



## **¡SUS PULMONES TIENEN UN ASPECTO TERRIBLE!**

*¿Alguna vez le ha preguntado un médico por qué tose tanto? O, ¿por qué fuma tanto? O, ¿por qué su voz es tan ronca? Tal vez sea porque cree que pudiese tener cáncer a la garganta o los pulmones. Si usted trabaja en construcción, es muy probable que esté respirando grandes cantidades de polvo, suciedad, vapores de combustible, vapores de pintura, etc. Y existe también una gran posibilidad de que tenga una o más enfermedades respiratorias. ¿Qué ocurrió? ¿Cuándo ocurrió? ¿Por qué ocurrió?*

Hace varios años, la OSHA federal amplió la **Norma de Protección Respiratoria (Subparte I de OSHA – Equipo de Protección Personal - 1910.134, con los APÉNDICES A—D)**.

**Esta Norma es aplicable a casi todos los trabajadores** de la industria de la construcción, pero muchos de nosotros hacemos caso omiso. No nos damos cuenta de que no tenemos pulmones perfectos y pensamos que no existe nada malo con nuestro sistema respiratorio.

**Si esta Norma de Protección Respiratoria** hubiese estado vigente entre los años de 1920 y 1950, se hubiese descubierto que más del 50% de los mineros de carbón de Pennsylvania, Ohio, West Virginia, Kentucky y los estados adyacentes, padecían de **ANTRACOSIS PULMONAR** (la cual era cáncer a los pulmones y al sistema respiratorio completo). Estos hombres morían jóvenes, la mayoría de ellos entre los treinta y cuarenta años de edad. Eso es triste.

**La Norma de Equipos de Protección Personal de OSHA (1910.134)** exige que la mayoría de nosotros usemos algún tipo de máscara respiratoria mientras aserramos, cincelamos, molemos, lijamos, excavamos, pintamos, instalamos aislamientos, mezclamos cemento, trabajamos en espacios reducidos, y cientos de otros tipos de actividades de la construcción. ¿POR QUÉ? Porque estamos inhalando vapores que están dañando nuestros pulmones y el sistema respiratorio completo y que ponen en riesgo nuestra vida.

**Antes de que muchos de nosotros llegemos a los cuarenta años de edad**, si bien es cierto que no padeceremos de **ANTRACOSIS PULMONAR**, tendremos otro tipo de enfermedad respiratoria. Nos causará incapacidad, amenazará nuestra vida y, en consecuencia, reducirá nuestro tiempo de vida.

### **A continuación se presenta un resumen de los Requisitos de la Norma de Protección Respiratoria 1910.134: PRUEBAS DE CAPACIDAD**

- Son realizadas por un técnico calificado.
- Verifica los niveles de sabor y olor.
- Determina el tamaño de respirador que debe usar.
- Determina qué tipo de “cartucho” necesita usar para eliminar ciertos contaminantes respiratorios.
- Proporciona protocolos respiratorios de uso / almacenamiento / inspección.

## **CUESTIONARIO MÉDICO**

- Formulario diseñado por OSHA (150 preguntas sobre sus antecedentes respiratorios)
- Forma parte de sus registros de salud confidenciales
- Requisitos con respecto a la necesidad de efectuar una radiografía del tórax.
- Cuestionario con relación a antecedentes familiares en cuanto a problemas respiratorios (tos de fumador, cáncer a la garganta, etc.).
- Podría resultar en su habilidad para trabajar en ciertos oficios de construcción (espacios reducidos, rociar las malezas, pintar, etc.).

## **CUÁNDO SE DEBE USAR LOS RESPIRADORES**

### **(OBLIGATORIO)**

- Espacios reducidos
- Presencia de polvo
- Aserrar / cincelar / moler / perforar
- Pintar (Pulverizar, etc.)
- Exposición a asbesto
- Exposición al plomo
- Demolición (plomo, asbesto, agentes que producen cáncer, etc.)
- Lijado de muros en seco
- Soplado de aislamiento (áticos, sótanos, pared, etc.)
- Mezclar cemento

## **RAZONES POR LAS CUALES ES POSIBLE QUE NO PUEDA USAR RESPIRADORES**

- Vello facial
- Cicatrices en la cara/cuello
- Cola de caballo
- Pelo largo
- Bigotes
- Alergias
- Presión arterial alta
  - Tos de fumador
- Asma
  - Impedimento para saborear y oler
- Antecedentes

## **CAPACITACIÓN PARA PROGRAMA DE PROTECCIÓN RESPIRATORIA**

- Requerido anualmente
- Realización de pruebas de capacidad
- Uso y mantenimiento de respiradores
- Uso de respiradores durante emergencias
- Diferencias entre respiradores de respiración de aire y respiradores con suministro de aire
- Mantenimiento y almacenamiento de respiradores
- Síntomas médicos
- Uso de respiradores en el emplazamiento(OBLIGATORIO)

*La Norma de Protección Respiratoria de OSHA se está convirtiendo rápidamente en una de las 10 VIOLACIONES*

**MÁS CITADAS**, principalmente porque ni los trabajadores ni los empleadores se están familiarizando con la necesidad de usar protección respiratoria en el lugar de trabajo.

*Si su trabajo lo expone a cualquiera de las condiciones respiratorias descritas en esta CHARLA SOBRE ACTIVIDADES DE LA CONSTRUCCIÓN, necesita determinar si su salud y bienestar estarán “en peligro” si no toma las medidas necesarias de cumplimiento. Recuerde, es OBLIGATORIO.*