Skin Protection Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La piel es el órgano más grande del cuerpo. Cuando está sana, nos protege de los riesgos químicos, físicos y biológicos. La piel pesa alrededor del 10% de nuestro peso corporal total y tiene un grosor aproximado de un octavo de pulgada. La piel está formada por dos capas, la epidermis (capa externa) y la dermis (capa interna). La capa externa de la piel tiene un grosor de sólo 1/250 de pulgada y es la parte de nuestra piel que forma la barrera protectora.

CUÁL ES EL PELIGRO

PELIGROS PARA LA PIEL EN EL TRABAJO. Uno de cada cuatro trabajadores puede estar expuesto a algo que le irrite la piel. Muchas cosas diferentes pueden causar daños en la piel. Cuando algo penetra a través de la capa externa, la capa interna de la piel reacciona ante ello. Las irritaciones fuertes o repetidas de la piel pueden provocar enfermedades cutáneas.

¿Qué es la Dermatitis? Dermatitis es el término utilizado para describir la inflamación de la piel. La dermatitis de contacto (también conocida como eczema) se produce como resultado del contacto repetido con sustancias que causan irritación (dermatitis de contacto irritante – DCI) o sensibilización específica (dermatitis de contacto alérgica – DAC). Cualquier trabajo que implique lavarse las manos con frecuencia o el contacto directo con determinados productos (por ejemplo, guantes) o sustancias químicas puede provocar dermatitis.

La característica principal de la dermatitis es la piel seca, enrojecida y con picor. Después puede aparecer hinchazón, descamación, ampollas, grietas y dolor. Los síntomas pueden variar de ser una molestia menor a convertirse en un problema doloroso e incómodo.

SUSTANCIAS EN EL TRABAJO QUE CAUSAN DERMATITIS

- Disolventes utilizados en pinturas, pegamentos u otros revestimientos de superficies.
- Productos químicos
- Agentes biológicos, por ejemplo, plantas, bacterias y hongos
- Contacto frecuente con el agua, por ejemplo, más de dos horas al día
- Fricción repetida y/o abrasión mecánica
- Alcoholes, desengrasantes, refrigerantes y detergentes
- Desinfectantes, productos derivados del petróleo, jabones y limpiadores

COMO PROTEGERSE

PROTECCIÓN DE LA PIEL

- Cuando utilice guantes o ropa para protegerse y proteger su piel, debe tener cuidado al quitarse la ropa contaminada, para no contaminarse a sí mismo.
- Lavarse las manos es un componente importante de la rutina de cuidado de la piel para la dermatitis de contacto y el eczema. Lavarse con agua muy caliente es perjudicial para la piel, es preferible utilizar agua templada o fría. Lavarse las manos en exceso también puede agravar el eccema y provocar el desarrollo de una dermatitis de contacto irritante.
- Si un trabajador está expuesto o cree que puede haber estado expuesto a una sustancia peligrosa, debe enjuagarse la zona durante al menos 15 minutos. Si un trabajador se contamina accidentalmente, debe ducharse inmediatamente y quitarse la ropa mientras se ducha. Ciertas sustancias pueden absorberse rápidamente a través de la piel. El tiempo es crítico. Debe obtenerse ayuda médica inmediatamente.

USO GENERAL DE GUANTES Y CONSEJOS EN EL TRABAJO

- Si le sudan las manos debajo de los guantes, póngase unos guantes de algodón por dentro (los guantes forrados de algodón no son tan buenos), ya que ayudan a absorber el sudor. Después se pueden lavar y reutilizar.
- Si se le agujerean los guantes, tírelos.
- Evite utilizar guantes de látex de caucho natural en polvo, ya que pueden provocar alergia.
- Utilice guantes que se ajusten correctamente, es decir, ni demasiado grandes, ni demasiado pequeños.
- Utilice los guantes adecuados para la tarea que vaya a realizar, ya que no todos los guantes sirven para todas las tareas.
- Un guante de tela será útil para tareas secas, pero se necesitará un guante impermeable para otras tareas.
- Utilice siempre guantes de protección cuando sumerja las manos en limpiador de piezas.
- Consulte a un fabricante de guantes para saber qué guantes son los mejores para las tareas que está realizando o para protegerse de los productos químicos que está utilizando.
- No lave ni reutilice los guantes desechables.
- No comparta guantes con sus compañeros de trabajo.

MEJORES PRECAUCIONES GENERALES PARA PREVENIR PROBLEMAS CUTÁNEOS

- Mantenga limpio su lugar de trabajo.
- Almacene todos los productos químicos de forma segura y etiquételos correctamente.
- Utilice contenedores de residuos adecuados.
- Tenga a mano lavaojos y duchas de seguridad.
- Disponga de una ficha de datos de seguridad para cada sustancia peligrosa utilizada en su trabajo.
- Utilice elementos de protección, como guantes, delantales, gorros, mascarillas, camisas de manga larga y pantalones.
- Lleve ropa limpia para trabajar. Quítese la ropa de trabajo impregnada de aceite o productos químicos antes de salir.
- No se limpie las manos ni otras zonas de la piel con productos químicos ni alcoholes minerales.
- Después de lavarse las manos, protéjalas con loción, crema o vaselina.
- Conozca los procesos de seguridad de su lugar de trabajo. Por ejemplo, ¿qué debe hacer si su piel entra en contacto con una sustancia nociva? Sepa cómo quitársela de la piel y cómo obtener ayuda médica.
- No coma, beba ni fume en su lugar de trabajo. Las sustancias químicas pueden

entrar en contacto con la piel.
- Si trabaja al aire libre, póngase protección solar durante todo el día. También debe llevar gafas de sol, un sombrero de ala ancha y ropa que le cubra el cuerpo.
- Compruebe si puede utilizar una herramienta -en lugar de las manos- para manipular materiales peligrosos.

CONCLUSIÓN

La piel desempeña un papel extremadamente importante como barrera frente a las sustancias químicas y otros contaminantes que penetran en el organismo. Los trastornos cutáneos, como las enfermedades laborales de la piel, pueden alterar esta función de barrera.