

	<b>FORMATO PLAN DE LECCIÓN</b>	CÓDIGO: PRE-FOR-001
		FECHA: 30/03/2020
		VERSIÓN: 001

**NOMBRE DE LA LECCIÓN: MASCARILLA N95**

<b>DURACIÓN</b>	30 Minutos
<b>OBJETIVO GENERAL</b>	Dar a conocer a todo el personal de la empresa las especificación y el correcto uso de la Mascarilla N95
<b>MATERIALES Y EQUIPOS</b>	Computador, proyector, afiches o imágenes de la Mascarilla N95 Una Mascarilla N95
<b>COMENTARIOS</b>	Ministerio de Salud y Protección Social - Lineamientos generales para el uso de tapabocas convencional y máscaras de alta eficiencia Resolución 000666 de 2020.

<b>CONTENIDOS DE LA LECCIÓN</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mascarilla N95</li> <li>- Como se debe usar</li> </ul>	
<b>RESULTADOS DE APRENDIZAJE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- El participante podrá identificar las técnicas para poner y retirar la mascarilla N95</li> </ul>	
<b>ESTRUCTURA METODOLÓGICA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Socializar contenidos teóricos</li> <li>- Realizar actividad gráfica y practica</li> </ul>	
<b>EVALUACIÓN</b>	

### **Máscara de alta eficiencia (FFP2) o N95:**

Están diseñados específicamente para proporcionar protección respiratoria al crear un sello hermético contra la piel y no permitir que pasen partículas (< 5 micras) que se encuentran en el aire, entre ellas, patógenos como virus y bacterias. La designación N95 indica que el respirador filtra al menos el 95% de las partículas que se encuentran en el aire.

### **COMO SE DEBE USAR LA MASCARILLA DE ALTA EFICIENCIA o RESPIRADOR N95 O FFP2.**

- Se puede usar un respirador por un período de aproximadamente ocho horas continuas (puede variar según las especificaciones del fabricante), siempre y cuando el operador no toque su superficie con la mano y se realicen controles de sellado en forma reiterada, para verificar que funciona adecuadamente.
  - También se utilizarán medidas de protección adicionales (escudo facial) si se prevé que la posibilidad de exposición a gotitas es alta.
  - Los respiradores se eliminarán cuando se hayan utilizado para un procedimiento con alta probabilidad de generar aerosoles; se encuentran visiblemente contaminados con cualquier fluido corporal;
  - El control del sellado resulta insatisfactorio, o se presenta un incremento significativo en la resistencia al esfuerzo respiratorio.
- 
- ✓ Lávese las manos antes de colocarse el respirador N95 o FFP2.
  - ✓ Coloque el respirador en la mano con la pieza nasal situada en la zona de las yemas de los dedos; las cintas ajustables deberán colgar a ambos lados de la mano.
  - ✓ Coloque el respirador bajo el mentón, con la pieza nasal en la parte superior.
  - ✓ Tire de la cinta superior, pasándola sobre la cabeza, y colóquela en la zona alta de la parte posterior de la cabeza. Tire de la cinta inferior, pasándola sobre la cabeza, y colóquela debajo de la anterior, situándola a ambos lados del cuello, por debajo de las orejas.
  - ✓ Ponga las yemas de los dedos de ambas manos en la parte superior de la pieza nasal, moldeándola al contorno de la nariz utilizando dos dedos de cada mano por cada costado. El objetivo es adaptar la pieza nasal del respirador al contorno de la nariz (si solo se pellizca la pieza nasal con una mano, es posible que el desempeño del respirador se afecte). Asegúrese de que no haya elementos extraños que puedan interferir en el ajuste del respirador a la cara (vello de la barba, por ejemplo).
  - ✓ Cubra la parte frontal del respirador con ambas manos sin modificar su posición en la cara.
    - a) Control de sellado positivo: espire con fuerza. Si el respirador está sellado correctamente sobre la cara, no se percibirá fuga de aire. De lo contrario, ajuste la posición del respirador y la tensión de los tirantes nuevamente.
    - b) Control de sellado negativo: inhale con fuerza. Si el sellado es adecuado, la presión negativa generada debe provocar que el respirador colapse sobre la cara. En caso contrario, ajuste la posición del respirador y la tensión de los tirantes nuevamente.

- ✓ Para el retiro se debe sujetar las cintas y retirar teniendo cuidado con no tocar la superficie anterior, con el fin de no contaminarse.
- ✓ Desecharlo a un contenedor con tapa.
- ✓ Inmediatamente después del retiro del tapabocas realice lavado de manos con agua y jabón.
- ✓ El respirador N95 o FFP2 se debe mantener en su empaque original si no se va a utilizar o en bolsas selladas, no se recomienda guardarlos sin empaque en el bolso, o bolsillos sin la protección por que se pueden contaminar, romper o dañar y perder su forma lo que puede dañar el selle.

MASCARILLA  
N95



Coloque el respirador bajo el mentón, con el clip nasal en la parte superior.

Tire de la cinta superior, pásela sobre la cabeza y colóquela en la zona alta de la parte posterior de la cabeza.

#QuédateEnCasa

COLOQUE  
EL RESPIRADOR

Tire de la cinta inferior, pásela sobre la cabeza y colóquela debajo de la anterior, situándola a ambos lados del cuello, por debajo de las orejas.

Ponga las yemas de los dedos de ambas manos en la parte superior de la pieza nasal

### Moldee la mascarilla

de modo que se adapte a la forma de la nariz. Si solo se pellizca la pieza nasal con una mano, es posible que el desempeño del respirador sea menor.



### Control de sellado positivo del respirador N95/FFP.

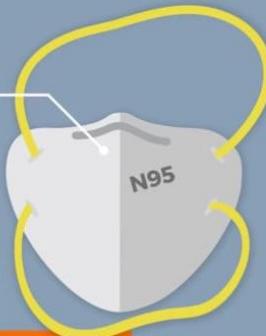
Espire con fuerza. Presión positiva dentro del respirador = ninguna fuga. Si hay alguna fuga, ajuste la posición y la tensión de las cintas.



### Control de sellado positivo

Vuelva a comprobar el sellado y repita los pasos hasta que el sellado del respirador sea adecuado.

Inhale profundamente. Si no hay ninguna fuga, la presión negativa hará que el respirador se pegue a la cara.



Una fuga hará que se pierda la presión negativa en el respirador, debido al aire que entra por los puntos sin sellado.

### Control de sellado negativo



Para quitarse el N95, inicie retirando las tiras por encima de la cabeza sin tocar la parte interna ó externa de la máscara. Deséchalo en la caneca con bolsa roja e inmediatamente deben lavarse las manos con agua y jabón.



➤ <https://www.youtube.com/watch?v=Ti7BaYuRsxc&feature=youtu.be>

	<b>FORMATO PLAN DE LECCIÓN</b>	CÓDIGO: PRE-FOR-001
		FECHA: 30/03/2020
		VERSIÓN: 001

<b>ACTIVIDAD LUDICA</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Se realizara capacitacion con un grupo maximo de 10 personas manteniendo un distanciamiento de 2 metros entre ellos.</li> <li>✓ El capacitador va disponer de afiches o imágenes sobre el tema</li> <li>✓ Seria muy complemetario desarrollar la actividad con un video de 2 minutos donde se observan las tecnicas para poner y retirar la mascarilla  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Ti7BaYuRsrc&amp;feature=youtu.be">https://www.youtube.com/watch?v=Ti7BaYuRsrc&amp;feature=youtu.be</a></li> <li>✓ Otra idea seria conseguir la mascarilla N95. El capacitador en frente de los asistentes realizara el ejercicio practico de como poner y retirar el tapabocas.</li> </ul>