

## ¿Cómo sé si tengo una enfermedad relacionada con el asbesto?

Comuníquese con su médico si sospecha que ha estado expuesto al asbesto. Para evaluar las posibles enfermedades relacionadas con el asbesto, el médico realizará lo siguiente:

- una historia de exposición en el trabajo
- un examen físico
- pruebas diagnósticas como rayos X, pruebas de función de pulmón y tomografías computarizadas



## ¿Dónde puedo obtener más información?

Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas  
<http://www.dshs.state.tx.us/epitox>

Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional  
<http://www.cdc.gov/niosh>

Agencia de Sustancias Tóxicas y Registro de Enfermedades  
[www.atsdr.cdc.gov](http://www.atsdr.cdc.gov)

Instituto Nacional del Cáncer  
[www.cancer.gov](http://www.cancer.gov)

Administración de Seguridad y Salud Ocupacional  
<http://www.osha.gov>

La mayoría del material fuente de este folleto se adaptó de información de los sitios web de la Agencia de Sustancias Tóxicas y Registro de Enfermedades (ATSDR) y el Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH).



Environmental & Injury  
Epidemiology & Toxicology Unit  
PO Box 149347  
Austin, TX 78714-9347

(800) 588-1248



Environmental & Injury Epidemiology & Toxicology Unit  
PO Box 149347  
Austin, TX 78714-9347

PLACE  
STAMP  
HERE



# Información sobre la exposición al asbesto en el lugar de trabajo

Environmental & Injury  
Epidemiology & Toxicology Unit  
Texas Department of State Health Services

## ¿Qué son los asbestos?

Los asbestos son un grupo de minerales fibrosos producidos naturalmente que se extraen o liberan de fuentes rocosas nativas. Existen muchos tipos de fibras de asbesto, pero las variedades de crisotila, amosita y crocidolita son de mayor importancia comercial.



La naturaleza física de las fibras de asbesto las hace fuertes, resistentes al calor y no reactivas. Debido a que el asbesto es un buen aislante, la industria ha usado asbesto en cientos de productos comerciales. Los siguientes son ejemplos de material que contiene asbesto (ACM por sus siglas en inglés):

- Material para techar
- Recubrimiento para pisos y tejas
- Aislantes contra incendios y ruido
- Productos de cemento de asbesto
- Repuestos para frenos y embragues de automóvil
- Aislantes para calentadores y sistemas de calefacción y refrigeración
- Telas resistentes al calor

## ¿Cómo puede ocurrir la exposición al asbesto?

La exposición al asbesto puede ocurrir cuando se maneja ACM. Las fibras pueden liberarse en el aire y los trabajadores las pueden inhalar cuando se fabrica o usa ACM. Las fibras de asbesto no se degradan en el medio ambiente.

Las exposiciones ambientales pueden ocurrir al perturbarse ACM durante el mantenimiento, la reparación, la eliminación y la demolición de edificios e instalaciones industriales. Cuando se perturba el ACM, pueden liberarse fibras y partículas microscópicas en el aire en lugares de trabajo y el medio ambiente. A menos que se usen los controles y las prácticas de trabajo apropiados en dichos sitios, el asbesto puede:

- Liberarse en el aire, el agua o el suelo exteriores donde los residentes u otros trabajadores también pueden exponerse a las fibras
- Llevarse a casa en la ropa o la piel de los trabajadores y puede causar exposiciones en familiares y amigos

## ¿Cómo entra el asbesto al cuerpo y cómo sale de él?

Inhalar aire que contenga asbesto y que éste llegue a los pulmones es una forma en que el asbesto entra al cuerpo. Esa es la ruta de exposición de mayor preocupación. Algunas de las fibras de asbesto que llegan a los pulmones se exhalan; otras salen en la mucosidad de los pulmones al toser. Las fibras que llegan a los conductos de aire de los pulmones más profundos se pueden quedar atrapadas en el tejido de los pulmones y pueden causar el mayor daño.

El asbesto también se puede ingerir cuando la mucosidad que sale de los pulmones y los conductos nasales se traga, o tomando líquidos contaminados. Una pequeña cantidad de fibras de asbesto puede penetrar la cubierta de las células del sistema digestivo, pero sólo unas cuantas de ellas llegan al torrente sanguíneo. Dichas fibras entonces se liberan en la orina. Las fibras de asbesto rara vez entran al cuerpo a través de la piel.

## ¿Cuáles son algunas ocupaciones en las que podría haber exposición al asbesto?

Toda ocupación en la que se maneja ACM acarrea riesgo de exposición. Entre algunos ejemplos están:

- Trabajadores de eliminación de asbesto
- Trabajadores de demolición
- Mecánicos automotrices y reparadores de frenos
- Técnicos de calefacción, ventilación y aire acondicionado
- Albañiles
- Carpinteros
- Plomeros
- Techadores
- Peones
- Trabajadores de mantenimiento de pisos
- Inspectores de edificios



## ¿Cómo pueden los trabajadores prevenir la exposición al asbesto?

- Use el nivel apropiado de equipo protector personal y protección respiratoria.
- Cámbiese la ropa antes de salir del trabajo.
- De ser posible, báñese antes de salir del trabajo.
- Deje la ropa sucia en el trabajo.
- Guarde la ropa que no es de trabajo aparte de la ropa de trabajo.
- Lave la ropa de trabajo aparte de la ropa que no es de trabajo y de la ropa de su familia.
- No se lleve las herramientas, la chatarra, el embalaje ni artículos similares a casa.
- Evite que sus familiares visiten su área de trabajo.

## ¿Qué enfermedades se asocian a la exposición al asbesto?

La **asbestosis** es una enfermedad fibrótica crónica de los pulmones resultante de la inhalación a largo plazo de fibras de asbesto respirables.

### Síntomas de la asbestosis

- Falta de aliento
- Tos
- Dolor u opresión en el pecho
- Toser sangre
- Infecciones respiratorias recurrentes

El **cáncer de pulmón** es un tumor maligno que afecta los tejidos y los conductos del sistema respiratorio. Fumar cigarrillos junto con la exposición al asbesto hace que aumenten enormemente las probabilidades de que a las personas les dé cáncer de pulmón.

### Síntomas del cáncer de pulmón

- Tos
- Sibilancia
- Pérdida de peso inexplicable
- Toser sangre
- Falta de aliento
- Dolor de pecho persistente

El **mesotelioma** (cáncer del mesotelio) es un tipo de cáncer que afecta las células que recubren el pecho o las cavidades abdominales.

### Síntomas del mesotelioma

- Falta de aliento
- Dolor de pecho debido a la acumulación de fluido en la cavidad pleural
- Pérdida de peso
- Dolor abdominal
- Obstrucción intestinal
- Anormalidades del sistema sanguíneo

Dichas enfermedades relacionadas con el asbesto tardan muchos años en desarrollarse tras ocurrir la exposición al asbesto.