



Monografías de Salud:

Medidas de protección para personal de salud ante enfermedades respiratorias

Cubre bocas, mascarilla o respirador

- ⇒ Es un dispositivo de protección personal que se usa en la cara y **debe cubrir al menos la nariz y la boca**
- ⇒ El objetivo es lograr un **sellado adecuado** de la cara
- ⇒ Se usa para **reducir el riesgo** del usuario **de inhalar o exhalar partículas peli-grosas** que puedan transmitirse por el aire, como microbios, gases o vapores
- ⇒ La vida promedio de un cubrebocas es de 5 horas, aunque se retira antes si se rompe, si se bajó al cuello, si está húmedo, o cada vez que se explore a un paciente



Recuerda que

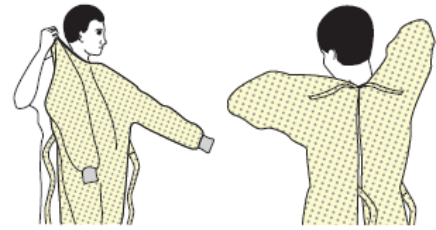
- ⇒ Al retirarlo **no lo dejes sobre una superficie** o mueble, porque contaminará el área
- ⇒ Si tocaste la mascarilla, **debe de inmediato, lavarse las manos con agua y jabón**
- ⇒ El cubrebocas **no se reutiliza; evita colocarlo en las bolsas de tu vestimen-ta**
- ⇒ **Se desecha en un contenedor adecuado, con tapa.** No lo tires en cualquier bote de basura



Protección personal adecuada

1. Bata

- ⇒ Cubre completamente el torso desde el cuello hasta las rodillas, los brazos hasta el final de las muñecas y abrocha los cintos correspondientes a la nuca y la cintura



2. Cubrebocas o mascarilla

- ⇒ Asegura que las bandas del cubrebocas estén bien ajustadas en la cabeza y el cuello, y que cubran la totalidad de la boca y nariz para que selle perfectamente



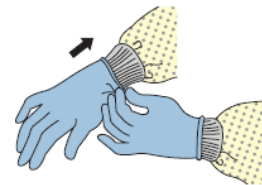
3. Gafas, lentes o careta

- ⇒ Colócalos sobre la cara y los ojos y ajústalos con los cintos correspondientes



4. Guantes

- ⇒ Aplícalos de modo que cubran la muñeca de la bata



Utiliza prácticas seguras en tu trabajo para protegerte a ti y los tuyos, y limitar la contaminación o transmisión de microbios patógenos

Como retirar la protección personal

