



# Manicura

## ¿CÓMO PUEDEN INGRESAR A SU CUERPO LAS SUSTANCIAS QUÍMICAS UTILIZADAS EN LA MANICURA?

### Contacto con la piel y los ojos

- Algunos productos químicos pueden dañar su piel directamente o absorberse en el torrente sanguíneo.
- El producto químico le puede salpicar en los ojos.
- Usted puede tocarse los ojos accidentalmente teniendo el producto químico en las manos.
- Los vapores químicos o el polvo presentes en el aire pueden entrar en sus ojos.

### Respiración

- Usted puede inhalar los vapores químicos a través de la nariz o la boca.
- Usted puede inhalar polvo dañino al limar las uñas.

### Ingestión

- Si los productos químicos (incluyendo el polvo) están presentes en sus manos o en el aire, pueden contaminar sus alimentos o bebidas.

## ¿CÓMO PUEDEN AFECTAR SU CUERPO LAS SUSTANCIAS QUÍMICAS DE LOS PRODUCTOS DE MANICURA?

Las sustancias químicas pueden afectar su cuerpo de diferentes maneras, dependiendo de la *cantidad* de sustancia que contiene el producto, qué tan *dañina* es, la *duración* de la exposición, entre otros factores. No todas las personas reaccionan de la misma manera a una sustancia química. Algunas personas experimentan efectos adversos en su salud cuando trabajan con un producto, mientras que otras nunca lo hacen. Los problemas de salud que las sustancias químicas de los productos de manicura pueden causar incluyen los siguientes:

**Efectos sobre el sistema nervioso central:** Dolor de cabeza, mareos, náuseas, somnolencia, agitación.

**Irritación de nariz y garganta:** Secreción nasal, garganta irritada, ardor, picazón.

**Irritación cutánea y dermatitis:** Enrojecimiento, picazón, erupciones cutáneas o piel seca, agrietada y descamada (comúnmente en las manos y los brazos).

**Quemaduras:** Las sustancias químicas presentes en algunos productos de manicura pueden causar quemaduras si entran en contacto con la piel o los ojos.

**Irritación ocular:** Enrojecimiento, ardor, lagrimeo, comezón.

**Irritación pulmonar:** Dificultad para respirar, falta de aliento, tos, inflamación de los tejidos de los pulmones.

**Alergias:** Secreción o congestión nasal, estornudos, asma, dermatitis. Si se vuelve más sensible a una sustancia química en particular, tendrá una reacción alérgica cada vez que la utilice.

**Cáncer:** Los estudios realizados en animales de laboratorio y humanos han demostrado que las sustancias químicas que se encuentran en algunos productos de manicura pueden causar cáncer. Este no es un problema de salud habitual.

**Problemas reproductivos:** Los estudios realizados en animales de laboratorio han demostrado que las sustancias químicas que se encuentran en algunos productos de manicura pueden causar problemas reproductivos, tales como malformaciones congénitas e infertilidad. Esto no es habitual.

## ¿Qué sustancias químicas dañinas se encuentran a veces en los productos de manicura?

### ¡ADVERTENCIA! LA EXPOSICIÓN A ESTAS SUSTANCIAS PUEDE CAUSAR:

**Acetona:** Irritación de ojos, nariz y garganta. Efectos sobre el sistema nervioso central. Irritación cutánea y dermatitis.

**Alcanfor:** Irritación de ojos, piel, nariz, boca y garganta, náuseas, vómitos, diarrea, dolor de cabeza, mareos.

**Ftalato de dibutilo (DBP):** Náuseas e irritación de ojos, piel, nariz, boca y garganta. Las exposiciones prolongadas a altas concentraciones pueden causar otros efectos graves.

**Acetato de etilo o acetato de butilo:** Irritación de ojos, nariz y garganta. Efectos sobre el sistema nervioso central. Problemas respiratorios. Irritación cutánea y dermatitis.

**Cianoacrilato de etilo:** Irritación de ojos, mucosas y piel.

**Metacrilato de etilo:** Irritación de ojos, piel y vías respiratorias, y sensibilización de la piel.

**Formaldehído (formalina):** Irritación de ojos, nariz, garganta y pulmones. Lagrimeo y ardor en los ojos. Efectos sobre el sistema nervioso central. Irritación cutánea y dermatitis. Problemas respiratorios (como asma, tos y sibilancias). Cáncer con el uso a largo plazo.

**Éteres de glicol (un término genérico para un grupo de sustancias químicas):** Problemas reproductivos (las pruebas con animales de laboratorio muestran malformaciones congénitas e infertilidad). Otros posibles efectos según la sustancia química específica.

**Acetato de isopropilo:** Somnolencia e irritación de ojos, nariz y garganta.

**Lanolina:** Irritación cutánea y dermatitis.

**Metiletilcetona (MEK):** Irritación de ojos, nariz y garganta. Efectos sobre el sistema nervioso central.

**Orto-fenilfenol (OPP):** Irritación de ojos, nariz y garganta. Dolor abdominal. Tos o

falta de aire.

**Compuestos de amonio cuaternario (como el cloruro de benzalconio):** Irritación de ojos, nariz y garganta. Problemas respiratorios (como asma y falta de aire).

**Hidróxido de sodio o hidróxido de potasio:** Irritación de ojos, nariz, garganta y pulmones. Quemaduras en la piel y los ojos. Irritación cutánea y dermatitis. Irritación severa de la boca, la garganta y el estómago (en caso de ingestión).

**Tolueno:** Irritación de ojos, nariz y garganta. Efectos sobre el sistema nervioso central. Irritación cutánea y dermatitis. Problemas reproductivos, daño renal y hepático.

**Xileno:** Irritación de ojos, nariz y garganta. Efectos sobre el sistema nervioso central. Irritación cutánea y dermatitis. Problemas reproductivos

No todos los productos de manicura contienen estas sustancias químicas, y algunos pueden contener sustancias químicas dañinas no mencionadas anteriormente. Siempre consulte la ficha de datos de seguridad del producto (FDS) para obtener más información.

## ¿CÓMO PUEDE PROTEGERSE DE LOS RIESGOS QUÍMICOS?

Es importante que tome ciertas medidas para proteger su salud al trabajar con las sustancias químicas de los productos de manicura.

### Evite usar sustancias químicas dañinas

- Lea la etiqueta y la ficha de datos de seguridad de cada producto que utilice para conocer su contenido y sus efectos sobre la salud.
- Use productos que tengan la menor cantidad de sustancias químicas peligrosas cuando sea posible.
- No utilice productos que contienen formaldehído, tolueno o ftalatos de dibutilo.

### Use prácticas laborales seguras

- Mantenga los envases cerrados cuando no los esté usando para evitar que el producto se derrame o llegue al aire.
- Compruebe que los envases de todos los productos químicos estén debidamente etiquetados en cuanto a su contenido.
- No coma alimentos ni tome bebidas en su área de trabajo ya que estos pueden contaminarse.
- Lávese las manos después de trabajar con sustancias químicas, incluso si utilizó guantes.

### Ventile la habitación

- Trabaje siempre en un área bien ventilada. Si no hay un sistema de ventilación, abra las ventanas y las puertas para que entre aire fresco desde el exterior.
- Utilice una mesa de manicura con un sistema de ventilación incorporado. La campana absorbe el polvo y los vapores, evitando que usted los inhale.
- No confíe en los ventiladores, ya que solo esparcen el polvo y los vapores alrededor la habitación (no los eliminan).

### Use equipo de protección

- Use guantes que han sido diseñados especialmente para proteger la piel contra las sustancias químicas que está usando. Hay diversos tipos de guantes que lo protegen de diferentes sustancias químicas. Lea el empaque de los guantes para asegurarse de que está utilizando el tipo correcto para obtener la máxima protección.
- Use una mascarilla aprobada por NIOSH para protegerse contra el polvo cuando lime las uñas. Recuerde: las mascarillas no lo protegen de los vapores químicos.
- Use gafas de seguridad para proteger sus ojos de los recortes de uñas.
- Use gafas de seguridad al mezclar productos químicos para proteger sus ojos de salpicaduras.

### Conozca sus derechos como trabajador

- Los empleadores deben proporcionar a los trabajadores las fichas de seguridad cuando las soliciten.
- Los empleadores deben capacitar a los trabajadores sobre los riesgos de los productos químicos con los que trabajan y cómo protegerse de ellos.

### Informe de cualquier problema de salud a su empleador y médico

- Hable con su empleador si está experimentando síntomas de efectos adversos en la salud, de modo que él pueda ayudar a aliviar el problema e informar a los demás empleados.
- Consulte a su médico sobre la gravedad de sus problemas y cómo deben manejarse.
- Usted tiene el derecho de reportar los riesgos a la salud con Cal/OSHA por medio de una queja formal.

