

Lo que los trabajadores necesitan saber sobre la gripe pandémica

Respiradores: Una manera para proteger a los trabajadores contra la gripe pandémica

¿Cómo se propaga el virus de la gripe pandémica en el lugar de trabajo?

Los trabajadores pueden contraer el virus de la gripe pandémica al respirar partículas pequeñas (pedacitos muy pequeños de materia) que contiene el virus. Estas partículas se propagan por medio del aire, cuando una persona que tiene el virus tose, estornuda o habla. Los trabajadores pueden respirar estas partículas adentro de los pulmones e infectarse con el virus.

¿Qué son “respiradores contra partículas”?

Los trabajadores pueden usar respiradores para asegurarse de que no respiren estas partículas y prevenir que se infecten con el virus. El tipo de respirador que los trabajadores deben usar se llama un *respirador contra partículas*. Las mascarillas quirúrgicas (como los que usan los doctores para prevenir que su saliva haga contacto con el paciente) no protegen a los trabajadores. Los empleadores deben seguir todas las reglas en la Norma de Protección Respiratoria de OSHA antes de dar un respirador a los trabajadores. Estas reglas se explican a continuación.

¿Cómo funciona un respirador contra partículas?

Un respirador contra partículas protege a los trabajadores al filtrar las partículas que están en el aire. Estas partículas pueden tener el virus de la gripe. Los respiradores deben tener un sellado ajustado alrededor de la nariz,

boca y cara, para que trabajen correctamente. De esta manera, cuando un trabajador respire, el aire es jalado por los filtros antes de entrar a los pulmones del trabajador.

¿Se puede usar cualquier tipo de respirador en el lugar de trabajo?

El Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH, por sus siglas en inglés) es una agencia del gobierno federal. NIOSH tiene la responsabilidad de probar y certificar todos los respiradores usados en los lugares de trabajo en los Estados Unidos. Según la norma de respiradores de OSHA, solamente los respiradores certificados por NIOSH pueden ser usados por los trabajadores.

Las mascarillas quirúrgicas no son respiradores. Una mascarilla quirúrgica no da ninguna protección a los trabajadores contra la respiración de partículas. Estas mascarillas no tienen un sello ajustado alrededor de la nariz, boca y cara. Las partículas que contienen el virus de la gripe pueden entrar fácilmente por los huecos entre la mascarilla y la cara y entrar a los pulmones. También, el material usado en las mascarillas quirúrgicas no está hecho para filtrar partículas pequeñas. Las mascarillas quirúrgicas no son certificadas por NIOSH como respiradores. OSHA no las permite para ser usadas en el lugar de trabajo, para proteger a los trabajadores contra respirar sustancias químicas o partículas. **¡Nunca debe usar las mascarillas quirúrgicas para prevenir que los trabajadores respiren las partículas del virus de la gripe!**

¿Existen diferentes tipos de respiradores contra partículas?

Hay tres tipos de respiradores contra partículas que funcionarán para proteger a los trabajadores contra respirar el virus de la gripe pandémica:

- **Respirador-filtro desechable con pieza facial:** Se pueden usar estos respiradores una vez y luego se deben botar.

- **Respiradores reusables elastoméricos:** Se pueden usar de nuevo estos respiradores después de limpiar, desinfectar y reponer los filtros usados.
- **Respiradores purificadores de aire de tipo forzado (PAPR, por sus siglas en inglés):** Estos respiradores usan una batería para jalar el aire contaminado por el filtro. Se pueden usar de nuevo después de limpiar, desinfectar y reponer los filtros usados.

Cada uno de estos respiradores contra partículas tiene un factor de protección asignado, según su habilidad de filtrar partículas pequeñas: 95%, 99% y 100%. Los filtros también tienen un factor de protección según su resistencia al aceite: “N” (no resistente), “R” (algo resistente) y “P” (resistente al aceite).

¿Tiene OSHA algunos lineamientos acerca de escoger un respirador contra partículas para proteger a los trabajadores del virus de la gripe pandémica?

OSHA tiene las siguientes recomendaciones para escoger un respirador contra partículas:

- Escoja respiradores con un factor de protección “N95” o más alto, para trabajadores de “alto riesgo”, como los trabajadores del sector de salud y los que responden a emergencias.
- Use un respirador purificador de aire de tipo forzado (PAPR, por sus siglas en inglés) si los trabajadores del sector de salud tienen que insertar un instrumento en las vías respiratorias del paciente (por ejemplo: para hacer un broncoscopio o intubación).
- Considere usar respiradores, si los trabajadores tienen mucho contacto con el público en el trabajo (como en las escuelas, lugares de trabajo congestionados y tiendas muy frecuentadas). Esto es sumamente importante, si hay contacto cercano con las personas que puedan tener la gripe pandémica.

NOTE que la AFL-CIO recomienda usar respiradores contra partículas con más protección, para los trabajadores de alto riesgo (como los trabajadores del sector de salud y los que respondan a emergencias). La AFL-CIO recomienda respiradores con filtros P100 con un sellado de la pieza facial elastomérica (como de hule) o un respirador purificador de aire de tipo forzado (PAPR, por sus siglas en inglés) con filtros que tienen un factor de protección alto para filtrar las partículas pequeñas.

¿Qué requiere el Programa de Protección Respiratoria de OSHA?

Cuando es un requisito que los trabajadores usen un respirador, OSHA requiere que los empleadores tengan un programa de protección respiratoria, según la Norma de Protección Respiratoria de OSHA 1910.134. Esta norma requiere que los empleadores:

- Traten de usar “**controles de ingeniería**” (como sistemas portátiles de ventilación, protectores plásticos contra estornudos y cuartos especiales para trabajadores infectados) antes de usar respiradores. Los controles de ingeniería son la manera más eficaz para proteger a los trabajadores de respirar el virus.
- Desarrolle un **programa por escrito de protección respiratoria** e identifique una persona que va a estar encargada del programa.
- Dé respiradores, capacitación y exámenes médicos, **sin ningún costo** para los trabajadores.
- Solamente dé respiradores que son certificados por **NIOSH** a los trabajadores. Las mascarillas quirúrgicas no pueden ser usadas porque no van a proteger a los trabajadores de respirar el virus de la gripe pandémica.
- Escoja respiradores que van a proteger a los trabajadores del tipo de peligro al que se enfrentan. En el caso del virus de la gripe pandémica, esto sería un **respirador contra partículas**.

- Dé un **examen médico** a todos los trabajadores, para asegurarse de que puedan usar un respirador. Se tiene que dar una **recomendación escrita** a los trabajadores, del doctor o enfermera, que diga que pueden usar un respirador.
- Haga una **prueba de ajuste** a los trabajadores, para asegurarse de que el respirador les quede y tenga un buen sello alrededor de la cara. La prueba de ajuste es un requisito cuando se entrega el respirador por primera vez y **cada año** después de eso.
- Asegúrese de que los trabajadores no tengan barbas o cabello facial o cualquier otra condición que pueda evitar un buen sello en el respirador.
- Dé **capacitación** e información a los trabajadores **antes** de usar un respirador y **cada año** después de eso. Esta capacitación incluye:
 - Usos y limitaciones de los respiradores.
 - Cómo inspeccionar un respirador.
 - Cómo poner y quitar el respirador.
 - Cómo hacer una verificación de ajuste para asegurarse de que el respirador tenga un buen sello.
- Haga una **evaluación del programa** para asegurarse de que el programa escrito de protección respiratoria está funcionando bien. Esta evaluación incluye entrevistas con trabajadores, para asegurarse de que estén usando el respirador de la manera correcta.
- **Mantenga registros** como exámenes médicos, resultados de pruebas de ajuste y una copia del programa escrito de protección respiratoria actual. Estos registros deben estar disponibles a los trabajadores cuando los pidan.

Éstos son los puntos clave:

- Los trabajadores pueden contraer el virus de la gripe pandémica al respirar las pequeñas partículas que contienen el virus.

- Los respiradores contra partículas son el único tipo de respirador que puede proteger a los trabajadores del virus de la gripe pandémica.
- OSHA requiere que todos los empleadores sigan las reglas en su Norma de Protección Respiratoria, si los trabajadores usan respiradores.