

---

## INSTRUCTIVO DE USO DE MASCARILLA Y GUANTES DE PROTECCIÓN COVID-19

### 1. FICHA TECNICA DE LA MASCARILLA Y GUANTES

- Respirador N95, FFP2 o KN95: Respirador libre de mantenimiento, certificado por la NIOSH (National Institute for Occupational Safety And Health) bajo la norma 42CFR84 o certificado por la EN 149:2001 o certificado por la GB2626-2006
- Guantes de látex o nitrilo que cumplan con la norma UNE-EN ISO 374-5 (Guantes de protección contra los productos químicos y los microorganismos peligrosos. Parte 5: Terminología y requisitos de prestaciones para riesgos por microorganismos)

### 2. CONDICIONES DE USO

Para una protección eficiente siga las instrucciones de colocación y retiro de mascarillas y guantes del presente instructivo:

#### Mascarillas:

- Antes de ponerse la mascarilla, debe afeitarse la zona del rostro donde se la colocará.
- Antes de ponerse la mascarilla, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Evite tocar la mascarilla mientras la usa; si lo hace, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Cámbiese la mascarilla diariamente, deséchela inmediatamente en un recipiente cerrado y deposítelo en los tachos designados para su disposición final; luego lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Si durante el día debe retirarse la mascarilla para almorzar, u otra actividad, retíresela como indica la cartilla de instrucción (ítem 3) y colóquela en una bolsa o recipiente limpio evitando que las ligas tengan contacto con la parte interna de mascarilla y cierre la bolsa o recipiente. Coloque la bolsa sobre una superficie limpia.

#### Guantes:

- No tocarse la cara con los guantes puestos, de esta forma funcionarán como una capa de protección.
- Cámbiese el guante diariamente, deséchalo inmediatamente en un recipiente cerrado y deposítelo en los tachos designados para su disposición final; luego lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón, según lo indicado en la cartilla de instrucción (ítem 4)
- Si usted necesita usar otros tipos de guantes por la función que desarrolla (guantes anticorte, cuero, etc.), deberán colocarse por encima de los guantes de nitrilo/látex.

### 3. Cartilla de instrucción de colocación y retiro adecuado de respirador descartables N95, FFP2 o KN95

LÁVESE BIEN LAS MANOS ANTES DE PONERSE Y QUITARSE EL RESPIRADOR.

Revise si el respirador está en buenas condiciones. Si el respirador parece estar dañado, NO LO USE. Reemplácelo con uno nuevo.

Evite que haya vello facial, hebras de cabello, joyas, lentes o cualquier otra cosa entre el respirador y su cara o que esté impidiendo la colocación adecuada del respirador. Siga las siguientes instrucciones:

#### Colocación del respirador



**1.** Coloque el respirador en la palma de su mano con la parte que se coloca sobre la nariz tocando los dedos.



**2** Agarre el respirador en la palma de la mano, dejando que las bandas caigan sobre la mano. Sostenga el respirador debajo de la barbilla con la parte que se coloca sobre la nariz mirando hacia arriba.



**3** La banda superior se coloca sobre la cabeza, descansando en el área superior de la parte de atrás de la cabeza. La banda inferior se coloca alrededor del cuello y debajo de las orejas. ¡No cruce las bandas una sobre la otra!



**4.** Coloque la punta de los dedos de ambas manos en la parte superior del gancho de metal que cubre la nariz (si tiene gancho). Deslice hacia abajo la punta de los dedos por ambos lados del gancho de metal que cubre la nariz para moldear el área y que tome la forma de la nariz.

#### Revisión del ajuste



**5.** Coloque ambas manos sobre el respirador y aspire un poco de aire para revisar si el respirador se ajusta totalmente a su cara.



**6.** Con las manos todavía tapando completamente el respirador, bote el aire por la nariz y la boca. Si siente que el aire se filtra, no hay un ajuste adecuado.



**7.** Si el aire se filtra alrededor de la nariz, reajuste la pieza de la nariz según lo indicado. Si el aire se filtra por los lados de la mascarilla, reajuste las bandas a lo largo de la cabeza hasta que obtenga un ajuste adecuado.



**8.** Si no puede obtener un ajuste y sello adecuado, pida ayuda o pruebese otro tamaño o modelo.

#### Para quitarse el respirador



**9.** ¡NO TOQUE! La parte de adelante del respirador! ¡Puede estar contaminada!



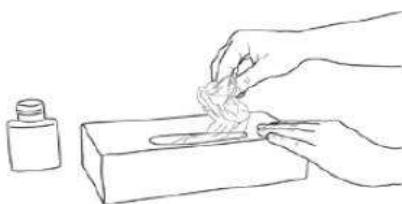
**10.** Quítense el respirador jalando la banda inferior sobre la parte de atrás de la cabeza sin tocar el respirador y haciendo lo mismo con la banda superior.



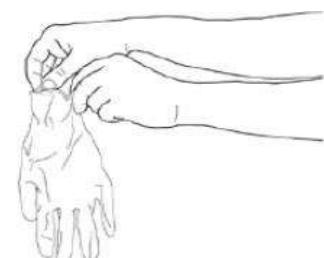
**11.** Bote el respirador en el recipiente de deshechos ¡LÁVESE LAS MANOS!

## 4. Cartilla de instrucción de colocación y retiro de guantes de nitrilo/látex

### Instrucción para colocarse los guantes



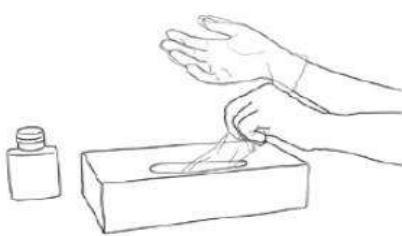
Con las manos limpias retira los guantes de su caja original



Toca solo la superficie correspondiente a la muñeca (El borde superior)



Primer guante listo



Tome el segundo guante con la mano desnuda y toque solo la superficie correspondiente a la muñeca.

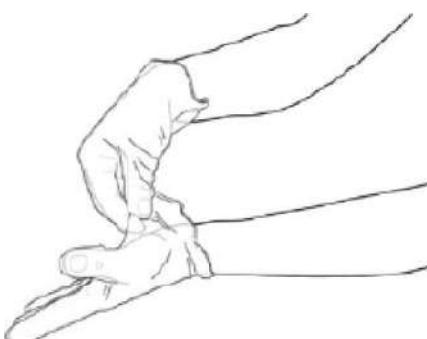


Para evitar tocar la piel del antebrazo con la mano enguantada, gire la superficie externa del guante para hacerla con los dedos doblados de la mano enguantada.

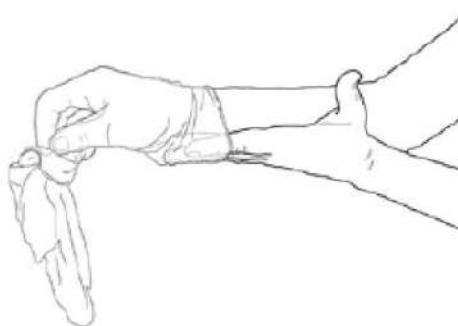


Guantes listos. La mano no debe tocar nada que no esté definido por las indicaciones y condiciones para el uso del guante.

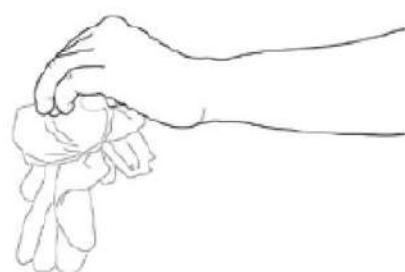
### Instrucción para remover los guantes



Pellizque un guante al nivel de la muñeca para quitarlo, sin tocar la piel del antebrazo, y quitelo de la mano, permitiendo que el guante se dé la vuelta



Sostenga el guante retirado en la mano enguantada y deslice los dedos de la mano sin guante entre el guante y la muñeca. Quite el segundo guante rodando por la mano y doble el primer guante.



Deseche los guantes removidos