ICTUS-SEVILLA

Asociación Sevillana de Ictus

PLAN DE CONTINGENCIA FRENTE AL COVID-19 DE LA ASOCIACIÓN SEVILLANA DE ICTUS

Actualizado 1 de julio de 2021

ÍNDICE

1. OBJETIVO
2. RESPONSABLE DEL PLAN Y ORGANIZACIÓN
3. BASE LEGAL
4. ALCANCE DEL PLAN. NATURALEZA DE LAS ACTIVIDADES Y EVALUACIÓN DEL RIESGO DE EXPOSICIÓN
5. DESARROLLO DEL PLAN
   5.1. SITUACIÓN DE PARTIDA
   5.2. MEDIDAS Y ACCIONES A LLEVAR A CABO
      5.2.1. Medidas higiénicas básicas
      5.2.2. Medidas técnicas. Distanciamiento interpersonal
      5.2.3. Medidas organizativas
      5.2.4. Medidas de prevención del riesgo de difusión de la contaminación
      5.2.5. Medidas de prevención del riesgo y de daños derivados en personas de riesgo y especialmente sensible
6. MEDIDAS DE ATENCIÓN AL PACIENTE
7. SEGUIMIENTO DEL PLAN
8. VIGENCIA Y ACTUALIZACIÓN DEL PLAN

	PLAN DE CONTINGENCIA FRENTE AL COVID-19 FECHA : 18 de mayo 2020 Actualizado: 1 de julio de 2021		
EMPRESA	ASOCIACIÓN SEVILLANA DE ICTUS	**CIF 91689224**	
DIRECCIÓN	AVDA. DE ALTAMIRA 29, BLOQUE 11 ACC. A		
CORREO ELECTRÓNICO	ictussevilla@hotmail.com	**TELÉFONO**	954251510
ACTIVIDAD	Asociación de pacientes	**Nº TRABAJADORES**	4
SITUACIÓN	☐ Mantenida la actividad por ser sector esencial o crítico		
	☐ Sector no esencial pero con actividad durante estado de alarma		
	X Teletrabajo durante la primera parte del estado de alarma, hasta el inicio de la desescalada.		
CLASIFICACIÓN EXPOSISICÓN AL SARS-CoV-2 EN EL ÁMBITO LABORAL	☐ Exposición de riesgo		
	☐ Exposición de bajo riesgo		
	X Baja probabilidad de exposición		

1. OBJETIVOS DEL PLAN

Este **Plan contempla las acciones a realizar para llevar a cabo ese proceso de reincorporación a la actividad, así como las pertinentes medidas organizativas, colectivas e individuales a adoptar**. Estas medidas estarán siempre dirigidas a la prevención de la infección por COVID-19 y a la respuesta ante la eventual aparición de casos o contactos estrechos con personas contagiadas.

2. RESPONSABLE DEL PLAN Y ORGANIZACIÓN

Atendiendo a los principios establecidos en la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, el desarrollo de aquellas actividades de prevención que garanticen un mayor nivel de protección de la seguridad y salud de los trabajadores, incluidas las recomendadas en este plan y devenidas de la situación excepcional que está aconteciendo en la sociedad, será responsabilidad de la empresa.

Para ello, y durante el desarrollo e implantación del presente Plan, ICTUS SEVILLA empleará los recursos, tanto económicos y materiales como humanos, que considere necesarios para tal fin.

3. BASE LEGAL DEL PLAN

La Normativa de aplicación general, relación no exhaustiva y abierta a actualizaciones o publicaciones posteriores, a efectos del alcance y contenido del presente Plan es:

- Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales.
- R. D. 39/1997, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- R. D. 664/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo.
- R. D. 773/1997, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.
- R. D. 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- "Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2" (actualización 22 de Junio de 2021). MINISTERIO DE SANIDAD.
- Guía buenas prácticas en los centros de trabajo frente al COVID-19. PRESIDENCIA DEL GOBIERNO, 11 de abril de 2020.

4. ALCANCE DEL PLAN. NATURALEZA DE LAS ACTIVIDADES Y EVALUACIÓN DEL RIESGO DE EXPOSICIÓN

Corresponde a la empresa evaluar el riesgo de exposición en que se pueden encontrar las personas trabajadoras en cada una de las tareas diferenciadas que realizan y seguir las recomendaciones que sobre el particular emita el servicio de prevención, siguiendo las pautas y recomendaciones formuladas por las autoridades sanitarias.

Cualquier toma de decisión sobre las medidas preventivas a adoptar en cada empresa deberá basarse en información recabada mediante la evaluación de riesgo de exposición específica que se realizará siempre en consonancia con la información aportada por las autoridades sanitarias.

En nuestro caso los trabajadores estarían en una baja probabilidad de exposición porque no se puede acudir al centro con síntomas, además de que los trabajadores, ya están todos vacunados. Aún así se siguen adoptando todas las medidas de seguridad por el contacto directo con los pacientes.

5. DESARROLLO DEL PLAN

5.1. SITUACIÓN DE PARTIDA

Nuestra entidad cerró sus puertas en virtud de lo dispuesto en la Orden de 13 de Marzo de 2020 de la Consejería de Salud por la que se adoptaban medidas preventivas de salud pública en Andalucía como consecuencia de la situación del COVID-19.

Los trabajadores se incluyeron en un ERTE por fuerza mayor. Tras el primer estado de alarma se rescataron.

5.2. MEDIDAS Y ACCIONES A LLEVAR A CABO

Se analizarán las medidas de posible aplicación en diferentes escenarios probables, según las situaciones o escenarios de partida de las personas que se reincorporen a la actividad laboral.

Ante todo, se debe considerar que hay medidas que hasta que finalice el riesgo de transmisión de la pandemia en sí, deberán de seguir aplicándose, siendo principalmente las siguientes.

5.2.1 Medidas higiénicas básicas

Tienen como finalidad el prevenir el potencial riesgo de contaminación o contagio propio o ajeno, en el ámbito del trabajo.

- Información a los trabajadores de que deben **mantener distanciamiento social de 1,5 metros y reforzar las medidas de higiene personal** en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición. Se potenciará el uso de carteles y señalización que fomente las medidas de higiene.

- Información a los trabajadores de que la **higiene de manos es la medida principal de prevención** y control de la infección y que deben realizar periódicamente una higiene de ellas para la prevención y control de la infección.

- Información a los trabajadores de que deben adoptar **medidas de higiene respiratoria**:
    - Al toser o estornudar, taparse la boca y nariz con un pañuelo y desecharlo a un cubo de basura. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
    - Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
    - Después de haber tosido o estornudado y antes de tocarse la boca, la nariz o los ojos, lávese las manos de forma cuidadosa con agua y jabón durante al menos 20

segundos. Si no dispone de agua y jabón, utilice soluciones desinfectantes con alcohol para limpiárselas.

- **Es obligatorio el uso de mascarilla higiénica de barrera**.

- Debe ponerse a disposición de los trabajadores las **instrucciones y normas de prevención a aplicar** en el centro de trabajo.

- Se asegurará que los trabajadores tengan fácil acceso a **agua y jabón**, así como, papel desechable para secado y papeleras en los lugares de trabajo.

- Debería disponerse en los lugares de trabajo, en especial en los que exista atención al público, de cajas de **pañuelos desechables y contenedores para su eliminación**.

- Es **fundamental reforzar la limpieza y desinfección de lugares y equipos de trabajo**. Es crucial asegurar una correcta limpieza de las superficies y de los espacios. Estos virus se inactivan tras unos minutos de contacto con desinfectantes comunes, utilizando siempre dilución recién preparada o que se conserve en un reciente bien cerrado entre uso y uso.
    - La lejía y los productos de limpieza con efecto desinfectante (los que se utilizan habitualmente para la limpieza de cocinas y baños) son dos elementos básicos indispensables que cumplen la función de desinfectantes.
    - En especial deben desinfectarse con mayor frecuencia los elementos que deben se tocados por diferentes personas: manillas de las puertas, pantallas táctiles de uso no individual, baños, herramientas, etc… Independientemente de ello, se reforzará la instrucción del lavado de manos tras tocar estas superficies de uso multitudinario.
    - Se marcarán pautas para mantener una ventilación y renovación de aire adecuada. Se deben realizar tareas de ventilación periódica en las instalaciones y, como mínimo, de forma diaria.
    - Se debe revisar al menos diariamente el funcionamiento de dispensadores de jabón, gel desinfectante, papel desechable, etc., procediendo a reparar o sustituir aquellos que presenten averías. También se debe vigilar el funcionamiento y la limpieza de sanitarios y grifos de aseos.
    - Es conveniente reforzar las tareas de limpieza en todas las estancias, con especial incidencia en superficies, en particular aquellas que se tocan con más frecuencia como ventanas o pomos de puertas, así como todos los aparatos de uso habitual por parte de los empleados, mesas y ordenadores, etc.
    - En todo caso, se debe asegurar una correcta protección del personal encargado de la limpieza. Todas las tareas deben realizarse con mascarilla y guantes de un solo uso. Para las tareas de limpieza, es recomendable hacer uso de guantes de vinilo.
    - Una vez finalizada la limpieza, y tras despojarse de guantes y mascarilla, es necesario que el personal de limpieza realice una completa higiene de manos, con agua y jabón, de al menos 40-60 segundos.
    - Utilizaremos ozono como desinfectante además del resto de medidas, cuando no se encuentren los trabajadores en el centro.
    - Se colocarán purificadores de aire en todas las estancias del centro.
    - La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual.

5.2.2 Medidas técnicas. Distanciamiento interpersonal

Con la finalidad de reducir el riesgo de exposición al nivel más bajo posible, cualquier medida de protección debe garantizar que proteja adecuadamente al trabajador de aquellos riesgos para su salud o su seguridad que no puedan evitarse o limitarse suficientemente mediante la adopción de **medidas técnicas medidas organizativas y, en último lugar, medidas de protección individual**.

Ha de procurarse el **NO hacinamiento de las personas y el mantenimiento de las distancias interpersonales** de seguridad en todos los posibles "ejes de relación" (laterales, anterior y posterior. Para ello, como medidas generales:

- Se analizará la **distribución y organización espacial**.

- Debe propiciarse que durante toda la jornada se pueda conservar la norma de mantener siempre una distancia prudencial entre los trabajadores u otras personas (**1,5 metros**).

- Implementar las medidas necesarias para minimizar el contacto entre las personas trabajadoras y entre estas últimas y los usuarios que puedan concurrir en su lugar de trabajo.
    - La disposición de los puestos de trabajo, la organización de la circulación de personas y la distribución de espacios (mobiliario, estanterías, pasillos, etc.) en el centro de trabajo debe modificarse, en la medida de lo posible, con el objetivo de garantizar el mantenimiento de las distancias de seguridad de **1,5 metros**.
    - Disponer **de pantallas protectoras en las instancias que sean necesarias.**
    - Colocar **señales en el suelo**, con cinta adhesiva o similar, para asegurar que se respetan los 1,5 m. en lugares donde es previsible que pueda haber colas, MOSTRADOR DE RECEPCIÓN.

- Se debe beber agua embotellada exclusivamente. Cada trabajador debería llevar siempre consigo su **propia botella de agua**, o bien mantenerla identificada.

- En lo posible, **evitar compartir material de oficina y equipos** (especialmente en los casos en que no empleen guantes).
    - Cuando esto no sea posible, se desinfectarán los equipos tras cada utilización por cada trabajador.
    - No usar el auricular de los teléfonos fijos, sólo manos libres para evitar compartir auricular. En el caso de no disponer de manos libres, o teléfono móvil se seguirán las mismas pautas que con teclados, ratones…

- **Aseos**
    - Limitar el número de personas que pueden acceder al mismo de forma simultánea, facilitando el uso de hidrogeles desinfectantes.

- Se pondrá a disposición de los usuarios toallitas de papel desechable de fácil acceso.
- Las instalaciones de los aseos, deberán de ser desinfectados de forma periódica.

- El aforo máximo deberá permitir cumplir con las medidas extraordinarias dictadas por las autoridades sanitarias, concretamente con el requisito de distancias de seguridad (1,5 m).

- Se fomentará la habilitación de mecanismos de control de acceso en las entradas del centro. Este control de acceso debe garantizar el cumplimiento estricto del aforo máximo calculado para esta situación extraordinaria.

- Todo el público, incluido el que espera en el exterior del centro, debe guardar rigurosamente la distancia de seguridad.

- Se informará claramente a los usuarios sobre las medidas organizativas y sobre su obligación de cooperar en su cumplimiento.

5.2.3 Medidas organizativas

Se abordan en este apartado aquellas **medidas de organización/regulación de la actividad laboral** que pueda suponer la prevención del hacinamiento en las instalaciones:

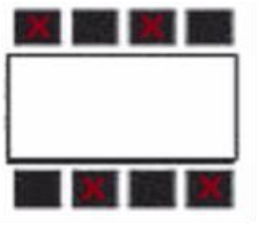
- Deben establecerse procedimientos de trabajo para reducir la duración, frecuencia e intensidad de la exposición al riesgo, identificando operaciones esenciales y eliminando retrasando el resto de operaciones.

- Organizar el trabajo de modo que se reduzca el número de trabajadores expuestos estableciendo reglas para evitar y reducir la frecuencia y el tipo de contacto de persona a persona.

- Utilización de teleconferencias (audio y video):

Siempre que sea posible nos ayudará a evitar los viajes y desplazamientos por reuniones y unido al teletrabajo, nos permitirá mantener una operatividad importante de nuestros equipos de trabajo desde sus hogares. Las Asambleas y reuniones se harán por videoconferencia.

- Cuando no sea posible, habrá que guardar la distribución de ocupación para las salas de reuniones.



- En general sería recomendable evitar o reducir cualquier tipo de viaje o desplazamiento.

- **Aprovisionamiento** de material de seguridad: mascarillas quirúrgicas, mascarillas FPP2 y guantes de protección.

- La forma óptima de prevenir la transmisión es usar una combinación de todas las medidas preventivas. La aplicación de una combinación de medidas de control puede proporcionar un grado adicional de protección.
- En cuanto a la utilización de guantes, ATENCIÓN a la falsa sensación de seguridad que pueden provocar si no se utilizan adecuadamente.
  - El guante de protección es una medida eficaz sólo si después de cada utilización se quita (siguiendo las normas incluidas al final de este documento) y se desecha. Si se lleva el guante de forma continuada hay que prestar atención a mientras se lleva puesto no tocar nada más que superficies y nunca a otras personas, y luego tirarlo siguiendo las normas de retirada de guantes y lavado de manos.

➢ **Información y formación sobre COVID-19**

- Se debe garantizar que todo el personal cuenta con una información actualizada sobre las medidas específicas que se implanten. Se potenciará el uso de carteles y señalización que fomente las medidas de higiene y prevención. Es importante subrayar la importancia de ir adaptando la información y la formación en función de las medidas que vaya actualizando el Ministerio de Sanidad, para lo cual se requiere un seguimiento continuo de las mismas.

5.2.4. Medidas de prevención del riesgo de difusión de la contaminación

- **Mediciones de temperatura corporal** a distancia en las incorporaciones al centro.

  En caso temperatura superior a 37,7 o presencia de síntomas (fiebre, tos o dificultad respiratoria), no se puede acceder al centro.

5.2.5. Medidas de actuación ante la "sospecha o activación" de un posible caso

En la situación actual, se seguirán dando nuevos casos probables de COVID-19, para lo que deberemos de seguir aplicando una serie de medidas, además de las indicadas con anterioridad.

➢ Cada trabajador debe observar su propio estado de salud ante la posible aparición de alguno de los siguientes síntomas: fiebre, tos, sensación de fiebre alta, dificultad respiratoria, sensación de falta de aire. En caso de que presente alguno de estos síntomas, comunicarlo a su inmediato superior y no acudirá al trabajo.

Cuando aparezcan síntomas sospechosos de posible infección tales como fiebre (superior a 37,7), tos o dificultad respiratoria, principalmente, durante la jornada de trabajo:

- Una vez evacuada la persona sospechosa de estar infectada, se procederá a la limpieza de la zona de trabajo en la que estuviera trabajando, especialmente las

superficies de trabajo y las herramientas, utensilios o dispositivos con los que estuviera trabajando en ese momento.

- Manejo de los contactos:
  - Contacto casual con caso posible, probable o confirmado de COVID-19. Continuará con la actividad laboral normal y se realizará vigilancia pasiva de aparición de síntomas.
  - Contacto estrecho con caso posible, probable o confirmado de COVID-19. Se retirará a la persona trabajadora de la actividad laboral y realizará cuarentena domiciliaria durante 10 días con vigilancia activa de los síntomas.

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN AL PACIENTE

- ADMISIÓN DE PACIENTES. CITAS, ACCESO AL CENTRO:

➢ **Cita previa:**

- La citación deberá ser siempre telefónica, evitando las citas presenciales.

- Durante la citación se preguntará a cada paciente si presenta síntomas compatibles con un posible contagio por COVID-19 o no. En caso afirmativo se le informará de que no puede acudir al centro.

- Durante el proceso de citación se informará a los pacientes de que:
  - Deben llegar puntualmente a la hora pactada (no mucho antes para evitar aglomeraciones en la sala de espera).
  - Deben aportar mascarilla propia y llevarla adecuadamente puesta (tanto el paciente como su acompañante).
  - Se les recordara que durante su estancia en el centro deben sentarse en sillas no contiguas y mantener una distancia mínima con otros pacientes / personal del centro de al menos 1,5metros.
  - Así mismo se les recordara que durante la estancia debe permanecer en las salas asignadas estando prohibido el tránsito por el centro, así como siendo obligatorio el empleo de las soluciones hidroalcohólicas dispuestas a la entrada.

- En la medida de lo posible se evitará la espera de pacientes en pasillos y se prohíbe el tránsito de los pacientes o acompañantes fuera de la sala asignada.

➢ **Acceso al centro. Recepción y salas de espera**

- La persona que se encuentre en recepción debe llevar mascarilla quirúrgica.

- Debe marcarse una línea de seguridad en el suelo y cartelería informativa en la zona del mostrador.

- Se calculará un aforo máximo de la sala de espera y se garantizará la distancia de 1,5 metros entre los asientos.

- Nada más entrar se le ofrecerá al paciente una dosis de gel hidroalcohólico para que se desinfecte las manos durante 20 segundos (frotándose bien las palmas de las manos y entre los dedos), y se le dotará de una mascarilla en el caso de que él no lleve la suya.

- Solicitar que se siente en la sala de espera y evite deambular por la clínica hasta que sea llamado.

- En la sala de espera:
    - Intentar dejar la sala de espera lo más despejada posible (eliminar floreros, posible cafetera, mesitas innecesarias, etc.).
    - Retirar todo tipo de revistas, libros, folletos informativos, posibles juegos de mesa, etc.
    - Retirar sillas al objeto de mantener las mínimas posibles y siempre guardando un espacio de seguridad de al menos 1,5 metros entre una y otra.

- **ATENCIÓN DE PACIENTES**

- Debe evitarse el desplazamiento del paciente dentro del Centro. Dado que todos los pacientes llevarán siempre colocada una mascarilla, el personal que lo acompañe deberá llevar también puesta al menos una mascarilla quirúrgica.

- No es necesario el uso de cubrezapatos puesto que habrá una alfombra desinfectante en la entrada.

- Limitar al máximo aparatología y material encima de los muebles para facilitar la posterior limpieza y desinfección de superficies.

- Se pondrá a disposición de los pacientes gel hidroalcohólico para el lavado de manos.

- **GESTIÓN DE RESIDUOS**

Los residuos generados en la atención del paciente no contaminado ni en estudio se podrán eliminar de la misma forma que se eliminan los residuos habituales.

7. SEGUIMIENTO DEL PLAN

Para el desarrollo del Plan, análisis, implantación de medidas, seguimiento, etc., la entidad designará una persona de la dirección para realizar la coordinación de las actividades excepcionales de prevención durante la crisis del Covid-19, que sea punto de referencia para el conjunto de los/las trabajadores/as de la empresa.

8. VIGENCIA Y ACTUALIZACIÓN DEL PLAN

La vigencia del presente plan se extiende hasta que finalice la pandemia.

ANEXOS

- **Infografía informativa. Buenas prácticas de prevención frente al COVID-19**
- **Infografías informativas. Higiene de manos**
- **Infografías informativas. Utilización correcta Equipos Protección Individual**
- **Guía protección personal**

quirónprevención

BUENAS PRÁCTICAS EN LA PREVENCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)

EN CASO DE SUFRIR UNA INFECCIÓN RESPIRATORIA, EVITA EL CONTACTO CERCANO CON OTRAS PERSONAS

EVITA TOCARTE LOS OJOS, NARIZ Y LA BOCA

LAVATE LAS MANOS FRECUENTEMENTE CON AGUA Y JABÓN

AL TOSER O ESTORNUDAR, CÚBRETE LA BOCA Y LA NARIZ CON EL CODO FLEXIONADO O CON UN PAÑUELO DESECHABLE

SI NOTAS SÍNTOMAS DE FIEBRE, TOS O FALTA DE AIRE, CONTACTA CON EL 112/061

REDUCE EL RIESGO DE CONTAGIO

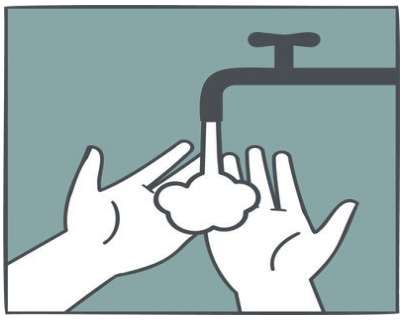
www.quironprevencion.com

FUERA DE CASA Y EN EL TRABAJO
Procura no tocar superficies y cuando lo hagas lávate bien las manos con agua y jabón
La limpieza adecuada y frecuente de manos es más eficaz que el uso de guantes
Evita tocarte ojos, boca o nariz
Mantén la distancia de seguridad de 1.5 metros
Si usas coche, límpialo frecuentemente, sobre todo las superficies que más se tocan.

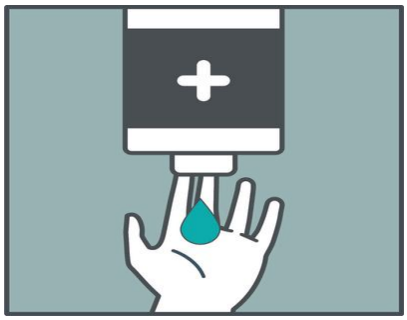
AL LLEGAR A CASA
Quítate los zapatos y déjalos cerca de la puerta
Lávate las manos con agua y jabón.
Separa los objetos que no necesites en casa (llaves o cartera) y déjalos en una caja cerca de la puerta.
Desinfecta los otros objetos que hayas usado fuera (móvil o gafas),usa pañuelos desechables o solución alcohólica o agua y jabón.
Si has estado en un ambiente cerrado con más personas de manera continuada, separa en una bolsa la ropa que hayas usado sin sacudirla. Ciérrala y no la saques hasta volver a salir o hasta lavarla con agua caliente. Sécala bien. Lávate bien las manos antes de manipularla

BUENAS PRÁCTICAS EN LA PREVENCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)

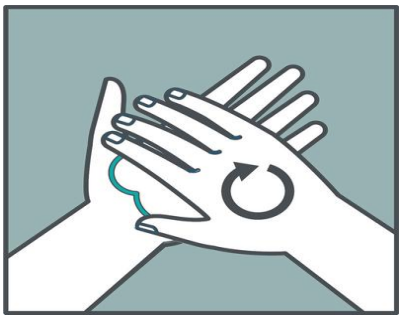
Sigue estos pasos durante el lavado de manos:



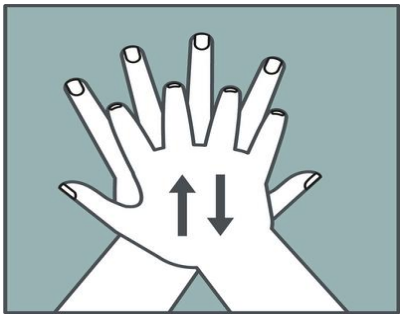
Mójate las manos



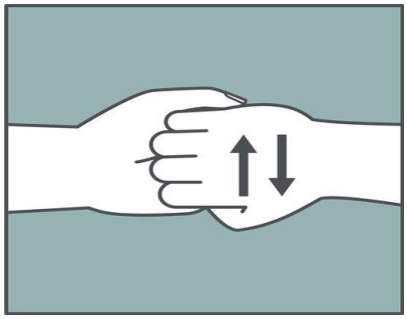
Deposita la cantidad suficiente de jabón en las palmas



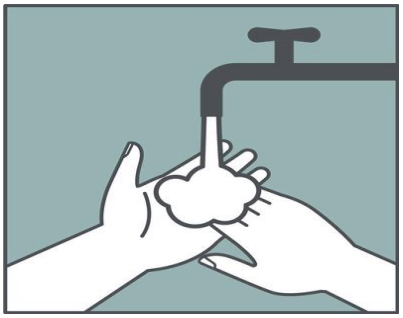
Frótate las palmas de las manos



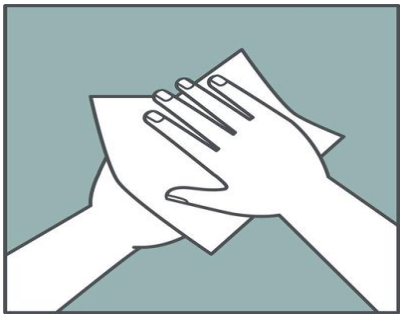
Frótate las palmas con los dedos entrelazados



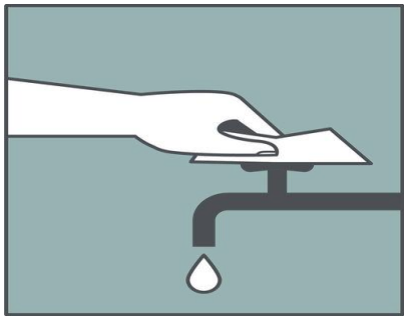
Frótate los dedos de una mano con la palma de la opuesta



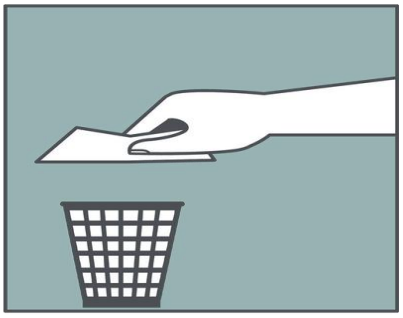
Enjuágate las manos con agua



Sécate las manos con una toalla desechable



Usa la misma toalla para cerrar el grifo



Tira la toalla a la basura

Cómo ponerse y quitarse adecuadamente un respirador desechable

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

Si ha usado con anterioridad un respirador que le ha ajustado bien, use el mismo tamaño, modelo y la misma marca.

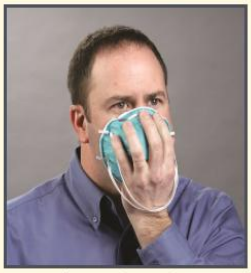
Revise si el respirador está en buenas condiciones. Si el respirador parece estar dañado, NO LO USE. Reemplácelo con uno nuevo.

Evite que haya vello facial, hebras de cabello, joyas, lentes, prendas de vestir o cualquier otra cosa entre el respirador y su cara o que esté previniendo la colocación adecuada del respirador.

Siga las instrucciones que vienen con el respirador.[1]

Colocación del respirador

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



Agarre el respirador en la palma de la mano (con la mano ahuecada), 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.

La banda superior (en respiradores de banda única o doble banda) 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!

Coloque la punta de los dedos de ambas manos en la parte superior del gancho de metal que cubr 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[2]

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

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.

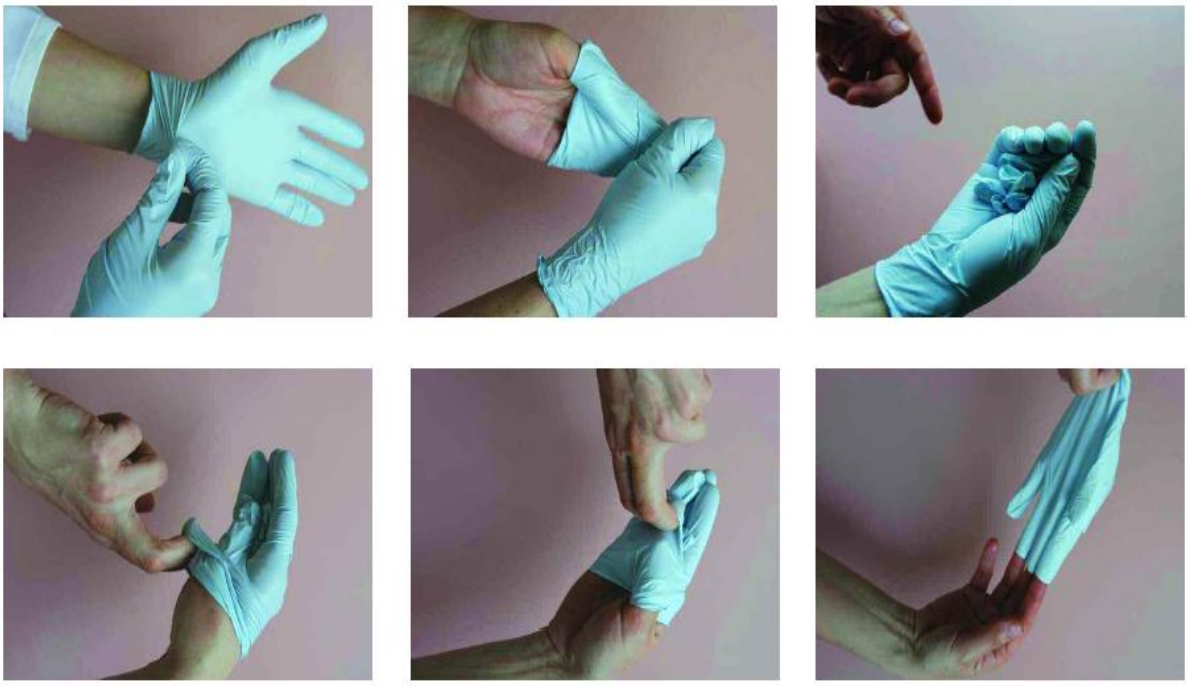
Si el aire se filtra alrededor de la nariz, reajuste la pieza de la nariz según lo indicado. Si el aire se filtra por los lados de la mascarilla, reajuste las bandas a lo largo de la cabeza hasta que obtenga un ajuste adecuado.

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

Para quitarse el respirador

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

Quítese el respirador halando la banda inferior sobre la parte de atrás de la cabeza sin tocar el respirador y haciendo lo mismo con la banda superior.

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

RETIRADA DE LOS GUANTES