

Respiradores y el Sello

Unos 10 minutos para presentarla

Un respirador que no sella es un objeto de consuelo. Prueba de ajuste, evaluación médica, barba, y la revisión que se hace cada vez.

El aire toma el camino fácil. Si hay una rendija entre la mascarilla y su cara, de ahí viene su aire — no del filtro.

TRES COSAS ANTES DE PONÉRSELO

1910.134 exige las tres, en este orden, antes de que un respirador obligatorio le toque la cara:

- Evaluación médica. Usar respirador carga el corazón y los pulmones. El cuestionario es confidencial y va a un profesional de la salud, no a su supervisor.
- Prueba de ajuste, en la marca, el modelo y la talla exactos que va a usar. Se repite por lo menos cada año, y de nuevo después de cualquier cosa que le cambie la cara — cambio de peso importante, trabajo dental, cirugía, cicatrices.
- Capacitación sobre cómo ponérselo, quitárselo, limpiarlo, guardarlo, y cuándo cambiar cartuchos.

LA BARBA

Cualquier vello que cruce la superficie de sello rompe el sello. No "casi sella" — lo rompe. Una barba de un día ya deja pasar aire medible. Una barba no se puede probar en ajuste ni pasa una revisión de sello, y si alguien no se puede rasurar por motivos religiosos, 1910.134 espera que el empleador le dé otro tipo de respirador — una capucha de aire forzado, que no depende de un sello — y no que use una mascarilla que no funciona.

LA REVISIÓN DE SELLO, CADA VEZ

Diez segundos, cada vez que se lo pone:

- Presión positiva: tape la válvula de exhalación y exhale suave. La mascarilla debe inflarse un poco y mantenerse.
- Presión negativa: tape los cartuchos e inhale suave. Debe colapsarse hacia su cara y quedarse.
- Si alguna falla, reacomode las bandas e intente otra vez. Si sigue fallando, esa mascarilla no es la correcta para su cara hoy.

EL CARTUCHO CORRECTO

Un filtro de partículas no sirve contra vapor de solvente. Un cartucho de vapores orgánicos no sirve contra polvo. Escoja según lo que hay en el aire, y cámbielo a tiempo — si huele o saborea el contaminante, o si le cuesta más respirar, ya se pasó.

LO QUE UN RESPIRADOR NO PUEDE HACER

Ninguno fabrica oxígeno. Los purificadores de aire no sirven de nada en un espacio confinado con poco oxígeno ni en una atmósfera IDLH. Eso es aire suministrado, y es otro plan completamente distinto.

PREGUNTE A LA CUADRILLA

- ¿Todos los que van a usar respirador hoy tienen prueba de ajuste en esa mascarilla?
- ¿A alguien le falla la revisión de sello esta mañana?
- ¿Sabemos qué hay en el aire, o estamos adivinando el cartucho?

29 CFR 1910.134

Esta es una charla de seguridad, no un curso. Es información general de concientización sobre un solo tema — no es específica de su sitio, no es una evaluación de peligros, y no sustituye la evaluación de su lugar de trabajo por una persona competente, sus programas escritos ni las instrucciones del fabricante. Por sí sola no cumple ningún requisito de capacitación de OSHA. Las normas cambian; verifique contra la norma vigente. Quien la presente es responsable de decidir que sea adecuada y suficiente para el trabajo. Cuando una charla trata primeros auxilios, reanimación o salud mental, es información general de seguridad, no consejo médico, no sustituye la atención médica profesional ni la capacitación certificada en respuesta a emergencias, y no otorga ninguna certificación — en una emergencia, llame al 911. Libre de imprimir y usar, tal cual, sin garantía de ningún tipo. Migna Safety Solutions · training.mignasafetysolutions.com

v2026-09-08 · <https://training.mignasafetysolutions.com/toolbox-talks/respiradores-y-el-sello>

REGISTRO DE ASISTENCIA

Respiradores y el Sello

Unos 10 minutos para presentarla · 29 CFR 1910.134

Fecha

Obra / sitio

Presentada por

Empresa

#	Nombre en letra de molde	Firma	Fecha
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			

Presenté esta charla y determiné que era adecuada para esta cuadrilla y este trabajo.

Formato proporcionado por Migna Safety Solutions · v2026-09-08 · <https://training.mignasafetysolutions.com/toolbox-talks/respiradores-y-el-sello>

Conserve esta hoja con sus registros de capacitación. Migna Safety Solutions proporciona este formato en blanco — no presentamos esta sesión, no estuvimos presentes, y no hacemos ninguna declaración sobre lo que se dijo ni sobre quién asistió. Una charla de seguridad es información general de concientización sobre un solo tema y por sí sola no cumple ningún requisito de capacitación de OSHA. El empleador sigue siendo responsable de la evaluación de peligros específica del sitio y de la capacitación que sus trabajadores deben recibir. Cuando una charla trata primeros auxilios, reanimación o salud mental, es información general de seguridad, no consejo médico, y no otorga ninguna certificación — en una emergencia, llame al 911. Libre de imprimir y usar, tal cual, sin garantía de ningún tipo. training.mignasafetysolutions.com