

# Productos de limpieza y el asma relacionada con el trabajo

## ASMA

El asma es una enfermedad que causa que los pasajes del aire hasta los pulmones se aprieten y se hinchen, causándole a la persona gran dificultad para respirar.

Una persona puede experimentar todos o algunos de los síntomas siguientes:

- Resollar
- Toser
- El pecho se siente apretado
- Respiración cortada
- Hay dificultad in respirar

Cuando una persona experimenta estos síntomas, es porque algo le está irritando los pulmones.

## ASMA RELACIONADA CON EL TRABAJO

Hay dos clases de asma relacionada con el trabajo:

1. **Asma que se agrava con el trabajo** es cuando usted ya tiene asma y se empeora cuando está en el trabajo.
2. **Asma por la ocupación** es el asma causada por estar expuestos a sustancias químicas o nocivas en el trabajo.

*Los síntomas generalmente empeoran en el trabajo y se mejoran durante los fines de semana o vacaciones.*

Si el asma es grave, los síntomas pueden no mejorarse aun cuando se pase tiempo lejos del trabajo.

## PRODUCTOS DE LIMPIEZA

Los productos de limpieza o algunos de sus ingredientes son los que más causan un ataque de asma.

- Limpia-alfombras
- Desinfectantes (como el cloralex)
- Líquidos para quitarle la cera al piso
- Desgrasador
- Limpia-vidrios
- Limpia-mosaicos
- Productos para limpiar el excusado
- Amoniaco
- Ácido muriático
- Amoniaco cuaternario
- Aceite de pino
- Glutaraldeido
- Cloramina T

## TRABAJADORES EXPUESTOS A PRODUCTOS DE LIMPIEZA

Los trabajadores que usan productos de limpieza regularmente pueden llegar a tener asma, tales como:

- Los que trabajan en un hospital o en una clínica de salud
- Conserjes, camareras
- Trabajadores de mantenimiento
- Cosmetólogos, peinadores
- Empleados de restaurante
- Maestros, trabajadores de oficina

## VEA A SU DOCTOR

**¡NO ignore sus síntomas!**

Haga una cita y dígame a su doctor:

- Sus síntomas
- Dónde trabaja y qué es lo que hace
- Con qué sustancias químicas y materiales trabaja todos los días
- Cuénteles a su patrón

**Su doctor debe de reportar el asma relacionada con el trabajo al Departamento de Salud de NM [NM Occupational Health Surveillance Program](http://NM Occupational Health Surveillance Program)**

## PRACTIQUE LIMPIEZA SEGURA

- Use equipo personal seguro, como lentes, guantes
- ADVERTENCIA:** las máscaras para el polvo no evitan que las sustancias químicas entren a sus pulmones
- NO use los líquidos para limpiar en toda su fuerza
- NO mezcle productos de limpieza
- Lea las etiquetas de advertencia y las hojas de Seguridad para los Materiales (MSDS en inglés)
- Use un abanico para que circule el aire en su área de trabajo
- Evite usar productos con aerosol

**NMHealth**