

¿Cómo afectan su salud los productos de limpieza?



*¿Es cierto que los productos de limpieza me pueden hacer daño?
Yo no siento ningún efecto.*

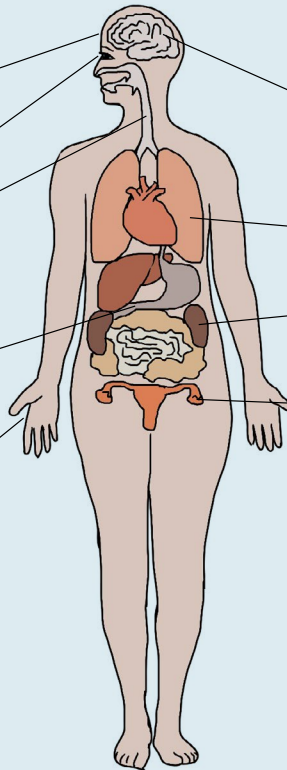
*A veces los efectos de los químicos solo se ven
con el tiempo. Pueden dañar los órganos y causar
enfermedades como el asma.*



Los productos químicos pueden tener efectos en el momento (corto plazo) o años después (largo plazo). Aquí vemos algunos de los efectos posibles:

Efectos a corto plazo

- Dolor de cabeza
- Irritación de los ojos
- Irritación de la garganta y tos
- Náusea y vómito
- Irritación o quemaduras en la piel



Efectos a largo plazo

- Daño al sistema nervioso o al cerebro
- Asma y bronquitis
- Daño al hígado y los riñones
- Daño al sistema reproductivo
- Cáncer

Su empleador debe informarle sobre los riesgos de salud de los productos químicos y protegerle de sus efectos.

¿Qué debe hacer su empleador?

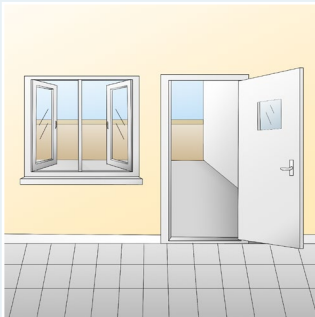
¿Qué protecciones puedo pedir?



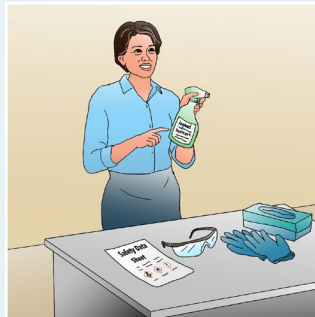
Pida productos más seguros. Los empleadores deben dar etiquetas, información detallada, entrenamiento, protección para su cuerpo y condiciones seguras como por ejemplo suficiente ventilación.



Su empleador debe protegerle de los químicos. Tiene el derecho a:



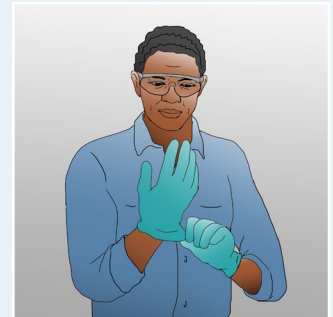
Condiciones seguras, incluyendo productos seguros, ventilación y un lugar para enjuagarse los ojos o la piel



Entrenamiento sobre cómo limpiar de una manera segura. Por ejemplo: ¿Debe diluir el producto? ¿Hay productos que no se deben mezclar?



Información por escrito en etiquetas y hojas del fabricante con más detalles (se llaman Hojas de Datos de Seguridad o *Safety Data Sheets* en inglés)



Protección para su cuerpo, incluyendo ropa protectora, guantes y gafas de seguridad



Todos los productos químicos tienen Hojas de Datos de Seguridad. Estas hojas tienen información importante como los ingredientes, instrucciones para usarlo y posibles efectos de salud.



Las mascarillas de tela o papel **NO** protegen de los químicos.

¿Qué puede hacer para cuidar su salud?

Mi empleador requiere que use productos que pueden tener efectos en la salud. ¿Qué puedo hacer para protegerme?



Lo mejor es usar productos más seguros, pero también hay maneras de hacer el trabajo de formas más seguras.



Para trabajar de forma más segura con todos los productos de limpieza:

- Ponga el producto directamente en el trapo o esponja en vez de rociarlo en el aire.
- Abra puertas y ventanas para ventilar.
- Pida que dejen prendido el sistema de aire acondicionado o circulación de aire mientras trabaja.
- Siga las instrucciones en las etiquetas, incluyendo diluir los productos cuando es necesario y no mezclarlos con otros productos.
- Infórmese sobre el uso seguro del producto. Su empleador debe darle información y entrenamiento, pero también puede buscar en el internet o preguntarle a una persona de confianza.
- Proteja su cuerpo—use ropa que cubra su piel, guantes y gafas.



Nunca mezcle el blanqueador (bleach) con amoníaco porque causa un gas muy tóxico.



Condiciones peores



Condiciones mejores

¿Dónde se pueden encontrar productos más seguros?

¿Hay productos efectivos que son seguros para mi salud?



Sí, hay productos que limpian bien y no dañan su salud. Son fáciles de encontrar y la mayoría no son más caros.



El jabón y agua son muy efectivos para la mayoría de los gérmenes. Cuando hay riesgo de coronavirus, solo se deben desinfectar las superficies que se tocan frecuentemente por varias personas. Hay productos seguros que sirven para la limpieza, incluyendo el bicarbonato, vinagre, jabón de castilla, limón y bórax.

También se pueden comprar productos más seguros. La mejor manera de saber si son efectivos, seguros para las personas y buenos para el medio ambiente es buscar los que tienen estas etiquetas:



Busque los productos que tienen los ingredientes más seguros y que NO tienen los ingredientes para evitar.

Ingredientes más seguros en desinfectantes

Peróxido de hidrógeno—sin el ácido peroxiacético
Productos con alcohol (como isopropanol y etanol)
Bisulfato de sodio
Ácido láctico o cítrico

Ingredientes para evitar en desinfectantes

Hipoclorito de sodio (lejía o blanqueador)
Amonio cuaternario
Acido peracético
Glutaraldehído

Más recursos

- “Recetas” para hacer sus propios productos de limpieza seguros:
https://sfenvironment.org/sites/default/files/fliers/files/sfe_th_factsheet_easysafecleaning_spanish.pdf
- Lista de productos más seguros que son efectivos para el coronavirus:
<https://www.sfapproved.org/safer-disinfectants-covid-19>

Descargo de responsabilidad de OSHA: Este material fue producido bajo la subvención # SH-99089- SH0 de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional, Departamento de Trabajo de USD. No refleja necesariamente los puntos de vista o las políticas del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica el respaldo del gobierno de los Estados Unidos.