



ACADEMIA NACIONAL

MÓDULO PRÁCTICO N° 2

USO DE EPP Y ERA

MATERIALES MÍNIMOS

- EPP estructural completo.
- Equipo de Respiración Autocontenido con máscara.
- Cilindros de recambio.

MATERIALES COMPLEMENTARIOS

- Cascada para carga de cilindros.
- Otros tipos de ERA.

RESULTADOS DE APRENDIZAJES

- Utilizar el EPP y ERA según protocolos recordando características, instalación y cuidados.

AGENDA

Duración	Jornada de entrenamiento
30 minutos	Repaso de guía de entrenamiento y resolución de dudas
15 minutos	Preparación para la acción
5 minutos	Trote progresivo
10 minutos	Ejercicios de movilidad articular
60 minutos	Entrenamiento práctico para uso de EPP y ERA
15 minutos	Análisis de la jornada
Total	120 minutos

PAUTA DE ENTRENAMIENTO

Para dar inicio a la jornada como monitor o monitora que guiará el entrenamiento deberás presentarte y dar a conocer la temática a tratar.

Es importante que respetes los horarios ya definidos.

a) Repaso de guía de autoinstrucción y resolución de dudas:

Para promover la participación y evaluar si la guía de autoinstrucción correspondiente fue leída y comprendida, realiza las siguientes preguntas abiertas para interactuar con el grupo presente:

- ¿Cuáles son los elementos que componen el EPP estructural?
- ¿Para qué sirve el equipo de respiración autocontenido?
- ¿Qué es y para qué sirve el DRD del uniforme?
- ¿Es importante que el EPP corresponda a tu talla? ¿Por qué?
- ¿Qué elementos componen el equipo de respiración autocontenido?
- ¿Cómo se mantiene el EPP y ERA en buenas condiciones?

b) Ejercicios de movilidad articular:

Comenzar con la rutina de ejercicios descritos en el apartado **“Preparación para la acción”** del documento *Procedimiento de entrenamiento estándar*. Esto no debe tomar más de 15 minutos.

Para esta práctica se recomienda reforzar el calentamiento aumentando las repeticiones en las articulaciones de hombros, codos, tronco, cadera y rodillas.

c) Preparación de escenario para la práctica:

Para efectuar la parte práctica de este modulo será necesario preparar previamente un espacio que cumpla con las siguientes condiciones:

1. Espacio amplio para distribuir a las y los participantes. Cada uno debe poder posicionar su EPP completo al frente de sí mismo para luego ejecutar la actividad.
2. Acústica óptima para que las instrucciones sean escuchadas por todo el personal.
3. Considerar el retiro de objetos valiosos que puedan dañarse durante la ejecución del entrenamiento.



*Referencia preparación de escenario de práctica de uso de EPP y ERA.

d) Entrenamiento práctico de uso de EPP:

1. RECONOCIMIENTO

Dispón frente a los/as participantes los elementos que componen el EPP estructural completo.

Pide a las/os asistentes identificarlos, y explicar su utilidad.



2. INSPECCIÓN

Coloca el EPP estructural frente a ti, y orienta a las/os participantes sobre la forma de inspeccionar el equipo antes y después de cada uso.

Es importante que realices la mímica de la inspección revisando lo siguiente: coloración del textil, estado de las costuras, estado de los reflectantes, pintura englobada, grietas, etc.

Pide a los/as participantes que posicionen frente a ellos/as su EPP completo y que inspeccionen el equipo según lo demostrado anteriormente.



3. INSTALACIÓN

Pide a los/as participantes que posicionen frente a ellos/as su EPP estructural completo.

A tu indicación, deberán uniformarse completos lo más rápido posible.

Una vez equipados/as deberán levantar los brazos para ser revisados.

Entrega tus observaciones y pídeles que repitan la secuencia nuevamente, pero esta vez con atención a los detalles de seguridad que pueden haberse obviado por favorecer la velocidad de la acción.



d) Entrenamiento práctico uso de ERA:

1. RECONOCIMIENTO

Dispón frente a los/as participantes los elementos que componen el ERA.

Pide a las y los asistentes identificar sus partes, y explicar su utilidad.



2. INSPECCIÓN Y ARMADO

Coloca el ERA frente a ti , y orienta a las/os participantes sobre la forma de inspeccionar el equipo antes y después de cada uso.

Es importante que realices la mímica de la inspección, revisando: coloración del textil, estado de las costuras, estado del cilindro, pintura englobada, grietas, etc.

Luego de inspeccionar visualmente las partes del ERA, instala el cilindro de aire al arnés, para luego abrir el paso de aire. Espera unos segundos hasta verificar que las alarmas se encuentren en funcionamiento.

Pide a los/as participantes que posicionen frente a ellos/as el equipo ERA, e inspeccionen el equipo según lo demostrado anteriormente.



3. INSTALACIÓN

Pide a los/as participantes que posicionen frente a ellos/as el ERA.

A tú indicación deberán colocarse el equipo de respiración incluida la máscara.

Una vez equipados/as y con el paso del aire ya activado deberán levantar los brazos para ser revisados.

A tu indicación, deberán colocarse el equipo ERA.

Una vez equipados/as deberán levantar los brazos para ser revisados.



4. RECAMBIO DE CILINDRO

1. Agrupa a los/as participantes en parejas posicionándolos uno detrás del otro.
2. Realiza la mímica demostrando los pasos claves del recambio de cilindro, para luego solicitarle a los/as asistentes que repitan la acción con la pareja de trabajo asignada.
3. Dales la instrucción de efectuar el recambio de cilindro del equipo ERA con la persona de pie.



e) Análisis final de la jornada:

Al finalizar el entrenamiento, reúne a las y los participantes para analizar la jornada a través de un **debriefing**, entendido como una instancia grupal donde se revisa lo efectuado y evidenciado durante el entrenamiento, con el objetivo de que las experiencias sirvan como aprendizajes y oportunidades de mejora. De esta forma se optimiza la comunicación y se da la oportunidad a las y los participantes de hablar sobre los **aspectos positivos** y **por mejorar** de la jornada.

Se recomienda que esta etapa no dure más de **15 minutos**. Enfocando el análisis a través de la siguiente estructura:

DEBRIEFING	Objetivo	Comparte tu perspectiva respecto al cumplimiento del objetivo del módulo invitando a la discusión.
	Análisis	Pregunta abiertamente: ¿Qué hicimos bien y qué podemos mejorar?
	Aprendizaje	Pregunta abiertamente: ¿Qué hemos aprendido de esta jornada?
	Acciones	Pregunta abiertamente: ¿Qué acciones ejecutaremos para mejorar?

Finalizada la discusión, agradece la asistencia y deja además invitados a las y los participantes a asistir al próximo entrenamiento. Recordándoles que deben leer previamente la guía de entrenamiento correspondiente, para así desarrollar una jornada de forma provechosa.