# Dermal Absorption Safety Meeting Kit – Spanish




## QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Tu piel es tu primera línea de defensa, pero no es impenetrable. Muchos productos químicos utilizados en el trabajo pueden atravesar tu piel sin que te des cuenta. Una vez absorbidas, estas sustancias pueden entrar en el torrente sanguíneo y llegar a órganos vitales, causando efectos a corto o largo plazo en la salud. El peligro no siempre es visible, pero es muy real.

## CUÁL ES EL PELIGRO

No todos los riesgos químicos provienen de la inhalación de vapores, algunos penetran silenciosamente a través de la piel. La absorción dérmica es el proceso por el cual las sustancias químicas atraviesan la piel y entran en el torrente sanguíneo. Esto puede ocurrir sin cortes ni irritaciones visibles, especialmente con sustancias como disolventes, aceites y limpiadores industriales. Cuanto más fina o sensible sea la piel (como las muñecas o la cara), más rápida será la absorción.

**Entrada Invisible, Impacto Grave**

Puede que no lo vea ni lo note, pero eso no significa que sea seguro. Incluso una pequeña salpicadura o el contacto con guantes o herramientas contaminadas puede permitir que sustancias nocivas entren en su organismo. El riesgo es aún mayor cuando la piel está sudada, dañada o expuesta durante largos periodos de tiempo.

**Sustancias Comunes que se Absorben a Través de la Piel**

- Disolventes (como tolueno, xileno, acetona)
- Pesticidas y herbicidas
- Pinturas, recubrimientos y tintes industriales
- Combustibles, desengrasantes y lubricantes
- Agentes limpiadores y corrosivos

**Los efectos sobre la salud varían, pero a menudo son graves**

Una vez dentro del cuerpo, estas sustancias químicas no se quedan solo en la piel, sino que pueden llegar al hígado, los riñones, el sistema nervioso o incluso atravesar la barrera hematoencefálica. Los posibles efectos sobre la salud incluyen:

Erupciones cutáneas, quemaduras o reacciones alérgicas

- Daño hepático o renal

- Trastornos del sistema nervioso
- Alteraciones hormonales o daños reproductivos
- Mayor riesgo de cáncer con la exposición crónica

## COMO PROTEGERSE

Prevenir la absorción dérmica no solo consiste en evitar derrames, sino también en adquirir hábitos inteligentes que protejan la piel de peligros invisibles.

**Utilice el EPP Adecuado y Úsalo Correctamente**

Tu mejor línea de defensa es una barrera adecuada entre tu piel y las sustancias peligrosas. No todos los guantes o prendas de vestir son iguales: asegúrate de que tu equipo sea adecuado para el producto químico que estás utilizando.

- Utiliza guantes resistentes a los productos químicos (como nitrilo, neopreno o caucho butílico); el látex no protege contra la mayoría de los disolventes.
- Utiliza mangas largas, delantales o monos cuando trabajes con materiales propensos a salpicaduras.
- Asegúrate de que las mangas cubran los guantes, en lugar de meterlas por dentro, ya que esto ayuda a evitar que las gotas caigan sobre tus manos.
- Sustituye los guantes si están rotos, deteriorados o contaminados.

**Lávate antes de comer, beber, fumar o tocarte la cara:** incluso pequeñas cantidades de productos químicos peligrosos en las manos pueden ser peligrosas. Antes de comer, usar el teléfono o fumar un cigarrillo:

- Lávate bien con agua y jabón, no te limites a un enjuague rápido.
- Utiliza estaciones de lavado específicas o desinfectantes de manos diseñados para eliminar productos químicos.
- Nunca utilices disolventes o combustibles para «limpiarte» las manos, ya que aumentan la absorción.

**Mantén separados los equipos y herramientas contaminados:** si los guantes, las herramientas o la ropa se contaminan, no los lleves a las zonas de descanso ni a los vehículos. Incluso los residuos químicos secos pueden transferirse a tu piel o a superficies que otras personas puedan tocar.

- Guarda el EPP en zonas limpias, no en tu taquilla junto a tu almuerzo.
- Lava o reemplaza la ropa de trabajo con regularidad; no la lleves a casa para lavarla a menos que haya sido descontaminada.
- Mantén las herramientas limpias e inspecciona los mangos o empuñaduras que puedan absorber productos químicos con el tiempo.

**Cubre los cortes, las erupciones cutáneas o la piel dañada:** la piel rota o irritada absorbe los productos químicos más rápida y profundamente. Utiliza vendajes o mangas protectoras y evita trabajar con sustancias peligrosas si tienes heridas abiertas, a menos que estés debidamente protegido.

**Sigue la ficha de datos de seguridad (FDS):** revisa siempre la FDS del producto químico antes de usarlo. En ella se indica qué tipo de EPP se requiere, qué medidas de primeros auxilios se deben seguir en caso de exposición cutánea y qué zonas del cuerpo corren mayor riesgo.

**Ejemplo:**

Supongamos que está limpiando herramientas con un disolvente y lleva guantes básicos de látex. Cree que es suficiente protección, pero al cabo de una hora, le empiezan a picar y arder las manos. Resulta que ese disolvente corroe el látex y ahora su piel lo ha absorbido. Si hubiera cambiado a guantes de nitrilo y hubiera consultado la SDS de antemano, habría evitado la exposición.

## CONCLUSIÓN

La piel es uno de los órganos más grandes del cuerpo y una de las vías más fáciles para que los productos químicos penetren en el organismo. El hecho de que un líquido no queme ni tenga un olor fuerte no significa que sea seguro.

---