



# MotherToBaby

Medicamentos y Más Durante el Embarazo y la Lactancia  
Pregunte a los Expertos

## Hoja Informativa

por la **Organización de Especialistas en Información de Teratología (OTIS)**.  
Para más información de nuestros servicios o para encontrar servicios en su área,  
llame al **(866) 626-6847**. Visítenos en la red en **www.MotherToBaby.org**.  
¡Encuéntrenos! Facebook.com/MotherToBaby o @MotherToBaby en Twitter.

### Trabajar en un Salón de Uñas

En cada embarazo, la mujer inicia con un 3 al 5 por ciento de probabilidad de tener un bebé con malformaciones congénitas. Esto es conocido como su riesgo imprevisible. Esta hoja habla sobre algunas exposiciones generales presentes en lugares de trabajo de los salones manicuristas y se describe algunos recursos disponibles para ayudar a crear una seguridad ambiental en el trabajo. Esta información no deberá usarse como un sustituto del cuidado médico o los consejos de su proveedor de la salud.

#### ***¿Qué clases de peligros podrían haber en mi lugar de trabajo?***

En general, los posibles peligros que los trabajadores manicuristas podrían enfrentar incluyen los químicos, polvo, bacteria, hongos y sentarse por largos períodos. Sólo porque usted trabaja alrededor de un posible peligro, no significa que actualmente tenga niveles de exposición que le causaría un problema o a un embarazo. Hay cosas que usted puede hacer para reducir las posibles exposiciones que pueden ayudarle a tener un embarazo saludable y continuar su trabajo.

#### ***¿Qué clases de químicos posiblemente podría estar expuesta cuando hago mi trabajo?***

El esmalte de uñas y removedor de esmalte de uñas pueden contener ftalatos y solventes (los solventes se disuelven los colorantes y pegamentos). La acetona y el tolueno son solventes comúnmente utilizados. Las uñas artificiales pueden exponer a los trabajadores en el área a la resina de acrílico, los productos de metacrilato, el gel acrílico y los plastificantes (tales como los ftalatos de dibutilo). Los removedores de uñas artificiales podrían contener acetoneitrilo. El gas de formaldehído puede ser suelto en el aire cuando se usan algunos productos de salón manicurista. Los desinfectantes químicos son también utilizados para limpiar las herramientas y bañeras.

Todos los salones son diferentes, la cantidad de contacto que usted tiene con los químicos puede ser diferente entre los trabajadores dependiendo en la clase de uñas artificiales y otros servicios de belleza su salón ofrece, las horas que trabaja y la clase de ventilación o el sistema de aire en su lugar de trabajo.

#### ***¿Cómo puedo aprender acerca de los químicos en los productos que trabajo con mi salón?***

Para aprender más acerca de los químicos específicos con los que trabaja pregunte a su empleador por las fichas de datos de seguridad (FDS, conocido en inglés como MSDS) por cada producto que usted usa. Algunos FDS también están disponibles en línea.

#### ***El salón donde trabajo tiene un olor fuerte. ¿Eso significa que tengo altos niveles de exposición?***

No. Los salones manicuristas muchas veces tienen un olor a químico. La mayoría de los químicos puede ser oída mucho antes que pudiera causar un problema para el trabajador. Por esta razón, el olor químico no puede ser usado para determinar si usted ha tenido una exposición que pueda ser preocupante.

Algunos pequeños estudios de la calidad del aire en los salones manicuristas han encontrado que la mayoría de concentraciones químicas en el aire estaba debajo de los límites recomendados por la exposición ocupacional. Los límites de exposición ocupacional son establecidos para mantener saludables a los trabajadores adultos y esto es tranquilizante. Sin embargo, muchos de estos estudios monitoreando el aire han notado que los niveles de formaldehído son más alto que lo recomendado para una salud respiratoria de los trabajadores. Metacrilato de metilo también ha sido medido en el aire de los salones manicuristas.

Si usted se siente mal (dolores de cabeza, náuseas, mareos o “borracho”) mientras trabaja en su salón, debería moverse a un área con aire fresco y hable con su empleador para encontrar formas para reducir los niveles de químicos en el aire donde trabaja. Si usted se siente enfermo mientras trabaja pero no cuando está en otros lugares, esto podría ser

una señal de advertencia que los niveles solventes en el aire podrían estar altos en su salón manicurista.

### ***¿Necesito preocuparme solamente acerca de los gases de los productos con lo que trabajo?***

No. Hay algunas formas que usted puede estar expuesta a los químicos. Usted puede inhalar gases o vapores de químicos cuando usted o sus compañeros de trabajo usan los productos. Cuando las uñas artificiales son limadas puede inhalar el polvo el cual contiene los químicos. También puede estar expuesta por medio de su piel cuando se está aplicando los productos. Si usted come o toma mientras usa estos materiales podría también accidentalmente ponerlos en su boca.

### ***¿Aumentaría mi riesgo de tener un aborto espontáneo si estoy trabajando en un salón manicurista?***

Posiblemente, si usted está expuesta a altos niveles de químicos. Algunos estudios sobre solventes orgánicos y formaldehído han sugerido un riesgo de aborto espontáneo para los trabajadores con altos niveles de exposición. Sin embargo, los estudios investigando particularmente a los trabajadores de salones manicuristas no han notado un alto riesgo de aborto espontáneo. Usando la protección apropiada y trabajando en un espacio ventilado ayudarán a mantener bajas las exposiciones.

### ***¿Por trabajar en un salón manicurista aumentaría mi riesgo para malformaciones congénitas?***

Esto es poco probable si usted está siguiendo los propios procedimientos de seguridad y las exposiciones son bajas. Algunos estudios sobre los solventes y químicos han sugerido una mayor probabilidad para malformaciones congénitas con altos niveles de exposición. Los estudios entre las mujeres quienes abusaron el tolueno (inhalar los gases para drogarse) encontraron efectos similares a alguien quien abusó el alcohol en su embarazo. Los estudios sobre el formaldehído no han notado un aumento de riesgo en malformaciones congénitas. Algunos estudios examinando específicamente a trabajadores manicuristas en sus salones no han encontrado un aumento de riesgo de malformaciones congénitas en sus hijos.

### ***¿El trabajar en un salón manicurista puede causarme complicaciones o a mi bebé?***

Posiblemente. Algunos productos con los que usted trabaja podrían síntomas de alergia, asma, o reacciones de la piel. Algunos estudios también han reportado que los trabajadores en los salones podrían tener más posibilidad de experimentar la ruptura prematura de las membranas (cuando sale el líquido que rodea al bebé en el vientre). Algunos estudios también han encontrado un alto riesgo de probabilidad para desarrollar alta presión arterial. Un estudio entre mujeres vietnamitas trabajando en salones manicuristas demostró una alta posibilidad de tener bebés que fueron más pequeños de lo esperado. Su proveedor de salud puede ayudarle a controlar su embarazo para sus problemas potenciales.

### ***Trabajo largas horas. ¿Puede estando en una posición incómoda durante largos períodos de tiempo causar algunos problemas a mi embarazo?***

Esto es improbable. Como cambia su cuerpo en el embarazo, podría comenzar a sentirse más incómoda permaneciendo en ciertas posiciones. Tómese algún tiempo para estirarse suavemente o moverse alrededor mientras está en el trabajo.

### ***¿Qué pasa si el padre del bebé trabaja en un salón manicurista?***

En general, las exposiciones que los padres tienen son menos posibles que aumenten los riesgos a un embarazo. Para más información, por favor vea la hoja informativa de MotherToBaby [Exposiciones Paternas y el Embarazo](https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/exposiciones-paternas/) en: <https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/exposiciones-paternas/>.

### ***¿Hay algo que se puedo hacer para reducir mis exposiciones como un técnico manicurista?***

Sí. Hay formas para mantener su lugar de trabajo lo más seguro posible. Estas medidas ayudarán a todos los trabajadores, incluso si no están embarazadas o planeando un embarazo.

- Lávese las manos antes y después de cada cliente.
- Siempre bote los guantes tan pronto como se los quita.
- Póngase guantes y máscaras contra el polvo que están diseñadas para trabajar con los químicos que usted usa. No todos los guantes o máscaras contra el polvo funcionan para todas las exposiciones. Además, los guantes nunca ofrecen una perfecta barrera, así que lávese las manos cada vez que se quite los guantes. Discuta lo que es apropiado para usted con su empleador, su proveedor de salud o un higienista industrial (una persona entrenada en el equipo de protección y equipo que hace los sitios de trabajo lo más seguro posible).
- No coma ni tome en el área de trabajo.

- Si una persona está sangrando, no toque su sangre. Pregúntele que use una bola de algodón o gasa para detener el sangramiento y luego que lo tiren en la basura y que coloque un vendaje sobre la cortadura.
- Use basureros que tienen tapaderas.
- Mantenga todas las botellas y envases bien cerrados con sus propias tapaderas cuando no se usan.
- Limpie y desinfecte herramientas y las bañeras de pie después de cada cliente según lo requerido por la junta de cosmetología de su estado.
- Obtenga aire fresco en su salón (ventilación). Esto puede ser hecho: manteniendo las puertas y ventanas abiertas; usando cualquier ventiladores de techo o sistemas de escape (siempre tenerlos funcionando); o si no hay ningún sistema de escape entonces mantenga el ventilador, calentador, ventilación y el sistema de aire acondicionado (HVAC, por sus siglas en inglés) encendido durante las horas de trabajo (no puesto en “auto”).
- Su trabajo puede instalar mesas de manicurista que tienen un sistema de ventilación construido para retirar los gases lejos de usted. Asegúrese de que siempre están encendidos. Cambie los filtros de carbón al menos una vez al mes. Limpie el lavabo de retén por lo menos una vez por semana. O siga el programa de mantenimiento específico que viene con sus tablas de ventilación particular.
- Cuando sea posible use productos con la menor cantidad de químicos. Reemplace los productos que pueden liberar formaldehído en el aire.
- Lea las etiquetas del producto y sus FDSs. Siga las instrucciones del fabricante acerca de cómo usar, almacenar y deshacerse de los productos.
- Hable con su proveedor de salud acerca de sus vacunas (vacunas que pueden ayudar a protegerle de contraer algunas enfermedades). Hay algunas que podrían ser útiles, como la vacuna contra la hepatitis B.

MotherToBaby tiene una hoja informativa general sobre las exposiciones ocupacionales y maneras de reducir las exposiciones potenciales en <https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/peligros-en-la-salud-reproductiva-en-el-lugar-de-trabajo/>. Su lugar de trabajo debería proporcionar FDS sobre todos los químicos y de propia protección personal para todas las partes de su trabajo. Asegúrese usarlas, aun cuando no está embarazadas.

La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA por sus siglas en inglés) tiene un folleto sobre cómo mantenerse seguro mientras trabaja en un salón manicurista que está disponible para leer en inglés, español, vietnamita, coreano y nepalí en el sitio web de OSHA en este enlace: <https://www.osha.gov/SLTC/nailsalons/>. Si no tiene acceso a una computadora, su proveedor de salud o una biblioteca pública podría ayudarle a obtener una copia.

### ¿A quién puedo contactar para más información?

Si tiene preocupaciones específicas con respecto a su lugar de trabajo hable con su proveedor de salud o llame al MotherToBaby con sus preguntas específicas. Además usted o su empleador puede contactar a un higienista industrial local en <https://www.aiha.org/about-ih/Pages/Find-an-Industrial-Hygienist.aspx> para tener su lugar de trabajo evaluado para las maneras de hacer su lugar de trabajo lo más seguro posible. Las pequeñas empresas también pueden comunicarse con servicios de consulta en el sitio de la OSHA para ayudar a determinar si existen peligros en su lugar de trabajo: 1-800-321-OSHA (6742) y presione el número 4.

Algunos recursos disponibles en el internet:

- Asociación Americana de Higiene Industrial (AIHA): <https://www.aiha.org/about-ih/Pages/Find-an-Industrial-Hygienist.aspx>
- Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH): <http://www.cdc.gov/niosh/>
- NIOSH – Efectos de los Riesgos Ocupacionales en la Salud Reproductiva de la Mujer: <http://www.cdc.gov/niosh/docs/99-104/>
- La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA): <https://www.osha.gov/SLTC/reproductivehazards/index.html>
- OSHA Salón Manicurista Seguridad y Salud: <https://www.osha.gov/SLTC/nailsalons/>
- La Oficina para la Salud de le Mujer en la Administración de Medicamentos y Alimentos (FDA): <http://www.fda.gov/womens/default.html>
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC): <http://www.cdc.gov/>

agosto, 2015