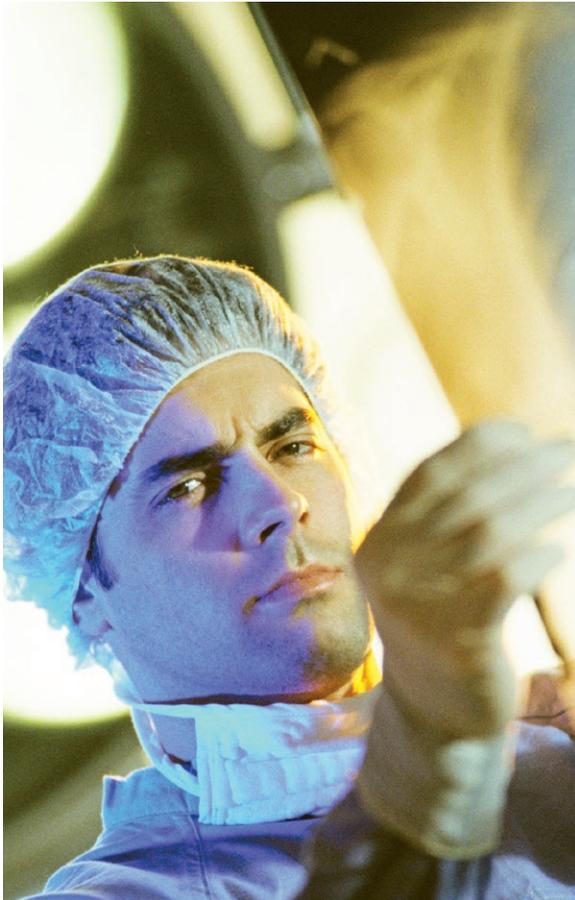


## ¿Cómo sé si tengo una enfermedad relacionada con la sílice?

Consulte a su médico si sospecha que estuvo expuesto a la sílice. Para evaluar la posibilidad de desarrollar enfermedades relacionadas con la sílice, un médico hará lo siguiente:

- Historial de exposición en el trabajo
- Un examen físico
- Pruebas de diagnóstico tales como radiografías de pecho y pruebas de funcionamiento pulmonar



## ¿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 mayor parte del material de referencia en este folleto fue adaptado de los sitios en Internet de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) y del Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH).

Queremos agradecer al Departamento de Servicios de Salud y de Personas Mayores de New Jersey y al Programa de Vigilancia e Intervención de Silicosis por contribuir con fotos para este proyecto.



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 a la sílice en el lugar de trabajo

Unidad de Epidemiología y Toxicología  
Ambiental y de Lesiones  
Departamento Estatal de Servicios  
de Salud de Texas

## ¿Qué es la sílice?

La sílice cristalina es uno de los minerales más comunes en la corteza terrestre. Se encuentra en la arena y en muchos tipos de rocas y minerales, incluyendo el cuarzo.

El polvo de sílice que puede ser respirado es invisible a simple vista. Es tan liviano que puede permanecer en el aire por mucho tiempo. Debido a que puede recorrer grandes distancias por el aire, puede afectar a grupos de población que de otro modo no se considerarían en peligro.

## ¿Cómo puede ocurrir la exposición a la sílice?

Cuando pequeñas partículas de polvo de sílice están en el aire que usted respira, éstas pueden quedar atrapadas en sus pulmones. Aún las partículas de polvo más pequeñas pueden hacerle daño. Al acumularse el polvo en sus pulmones, los pulmones se dañan y resulta más difícil respirar.

Trabajar en trabajos que producen polvo de sílice cristalina que puede ser respirado aumenta la posibilidad de que usted esté expuesto a la sílice.



Exposición potencial a la sílice; un trabajador trabajando en *sandblasting*.

## ¿Qué ocupaciones tienen riesgo de exposición a la sílice?

Algunos ejemplos son:

- Construcción y reparación de carreteras y puentes
- Construcción, demolición y reparación de edificios
- Pulido abrasivo
- Trabajo de albañil
- Acabado de concreto
- Acabado de paneles de yeso (*drywall*)
- Perforación de roca
- Minería
- Control de arena y grava
- Técnicos dentales

## ¿Cómo pueden prevenir los trabajadores ser expuestos a la sílice?

- Evitando trabajar en el polvo en la medida que sea posible
- Usando equipo de protección personal de forma correcta
- Controlando que todos los sistemas de ventilación y el equipo de protección sean reparados y funcionen correctamente
- Evitando comer, beber o usar productos de tabaco en áreas de trabajo polvorosas
- Lavándose las manos y cara antes de comer o beber
- Bañándose y cambiándose de ropa después de trabajar en áreas contaminadas antes de subirse al auto e irse a casa
- Haciéndose un chequeo médico regularmente con pruebas del funcionamiento pulmonar y radiografías
- Siguiendo las regulaciones de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) y la Administración de Seguridad y Salubridad Minera (MSHA)

## ¿Cómo puede afectar mi salud la sílice?

La inhalación de polvo de sílice es la principal causa de silicosis. La silicosis es una enfermedad fibrósica-pulmonar que incapacita y a menudo causa la muerte. Los efectos de la silicosis no pueden revertirse pero el desarrollo de silicosis puede ser prevenido.

Las personas con silicosis generalmente desarrollan la enfermedad luego de haber estado expuestas al polvo de sílice en el trabajo. Hay otras enfermedades que también pueden estar vinculadas a la respiración de polvo de sílice.

La sílice en los pulmones puede abrumar al sistema inmunológico del cuerpo y debilitar la capacidad de la persona para combatir infecciones.

Existen tres tipos de silicosis:

1. La silicosis crónica generalmente ocurre después de 10 años o más de exposición a bajos niveles de sílice cristalina. Este es el tipo de silicosis más común.
2. La silicosis acelerada resulta de la exposición a niveles más altos de sílice cristalina y ocurre después de 10 a 15 años de exposición.
3. La silicosis aguda puede ocurrir después de solo algunas semanas o meses de exposición a niveles muy altos de sílice cristalina. La muerte puede ocurrir en meses.

## ¿Cuáles son algunos de los síntomas de silicosis?

- Falta de aliento
- Tos severa
- Sibilancia
- Debilidad
- Dolor de pecho
- Capacidad pulmonar reducida
- Dificultad para respirar
- Color de la piel azulado o grisáceo

A medida que la enfermedad progresa:

- La falta de aliento empeora
- La tos empeora
- Radiografías del pulmón muestran tejido dañado
- Aumento de cansancio
- Puede haber pérdida de apetito

