**Objetivo:** Dar una visión general sobre las rutas de entradas y las estrategias de protección para cada una de ellas

La **ruta de entrada** es el lugar por el cual las sustancias peligrosas ingresan a su cuerpo. Esto puede suceder mediante una o más de las siguientes rutas de exposición:

* **Ingestión:** Mediante el tracto digestivo a través de la deglución
* **Absorción**: Mediante los ojos, piel o membranas mucosas
* **Inhalación:** Mediante el tracto respiratorio a través de la respiración
* **Inyección**: Mediante la perforación de la piel, a través de cortes o agujas

A continuación se destacan estrategias para protegerle de cada tipo de ruta. Además, siempre tiene que saber con qué químicos peligrosos está usted trabajando, consulte las hojas de información de seguridad (SDS) y complete toda la capacitación para asegurarse de saber:

* Cómo minimizar su exposición mediante equipo de protección personal (PPE) y lineamientos.
* Qué hacer en caso de exposición para cada sustancia peligrosa.

**Ingestión**

* Cuando trabaje con un químico peligroso, nunca debe:
* Comer.
* Beber.
* Fumar.
* Mascar chicle.
* Maquillarse, incluyendo bálsamo para los labios.
* Al manipular químicos, evite tocarse la cara o la boca con sus manos hasta después de quitarse los guantes y haberse lavado las manos.
* Siempre lávese las manos después de manipular químicos para prevenir su ingestión al comer, beber o fumar.

**Absorción**

* Siempre utilice la protección personal requerida.
* Para proteger su piel de los químicos, use guantes que resistan químicos, delantales batas desechables y otra vestimenta apropiada, como mangas largas, zapatos de punta cerrada y pantalones.
* Utilice lentes de seguridad al trabajar con químicos que podrías salpicarle los ojos.
* Utilice lentes de seguridad al trabajar con químicos que tengan vapores peligrosos.
* Utilice una máscara para prevenir salpicaduras a la nariz o a la boca.
* Si un químico entra en contacto con la piel:
* Enjuague, preferentemente con la ducha de emergencia, lo antes posible.
* Revise la SDS por requisitos adicionales.
* Si un químico entra en contacto con el ojo:
* Enjuague con el lavado de ojos de emergencia durante 15 minutos lo antes posible.
* Busque atención médica.
* Revise la SDS por requisitos adicionales.

**Inhalación**

Prevenga inhalar químicos de la siguiente manera:

* Utilice un respirador aprobado. (Consulte la SDS apropiada.)
* Retire el peligro de su zona de respiración aislando el químico en una guantera confinada o en una campana extractora.
* Utilice el tubo de ventilación para eliminar cualquier gas, vapor o polvo del espacio laboral.

**Inyección**

* Tenga mucho cuidado al manipular agujas para prevenir pinchazos accidentales.
* Tenga cuidado de posibles heridas punzantes si trabaja cerca de equipamiento de alta presión de cualquier clase.
* Nunca use aire comprimido para limpiar sus manos, brazos o vestimenta.

Organization:Date: Este formulario deja constancia de que la capacitación que se ha detallado aquí se presentó a los participantes enumerados. Al firmar el presente formulario, cada participante reconoce haber recibido la capacitación.

Organización: Fecha:

Instructor: Firma del instructor:

**Participantes de la clase:**

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha:

Nombre: Firma: Fecha: