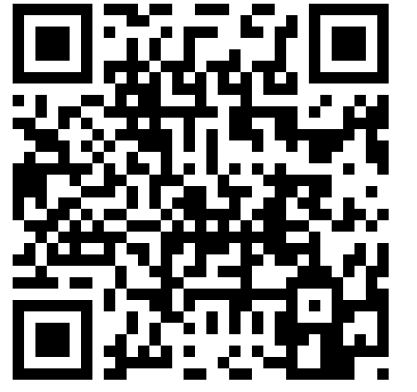


CÓMO USAR SU RESPIRADOR N95®

Use correctamente su respirador N95® para que sea efectivo

- Su respirador N95 puede ayudar a protegerlo contra el polvo, el humo de los incendios forestales y enfermedades que se propagan por el aire, como la influenza y COVID-19.
- Un buen sellado es muy importante para que los respiradores N95 funcionen correctamente.
- Si debe usar un respirador en el trabajo, hable con su empleador sobre los requisitos de seguridad adicionales.



Escanee el código QR para un tutorial en video

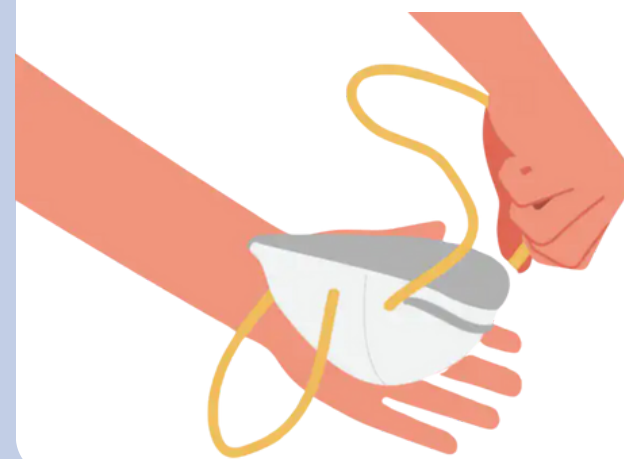
1 Lávese las manos

Es mejor ponerse su respirador N95 con las manos limpias y secas.



2 Revise su respirador N95

Siempre inspeccione el respirador N95 en busca de daños antes de usarlo. Si parece dañado, sucio o húmedo, no lo use.



3 Póngase el respirador N95

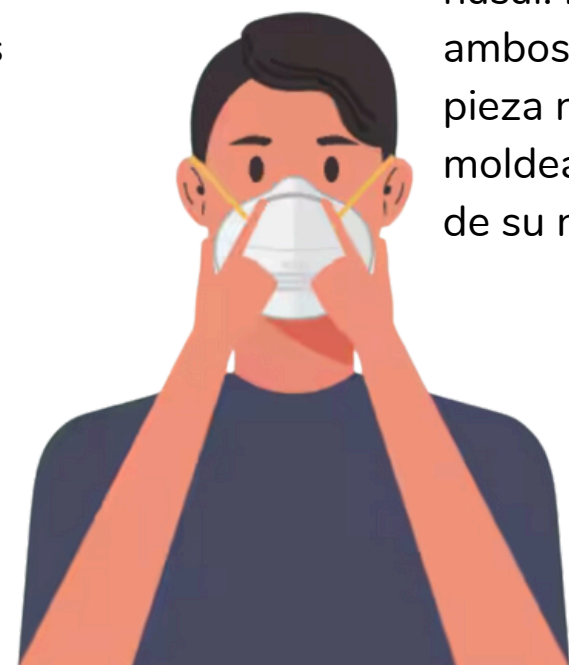
Coloque el respirador N95 debajo de su barbilla con la pieza nasal en la parte superior.



Tire de la correa superior sobre su cabeza, colocándola cerca de la coronilla. Luego, tire de la correa inferior y colóquela en la parte posterior de su cuello, debajo de las orejas. No cruce las correas. Asegúrese de que las correas estén planas y no estén torcidas.



Coloque las yemas de los dedos de ambas manos en la parte superior de la pieza nasal. Presione ambos lados de la pieza nasal para moldearla a la forma de su nariz.



4 Mantenga ajustado su respirador N95



Para asegurar que su respirador N95 funcione efectivamente, debe sellarse firmemente contra su cara.

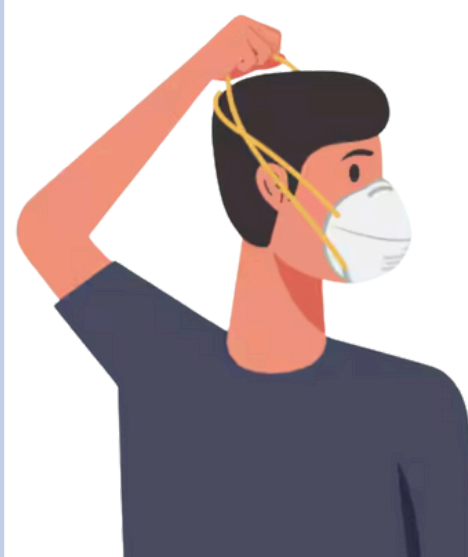
Afeitarse completamente mejora significativamente el sellado.

Para verificar si hay brechas, cubra el respirador N95 con las manos sin presionar y exhale suavemente. Si el aire escapa o se empañan los anteojos, no está ajustado correctamente. Ajuste y vuelva a intentarlo. Si no puede lograr un sellado hermético, pruebe con una talla o estilo diferente. Verifique la presencia de brechas cada vez que lo use.



5 Quitese el respirador N95

Después de quitarse su N95, lávese las manos con agua y jabón o con desinfectante de manos.



Adaptado de CDC/NIOSH "Cómo usar su respirador N95"
Versión mayo 2023