenta que las máscaras quirúrgicas, las máscaras de procedimiento y los cobertores faciales no están diseñadas para ajustarse firmemente a la cara y tienen aperturas alrededor de la cara. Cuando el usuario respira hacia adentro y afuera, el aire se filtrará a través de esas aperturas, y el aire exhalado puede incluir potencialmente partículas expulsadas. Por lo tanto, las partículas pueden ser expulsadas de máscaras, cobertores faciales y respiradores con válvulas, aunque la dirección del flujo de aire exhalado variará dependiendo del diseño (hacia abajo/hacia adelante para las válvulas de exhalación, alrededor de los bordes para las máscaras).

En los lugares de trabajo no hospitalarios, OSHA recomienda realizar una evaluación de riesgos específica del sitio y de la aplicación para el virus que causa COVID-19—como se haría con cualquier peligro. OSHA recomienda que se toman medidas de control de ingeniería y administrativas para permitir que los trabajadores trabajen al menos a 6 pies uno del otro. Cuando eso no sea factible, se deben considerar otros controles, como la EPP, incluidos los respiradores. En esas situaciones, todos los trabajadores de la zona usarían respiradores de partículas los que filtrarían cualquier partícula que contenga virus, ya sea con válvula o sin válvula.

¿Puede un individuo colocar cinta adhesiva sobre la válvula de exhalación de los respiradores faciales filtrantes 3M?

Las personas no deben colocar cinta adhesiva sobre la válvula de exhalación a menos que la cinta haya sido evaluada, probada y aprobada por NIOSH como accesorio para el modelo específico de pieza facial filtrante que se está utilizando. El uso de una cinta que no es un accesorio aprobado por NIOSH anula la aprobación regulatoria del respirador. Pegar con cinta adhesiva o cubrir la válvula en el exterior del respirador puede afectar el funcionamiento del respirador.

Actualmente, hay un accesorio de cinta aprobado por NIOSH para el respirador desechable de partículas 3M™ 8511. Para obtener más información, visite estos enlaces:

- [3M™ 8511 Particulate Respirator and 3M™ Multi Use Duct Tape FAQ](#)
- [3M™ Particulate Respirator 8511 with 3M™ Multi Use Duct Tape User Instructions](#)

Los respiradores 3M están diseñados para ayudar a proteger al usuario. Lo hacen ayudando a reducir la exposición del usuario a contaminantes en el aire. Cuando se seleccionan y usan correctamente, los respiradores 3M son seguros y eficaces para este uso. Esto incluye respiradores 3M con válvulas.

Las válvulas de exhalación ayudan a reducir la resistencia respiratoria cuando el usuario exhala (respira hacia fuera). Esas válvulas se abren sólo cuando el usuario exhala, ayudando a que el aire salga del respirador. Actualmente 3M no tiene conocimiento de ningún estudio, revisado por homólogos, sobre el riesgo de que el material infeccioso salga a través de la válvula de exhalación de los respiradores ajustados al rostro.

Otras cubiertas faciales, como las máscaras caseras y las máscaras de procedimiento, no están diseñadas para adaptarse firmemente a la cara y tienen aperturas alrededor de la cara a través de las cuales el aire se filtrará, tanto hacia adentro cuando el usuario inhala como hacia afuera cuando el usuario exhala, potencialmente incluyendo partículas expelidas. El aire y las partículas también viajarán a través del material de la máscara a diferentes proporciones dependiendo de su construcción.

Es importante tener en cuenta, dice CDC, "Un respirador de pieza facial filtrante N95 aprobado por NIOSH con una válvula de exhalación ofrece la misma protección al usuario que uno que no tiene una válvula. Como control de la fuente, los hallazgos de un estudio de NIOSH sugieren que, incluso sin cubrir la válvula, los respiradores N95 con válvulas de exhalación proporcionan el mismo o mejor control de la fuente que las máscaras quirúrgicas, las máscaras de procedimiento, las máscaras de tela o las cubiertas de tela".

¿Puedo usar un respirador con máscara filtrante si tengo vello facial?

Los respiradores (FFR) se consideran respiradores ajustados, lo que significa que deben sellar a la piel del usuario para que funcionen correctamente. Por lo tanto, los usuarios deben estar bien afeitados si van a usar un FFR. Si un trabajador prefiere no afeitarse o no puede afeitarse, los respiradores purificadores de aire (PAPR) pueden considerarse como una alternativa a los FFR. Algunas capuchas PAPR, llamadas capuchas holgadas, no es necesario sellar la piel del usuario para que funcione correctamente; en su lugar, están diseñados para ceñirse debajo de la barbilla del usuario o en su cuello. Estas capuchas holgadas pueden acomodar algunos estilos de vello facial (consulte el Boletín Técnico 3M™ Versaflo™ Máscaras, capuchas y cascos de ajuste suelto: uso con vello facial. [3M™ Versaflo™ Loose Fitting Facepieces, Hoods, and Helmets: Use with Facial Hair](#)).

Este [NIOSH infographic](#) puede ayudar a aclarar qué estilos de vello facial son aceptables con muchos respiradores N95.

¿Seguirá funcionando un respirador facial filtrante si no he realizado una prueba de ajustes?

Posiblemente. Cuando se usan correctamente, los respiradores aprobados por el gobierno, como los respiradores N95, pueden ayudar a reducir el número de partículas en el aire que respiras. Si usted no recibe capacitación formal o una prueba de ajuste, como lo haría un trabajador médico o industrial típicamente, es posible que no reciba el beneficio completo del respirador. Sin embargo, los estudios han demostrado que las personas todavía pueden recibir una reducción en la exposición si hacen lo siguiente:

- Siguen las instrucciones sobre cómo ponerse el respirador
- Realizan la comprobación del sello del usuario (comprobación del ajuste) descrito en las instrucciones del usuario
- Aseguran que estén limpios y afeitados donde el respirador toque la cara
- Asegúrese de que no hay ropa o joyas entre el respirador y la cara

Es importante recordar que los respiradores no pueden eliminar la inhalación de todas las partículas en el aire y no pueden eliminar la posibilidad de enfermarse. Para que su respirador ayude a reducir el número de partículas que respira, debe leer y seguir las instrucciones de usuario que vienen con el respirador.

¿Los respiradores sin la prueba de resistencia a fluidos pueden ayudar a proteger contra estornudos y tos?

Los respiradores FFR ayudan a proteger contra las gotas de líquido que se generan debido al estornudo y la tos. Cuando tales gotas golpeen la superficie de un respirador, serán capturadas igual que otros contaminantes en el aire.

Las pruebas de resistencia a fluidos para respiradores quirúrgicos implican un chorro de líquido a alta presión rociado directamente en el respirador. Una gota de un estornudo o tos no tiene el mismo impulso que un chorro de líquido.

Cómo usar respiradores

¿Qué debo hacer para familiarizarme con los respiradores y cómo usarlos?

Los estándares de salud y seguridad ocupacional y buenas prácticas, indican que se debe implementar un programa de protección respiratoria completo y efectivo siempre que se requiera que los trabajadores usen respiradores, incluida la selección adecuada de respiradores, evaluaciones médicas, pruebas de ajuste y capacitación. Es responsabilidad del empleador garantizar que se cumplan todos los requisitos reglamentarios y que los trabajadores estén preparados para usar sus respiradores de manera efectiva y segura. Para más información sobre programa de protección respiratoria vea: 3M Centro de protección respiratoria. [3M Center for Respiratory Protection](#)

¿Qué tan importante es el ajuste del respirador?

Es muy importante que su respirador sea capaz de sellar completamente a su cara. El respirador debe tener un tamaño adecuado para la cara, por lo que no se pueden detectar grietas ni fugas alrededor del borde del respirador. Si un respirador no sella bien en la cara, los contaminantes en el aire pueden entrar alrededor y a través de las grietas en el sello facial. Si no puede lograr un buen sello con su respirador, debe probar un modelo diferente hasta que encuentre uno que esté bien dimensionado y selle bien a su cara. El respirador no debe ser tan grande que esté muy cerca de los ojos o impacte su visión.

Es muy importante seguir siempre las instrucciones del usuario y hacer una verificación del sellado antes de entrar en un entorno contaminado. Recuerde, cuanto mejor sea el sellado, más aire que respira pasa a través del filtro.

Su cara debe estar bien rasurada en la zona donde el respirador sella con la piel. Las barbas, los bigotes largos y los rastros pueden causar fugas en el respirador.

Ver el Boletín Técnico 3M- [Respirator Selection Considerations for Small Faces](#).

¿Cómo me pongo el respirador y busco un sello efectivo?

Las instrucciones de uso para respiradores 3M contienen los procedimientos específicos del modelo para poner el respirador, comprobar el ajuste y el sellado. Es muy importante leer y seguir las instrucciones de colocación con mucho cuidado y llevar a cabo una comprobación de sellado cada vez que se pone el respirador. Las instrucciones se proporcionan con el empaque original del respirador.

¿Está sujeta la capucha del sistema de prueba de ajuste a la contaminación durante un brote de enfermedad infecciosa?

La capucha del sistema utilizado en el aparato de prueba de ajuste cualitativa 3M™ FT-10 y el aparato de prueba de ajuste cualitativa 3M™ FT-30 es en un entorno cerrado. Se aplican las siguientes precauciones:

- 1) Todas las personas con sospecha o enfermedad confirmada (resfriado, influenza, etc.) deben ser eliminadas de la prueba de ajuste.
- 2) Todas las personas deben lavarse bien las manos.
- 3) El administrador de prueba maneja la colocación de la capucha. La persona no debe tocar la capucha de prueba con las manos y debe usar guantes protectores y / o tener una higiene adecuada de las manos después de cualquier contacto con la capucha de prueba de ajuste.
- 4) Si la persona tose o estornuda durante la prueba, la campana debe desinfectarse con un desinfectante típico, como una solución diluida de hipoclorito de sodio común.

¿Se pueden lavar los FFR?

No. En ninguna circunstancia se debe intentar limpiar o lavar un respirador de pieza facial filtrante de 3M.

¿Se pueden reutilizar los respiradores filtrantes de la pieza facial?

Los FFR son desechables, pero no de un solo uso, por lo que se pueden utilizar muchas veces. Si sospecha que su FFR está contaminado con bioaerosoles, se debe tener cuidado al manipular el respirador. Durante el uso, las partículas que contienen virus, bacterias, etc. quedan atrapadas en las fibras del filtro y permanecen en las fibras. Por lo tanto, después de su uso, manipular o almacenar el respirador puede provocar una mayor propagación de la enfermedad. Las directrices de los CDC para la reutilización de respiradores, escritas para lugares de trabajo de atención médica, se pueden encontrar en la página web [COVID-19 Decontamination and Reuse of Filtering Facepiece Respirators](#).

¿Existe una limitación de tiempo para usar un FFR?

No hay límite de tiempo para usar un FFR. Los respiradores se pueden usar hasta que estén sucios, dañados o sea difícil de respirar con ellos. Tenga en cuenta que, si se usa un FFR para filtrar bioaerosoles, esas partículas potencialmente infecciosas permanecerán en las fibras del filtro y por lo tanto, el respirador podría convertirse en una fuente potencial de contaminación por contacto después de su uso. Al retirar un FFR después de su uso, tenga cuidado de no tocar la parte del filtro del respirador, deséchelo con otros desechos potencialmente contaminados y lávese las manos inmediatamente después de manipular el respirador.

Para ser efectivo, un respirador debe usarse correctamente y durante toda la exposición peligrosa. Las personas que usan un respirador necesitarán ir a un área con aire seguro para quitarse el respirador por cualquier motivo, incluso para comer y beber. Sin embargo, una vez más, los usuarios deben seguir las instrucciones de las autoridades de salud, que generalmente enfatizan la importancia de evitar la exposición prolongada al aire peligroso, como permanecer en interiores en ambientes limpios cuando sea posible.

¿Se pueden compartir los FFR?

No. Los FFR desechables nunca deben compartirse, debido a consideraciones de higiene.

¿Cómo debo almacenar mi respirador antes y entre usos?

Las FFR están cuidadosamente diseñadas para filtrar partículas y sellar con la cara. Para ayudar a proteger la condición de los respiradores para que puedan funcionar correctamente, es importante almacenarlos de acuerdo con los requisitos de almacenamiento especificados.

Hasta que sean necesarios para su uso, los respiradores deben almacenarse:

- En una bolsa sellada, como el embalaje original
- En un ambiente libre de peligros (aire limpio)
- Lejos de la luz solar directa
- En una zona climáticamente controlada, con humedad y temperatura dentro del rango aceptable especificado en el empaque

Esto significa que los respiradores deben almacenarse en interiores, en su embalaje original, en un espacio de almacenamiento estructurado donde no puedan ser triturados o distorsionados.

Si un respirador se almacena entre múltiples usos, debe almacenarse de forma similar a un nuevo FFR, pero debe colocarse en una bolsa transpirable.

¿Los FFR tienen una fecha de expiración?

Sí, muchas piezas faciales filtrantes tienen fecha de expiración. La fecha de expiración y la información de almacenamiento generalmente se encuentran en el costado o en la parte inferior del empaque. La vida útil generalmente se muestra como una fecha de "use antes". Consulte el embalaje del respirador, ya que la fecha de expiración es específica para cada modelo.

Para consideraciones adicionales en la comprensión de la vida útil, estos recursos 3M pueden ser útiles:

- [3M Blog Post: Why Do Disposable Respirators Have a Defined Shelf Life?](#)
- [3M Filtering Facepiece/Disposable Respirator Storage Conditions and Shelf Life - FAQs](#)

¿Se debe desechar un respirador después de que haya expirado su tiempo de vida útil?

La recomendación de 3M es que sea desechado después de que el tiempo de vida útil haya expirado.

¿Se necesitan múltiples tamaños / modelos de respiradores?

Múltiples tamaños o diseños de piezas faciales alternativas pueden proporcionar al individuo opciones adicionales para obtener un buen ajuste y sellado. Es importante que el respirador se ajuste al usuario. En los Estados Unidos, el Reino Unido y otros países, los trabajadores deben pasar una prueba de ajuste antes de usar un respirador en un área contaminada. Cuando no lo exija la ley, 3M recomienda que los trabajadores pasen una prueba de ajuste antes de usar un respirador en un área contaminada.

Consideraciones de confort

Estoy buscando un respirador cómodo, ¿qué debo saber?

Muchos modelos FFR incluyen una variedad de características de confort, como válvulas de exhalación, espuma nasal y opciones de tamaño pequeño. Considere no tan solo las características de comodidad enumeradas, además de si un producto posee una certificación de una autoridad de aprobación.

También puede ser útil tener en cuenta que los respiradores elastoméricos reutilizables ofrecen una experiencia de usuario diferente de los FFR, para aquellas aplicaciones en las que una válvula de exhalación es adecuada. Las superficies de sellado de las piezas faciales elastoméricas son de caucho o silicona en lugar de los materiales no tejidos que recubren el interior de las FFR. Debido a la naturaleza del diseño del respirador elastomérico, el aire exhalado sale de la pieza facial a través de una válvula de exhalación, en lugar de a través del material del filtro, como lo hace con los FFR sin válvula. Algunos usuarios pueden preferir esta experiencia.

Consideraciones estéticas

No me gusta la apariencia de mi respirador, ¿Qué debo saber?

Es importante tener en cuenta que muchos productos que se comercializan como de moda y / o están disponibles en una variedad de colores brillantes y patrones no están certificados o aprobados por el gobierno y pueden no proporcionar una reducción efectiva de la exposición. Compruebe que el producto que está considerando esté certificado como respirador. Los respiradores certificados contienen material de filtración capaz de capturar partículas y están diseñados para sellar con la cara sin ninguna fisura.

Tenga en cuenta que hay muchos tipos diferentes de diseños FFR disponibles, incluyendo estilo copa, estilo plisado, plegable de dos paneles, y plegable de tres paneles, así como versiones con válvulas y sin válvulas de muchos estilos.

Otras preguntas

¿Cómo puedo ayudar a determinar si un respirador 3M es auténtico o falsificado?

3M recomienda comprar respiradores 3M de distribuidores o distribuidores autorizados de 3M, lo que aumentará la probabilidad de que reciba productos 3M auténticos.

3M no recomienda comprar respiradores de vendedores desconocidos en plataformas de comercio electrónico de Internet multipartidista. Estos son algunos consejos para ayudar a evitar los productos falsificados:

- Los respiradores 3M se venderán en empaques 3M, con instrucciones de usuario específicas del modelo que acompañan al producto
- Los respiradores 3M no deben venderse individualmente o sin embalaje (incluidas las instrucciones de uso)

3M Personal Safety Division

- 3M tiene estrictos estándares de calidad, y por lo tanto los productos que tienen correas faltantes, olores extraños, válvulas bloqueadas, palabras mal escritas, etc. probablemente no son respiradores 3M auténticos

El [proceso de autenticación del producto 3M Safe Guard™](#) se puede utilizar para ayudar a garantizar que sus productos 3M sean auténticos. Está disponible solo para los siguientes modelos:

- Respirador de partículas 3M™ 8210
- Respirador de partículas 3M™ 8210Plus

¿El dióxido de carbono del aliento exhalado afecta a la salud?

No se ha demostrado que el dióxido de carbono de la respiración exhalada dentro de un respirador facial filtrante certificado afecte a la salud. Un estudio de 2010 indicó que, aunque los niveles de CO2 aumentan dentro de los respiradores de pieza facial (como Los N95) durante el uso, los indicadores de salud no cambian significativamente, lo que sugiere que no hay ningún efecto sobre la salud.¹

Además, algunas normas reglamentarias, como Europa EN 149, China GB2626, Corea KMEOL 2017-64, Norma Australia/Nueva Zelanda 1716 y Notificación JAPONESA JMHLW 299, requieren que los niveles de CO2 dentro de los respiradores sean inferiores al 1%

1. Williams et al. (2010) Physiological response to alterations in O2 and CO2 - relevance to RPD. J Intl Soc Respiratory Protection. 11: 269–281.

Personal Safety Division

3M Center

Bldg 235-2W-70
St. Paul, MN 55144-1000

Productos 3M PSD son solo para
uso ocupacional

Preguntas del Consumidor:

1-800-537-2191

In Estados Unidos de América

Servicio técnico: 1-800-243-4630
Servicio al cliente: 1-800-328-1667
3M.com/workersafety

En Canadá

Servicio Técnico: 1-800-267-4414
Servicio al Cliente: 1-800-364-3577
3M.ca/Safety

© 3M 2021. Todos los derechos reservados.

3M es una marca comercial de 3M Company y sus filiales.

Usado bajo licencia en Canadá. Todos los derechos de marca son propiedad de sus respectivos propietarios

Por favor, recicle.

