

# Trabajar en un Salón de Manicura

---

Esta hoja trata de algunas exposiciones generales en los lugares de trabajo de los salones de manicura y revise algunos recursos disponibles para ayudar a crear un ambiente seguro en el trabajo. Esta información no debe usarse como un sustituto de la atención médica o los consejos de su proveedor de atención de salud.

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

En general, los peligros en el lugar de trabajo que los trabajadores de manicura podrían enfrentar incluyen los químicos, el polvo, las bacterias, los virus, y los hongos. La distensión muscular debido al trabajar en posiciones incómodas y repetir los movimientos vez tras vez (movimientos repetitivos) también es un peligro en el lugar de trabajo para los trabajadores del salón.

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

Para aprender más acerca de los químicos precisos con los que trabaja, pida a su empleador las fichas de datos de seguridad (FDS, conocido en inglés como SDS) por cada producto que usa. Estas fichas enumerarán los productos químicos en cada producto. Las fichas también describen cómo utilizar el producto de forma correcta y dan recomendaciones para equipo de protección como guantes o máscaras. Las FDS también le dirán cómo almacenar y desechar los productos con los que trabaja. La mayoría de las FDS también están disponibles en línea por una búsqueda.

Los productos utilizados en los salones de manicura son hechos de diferentes químicos. El esmalte de uñas puede contener pigmentos, polímeros, plastificantes, y solventes. Los pigmentos aportan el color. Los polímeros crean el brillo y permiten que el esmalte se pegue. Los plastificantes son productos químicos que aumentan que tan flexible esté el esmalte y por cuanto tiempo dura. Los solventes hacen que el esmalte pueda regarse, y también se utilizan para eliminar el esmalte y romper los pegamentos (adhesivos) y pigmentos.

Los polímeros a los que puede estar expuesto en el trabajo pueden incluir nitrocelulosa y tosilamida / resina de formaldehído (resina TSF). Los plastificantes en los productos pueden incluir ftalato de dibutilo, fosfato de trifenilo y alcanfor. Los solventes comúnmente utilizados en los productos para uñas incluyen acetona, tolueno, acetato de butilo y acetato de etilo. Los productos utilizados con uñas artificiales incluyen aquellos utilizados para preparar o cebar el lecho ungueal (ácido metacrílico), adhesivos (productos de cianoacrilato o metacrilato) y un solvente para remover la uña artificial (a menudo acetonitrilo). El gas de formaldehído se puede liberar al aire cuando se usan algunos productos para salones de manicura. Los químicos desinfectantes también se utilizan para limpiar herramientas y bañeras. Es posible que esta lista no se aplique a todos los trabajadores del salón, así que asegúrese de leer las etiquetas y FDS de los productos utilizados en su área de trabajo.

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

Los salones de manicura muchas veces tienen un olor a químico. La mayoría de los químicos se pueden oler mucho antes que pudieran causar un problema para el trabajador. Por esta razón, el olor químico no puede ser usado para saber si usted ha tenido una exposición que pueda ser preocupante. Algunos pequeños estudios de la calidad del aire en los salones de manicura han encontrado que la mayoría de las concentraciones (niveles) 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. Sin embargo, muchos de estos estudios monitoreando el aire han notado que los niveles de formaldehído son más altos que lo recomendado para la salud respiratoria de un trabajador. Metacrilato de metilo, bencino, y otros químicos también han sido medidos en el aire de los salones de manicura. Debido a que se sabe que los altos niveles de exposición en los salones de manicura pueden no ser saludables para los trabajadores que no están embarazadas, algunos estados están trabajando en las líneas de guías más estrictas para mantener los trabajadores en salones saludables. Discuta los sistemas de ventilación (filtrado de aire y movimiento de aire) en su lugar de trabajo con su jefe u oficial de seguridad del empleo.

## ***¿Necesito estar preocupado solamente acerca de los gases de los productos con los que trabajo?***

Hay diferentes maneras en que usted puede estar expuesta a los químicos. Puede respirar (inhalar) gases o vapores de químicos que usted o sus compañeros de trabajo usan. Los polvos creados cuando lima y forma las uñas, o cuando aplica polvos acrílicos, pueden ser inhalados o tragados. Estos polvos pueden contener bacterias u hongos,

dependiendo de la salud de su cliente. Los polvos y químicos pueden caer sobre su piel cuando aplica los productos. Si usted come o bebe mientras usa estos materiales, también podría accidentalmente introducirlos en la boca. Lavarse las manos adecuadamente y frecuentemente ayuda a reducir sus posibilidades de exposición.

### ***¿Trabajar alrededor de estos químicos y peligros puede dañar mi embarazo?***

Muchos de estos químicos no están bien estudiados durante el embarazo. Los estudios en animales han demostrado que, para algunos de estos químicos, podría haber problemas para un embarazo si la persona que está embarazada está expuesta a niveles extremadamente altos que le causen resultar enferma. Debido a que todos los salones son diferentes, la cantidad de contacto con los químicos y los peligros puede ser diferente entre los trabajadores. Su nivel de exposición depende de la clase de servicios que ofrece su salón, cuántas horas trabaja, el tipo de ventilación o el sistema de aire en su lugar de trabajo, y qué clase de precauciones toma para reducir su exposición. El solo trabajar alrededor de un posible peligro no significa que estará expuesta a un nivel que le causaría un problema.

### ***¿Trabajar en un salón de manicura aumentará la posibilidad de tener un aborto espontáneo?***

El aborto espontáneo puede ocurrir en cualquier embarazo. Según los estudios revisados, no se sabe si trabajar en un salón de manicura aumenta la posibilidad de tener un aborto espontáneo. Los estudios investigando los embarazos de los trabajadores en salones de manicura no han notado una más alta probabilidad de aborto espontáneo. Algunos estudios sobre los solventes orgánicos y el formaldehído han sugerido una posibilidad más alta de aborto espontáneo para los trabajadores con altos niveles de exposición. Usar la protección apropiada y trabajar en un espacio ventilado ayudará a reducir las exposiciones.

### ***¿Trabajar en un salón de manicura aumentará la probabilidad de defectos de nacimiento?***

Cada embarazo comienza con un 3-5% de probabilidad de tener un defecto de nacimiento. Esto se conoce como el riesgo de fondo. Según los estudios revisados, no se sabe si trabajar en un salón de manicura aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento por encima del riesgo imprevisible.

La información de estudios en animales sobre muchos productos químicos encontrados en los salones de manicura no sugiere que la exposición aumentaría la posibilidad de un defecto de nacimiento. Un pequeño número de estudios que examinaron los embarazos de los trabajadores de salones de manicura no ha encontrado un aumento de probabilidad de defectos de nacimiento. Algunos estudios sobre algunos productos químicos que se utilizan en salones de manicura han sugerido un aumento de probabilidad de defectos de nacimiento con altos niveles de exposición. Un pequeño estudio sugirió que las que dieron a luz a bebés con un defecto del corazón tenían más probabilidades de haber trabajado como técnico de uñas durante el embarazo temprano que las que dieron a luz a bebés sin defectos de nacimiento reportados.

Estudios entre personas que estaban embarazadas y usando indebidamente el tolueno (inhala los gases para drogarse) encontraron efectos similares a alguien que usaba el alcohol en su embarazo. Los estudios sobre el formaldehído no han informado un aumento en defectos de nacimiento.

### ***¿Trabajar en un salón de manicura puede causar otras complicaciones para mí o mi embarazo?***

La mayoría de los estudios sobre los cosmetólogos no han informado un aumento en probabilidad para complicaciones del embarazo. Algunos estudios han reportado que los trabajadores en los salones pueden 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 mayor riesgo de probabilidad para desarrollar alta presión arterial. Dos estudios han sugerido una posible asociación con trabajar en un salón de manicura o como cosmetólogo y tener un bebé que es más pequeño de lo esperado. En general, parece que, cuando se siguen las prácticas de trabajo y precauciones adecuadas, la probabilidad para complicaciones del embarazo no es más alta que para las personas de la población general.

Algunos productos que los cosmetólogos utilizan en el trabajo podrían causar síntomas de alergia, asma, o reacciones de la piel. Otros peligros en un salón de manicura, tales como bacterias, virus, hongos, y polvos podrían causar problemas para su salud, pero son menos probables que afecten al bebé en desarrollo a menos que usted se enferme gravemente.

### **La lactancia mientras trabajar en un salón de manicura:**

La cantidad de una exposición que entra en la leche y si la exposición puede afectar a un niño que está amamantando

puede depender de muchas cosas, incluyendo el producto químico o producto exacto, cuánto se usa, y con qué frecuencia se usa. Si tiene preguntas específicas sobre su lugar de trabajo, discútelas con su proveedor de atención de salud o comuníquese con MotherToBaby. Asegúrese de hablar con su proveedor de atención de salud sobre todas sus preguntas sobre el amamantamiento.

### **¿Hay algo que puedo hacer para disminuir mis exposiciones como técnico manicurista?**

Seguir prácticas de trabajo seguras y siempre tomar precauciones para mantener las exposiciones lo más bajas posible será bueno para usted y su embarazo. Estas precauciones ayudarán a todos los trabajadores, incluso si no están embarazadas o planeando un embarazo.

- Lávese las manos antes y después de trabajar en los clientes, antes de comer, beber, o aplicar cosméticos, y después de manejar o transferir los productos.
- Use guantes de nitrilo si trabaja con productos para uñas que contengan productos químicos. Los guantes de látex y vinilo pueden no proporcionar una barrera para algunos productos químicos. Consulte las FDS para obtener recomendaciones de guantes específicas para cada producto con el que trabaje. Recuerde que los guantes nunca ofrecen una barrera perfecta, así que lávese las manos cada vez que se quite los guantes.
- Cubra y proteja cortes o grietas en su piel. La piel dañada puede aumentar la posibilidad de exposición.
- Use gafas protectoras y el tipo adecuado de guantes desechables cuando manipule y transfiera productos.
- Use una máscara contra el polvo, como una máscara N95, diseñada para filtrar partículas diminutas. Una mascarilla de estilo quirúrgico regular no lo protegerá de la inhalación de polvos muy finos. Mascarillas contra el polvo no filtran los químicos del aire.
- No coma ni beba en el área de trabajo.
- Si una persona está sangrando, no toque la sangre. Pídale a la persona que use una bola de algodón o gasa para detener el sangramiento, tirarlo en la basura, y luego que ella misma aplique un vendaje sobre la cortadura.
- Use basureros que tienen tapaderas y mantenga las tapaderas puestas en cada momento.
- 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.
- Deje que entre aire fresco en su salón. Esto puede ser logrado por mantener las puertas y ventanas abiertas y/o usar ventilador de techo o sistema de escape (siempre tenerlos prendidos). 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) prendido durante las horas de trabajo (no puesto en "auto," lo cual permite que el ventilador se apague, así limitando el movimiento de aire).
- Si su salón tiene mesas manicuristas con una ventilación construida para retirar los gases lejos de usted, asegúrese de que siempre están prendidos. 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 para sus mesas 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 siga las instrucciones del fabricante acerca de cómo usar, almacenar, limpiar los derrames, y deshacerse de los productos.
- Hable con su proveedor de salud acerca de sus vacunas (inyecciones que pueden ayudar a protegerle de contraer algunas enfermedades incluso la gripe y COVID-19). Hay algunas vacunas que podrían ser útiles, como las vacunas contra la hepatitis B y COVID-19.
- Su empleador debe proporcionarle la protección personal adecuada para todas las tareas de su trabajo. Asegúrese de usarla aun cuando no está embarazada.
- Tómese un breve descanso cada hora más o menos para cambiar las posiciones del cuerpo. Por ejemplo, si está sentada, levántese y muévase durante unos minutos. O si está de pie, siéntese durante unos minutos.

### **¿Si un varón trabaja en un salón de manicura, podría afectar la fertilidad (capacidad de embarazar a su pareja) o aumentar la posibilidad de defectos de nacimiento?**

No se han realizado estudios para ver si trabajar en un salón de manicura podría afectar la fertilidad o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento por encima del riesgo de fondo. 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 acerca de Exposiciones Paternas en <https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/exposiciones-paternas/pdf/>.

### **¿Cómo puedo obtener más información?**

Si tiene preocupaciones específicas acerca de su lugar de trabajo, hable con su proveedor de salud o contacte a MotherToBaby. Si usted experimenta síntomas de salud en el trabajo (tales como dolor de cabeza), hable con su proveedor de salud. Para más sugerencias, usted o su empleador puede contactar a un higienista industrial local en <https://www.aiha.org/consultants-directory>. Las pequeñas empresas también pueden comunicarse con servicios de consulta en el sitio de la OSHA para ayudar a determinar si existen peligros en el lugar de trabajo: 1-800-321-OSHA (6742) y presione el número 4.

### **Algunos recursos disponibles en el internet:**

- MotherToBaby tiene una hoja informativa general sobre exposiciones ocupacionales y formas de reducir las exposiciones en el lugar de trabajo: <https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/peligros-en-la-salud-reproductiva-en-el-lugar-de-trabajo/pdf/>
- Riesgos para la salud en salones manicuristas: un folleto de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) sobre cómo mantenerse seguro mientras trabaja en un salón de manicura. Disponible en inglés, español, vietnamita, coreano y nepalí: <https://www.osha.gov/SLTC/nailsalons/>
- Cosmetología - Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH): <https://www.cdc.gov/spanish/niosh/topics/cosmetologia.html>
- Protección de la salud de los trabajadores de los salones manicuristas - Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos (US EPA): <https://www.epa.gov/sites/production/files/2015-05/documents/nailsalonguide.pdf>
- Efectos de los Riesgos Ocupacionales en la Salud Reproductiva de la Mujer - NIOSH [http://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/99-104\\_sp/](http://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/99-104_sp/)
- Riesgos Reproductivos - La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA). Disponible en español: <https://www.osha.gov/SLTC/reproductivehazards/index.html>

**Haga clic aquí para ver las referencias.**

**¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en MotherToBaby.org .**

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). *OTIS/MotherToBaby fomenta el lenguaje inclusivo y centrado en la persona. Si bien nuestro nombre todavía contiene una referencia a las madres, estamos actualizando nuestros recursos con términos más inclusivos. El uso del término madre o materna se refiere a una persona que está embarazada. El uso del término padre o paterno se refiere a una persona que contribuye esperma.* Copyright de OTIS, octubre 1, 2021.