

# Using Disposables Respirators

Art and Design: Salvador Sáenz Color and Art Support: Uriel Sáenz  
To access a free electronic version of this material, visit [www.nycamh.org](http://www.nycamh.org)  
Funding for the production of this material was provided by the  
NY State Occupational Health Clinic Network



Bassett Healthcare Network  
New York Center for Agricultural  
Medicine and Health

Disposable respirators protect your lungs from dusts, chemical mists and droplets, but they **DO NOT PROTECT** you from chemical vapors or gases like formaldehyde.

Use of disposable respirators is recommended for:

<p>Cleaning barn stalls and aisles.</p>	<p>Working with or close to hay, silage, or the silage mixer.</p>	<p>Spreading sawdust or other dusty bedding material.</p>	<p>A respirator will only protect you if you use it correctly and have a good fit &amp; seal.</p> <p><b>NO</b></p> <p>A beard will break the seal.</p>
---	---	---	--

To put on a disposable respirator:

<p><b>1</b></p> <p>Hold the mask with the metal nosepiece touching your fingertips.</p>	<p><b>2</b></p> <p>Hold the respirator up to your nose and mouth.</p>	<p><b>3</b></p> <p>Fasten the upper strap around the crown of your head, above your ears.</p>	<p><b>4</b></p> <p>Fasten the lower strap around the base of your neck, below your ears.</p>	<p><b>5</b></p> <p>Use your fingertips to mold the nosepiece to fit the bridge of your nose.</p>
---	---	---	--	--

**6 Do a seal check!**

With both hands covering your respirator, inhale and exhale. If you feel air escaping near your eyes or chin, adjust the mask again.

Take off the respirator the same way you put it on.

- 
- 
- 

When you are not using the respirator, store it in a clean and dry place.

**Replace the mask** when it is visibly soiled, damaged, or when it is difficult to breathe through.

**TRASH**

# Usando los Respiradores Desechables

Arte y Diseño: Salvador Sáenz Color y asistencia de arte: Uriel Sáenz  
 Para acceder a una versión electrónica gratuita de este material, visite [www.nycamh.org](http://www.nycamh.org)  
 El financiamiento para la producción de este material fue proporcionado por NY State Occupational Health Clinic Network



Bassett Healthcare Network  
 New York Center for Agricultural  
 Medicine and Health

Los respiradores desechables protegen los pulmones contra polvos y rocíos químicos dañinos, pero **NO LE PROTEJE** contra vapores o gases químicos como el formaldehído.

Se recomienda usar los respiradores desechables cuando:

<p>Limpia los cubículos/salas y pasillos de los establos.</p>	<p>Trabaja con o cerca del heno, el ensilaje o la mezcladora.</p>	<p>Esparce aserrín u otro material pulverizado.</p>	<p>El respirador desechable sólo le protege si lo usa correctamente y si tiene un buen ajuste.</p> <p><b>La barba impide el ajuste.</b></p>
---	---	---	---

Para colocar la máscara:

<p><b>1</b></p> <p>Tómela con la parte de la nariz hacia arriba</p>	<p><b>2</b></p> <p>Póngala sobre boca y nariz</p>	<p><b>3</b></p> <p>Jale la correa superior sobre la parte de atrás de su cabeza, sobre sus orejas</p>	<p><b>4</b></p> <p>Jale la correa inferior sobre su cabeza por debajo de las orejas, alrededor de su cuello</p>	<p><b>5</b></p> <p>Use las yemas de los dedos para adaptar la parte superior a su nariz</p>
<p><b>6</b> ¡Haga la prueba de ajuste!</p> <p>Con las manos encima de la máscara inhale y exhale. Si sale aire de la máscara cerca de los ojos o la barbilla, ajústela otra vez.</p>	<p>Quítese la máscara como se la puso.</p> <p><b>1</b></p> <p><b>2</b></p> <p><b>3</b></p>	<p>Cuando no use la máscara, póngala en un lugar limpio y seco.</p>	<p><b>Reemplace la máscara</b> cuando esta visiblemente sucio, dañado, o si tiene dificultad de respirar normalmente con el.</p>	