# Trabajar en un Salón de Manicura

Esta hoja trata sobre algunas de las exposiciones generales en los salones de manicura como sitios de trabajo y revise algunos recursos disponibles para ayudar a crear un ambiente de trabajo con bajos niveles de exposiciones. 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 productos químicos, polvo, bacterias, virus, y hongos. Los trabajadores del salón también puede sufrir de la distensión muscular debido al trabajar en posiciones incómodas y repetir los movimientos vez tras vez (movimientos repetitivos).

## *¿Qué tipos de productos químicos se suelen encontrar en los productos utilizados en los salones de uñas?*

El esmalte de uñas puede contener pigmentos, polímeros, plastificantes, y solventes. Los polímeros que pueden estar en los productos de salones de manicura 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).

Los productos químicos desinfectantes también se utilizan para limpiar herramientas y bañeras.

El gas de formaldehído se puede liberar al aire cuando se usan algunos productos para salones de manicura.

Los productos utilizados en los salones de manicura son hechos de diferentes químicos.

## *¿Cómo puedo conocer las sustancias químicas de los productos con los que trabajo en mi salón?*

Es posible que la lista anterior no aplique a todos los trabajadores del salón. Para aprender más acerca de las sustancias químicas precisas usadas en su sitio de trabajo, pida a su empleador las fichas de datos de seguridad (FDS, conocido en inglés como SDS) por cada producto que usa. Para obtener ayuda sobre dónde encontrar ingredientes en una FDS, la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional tiene información aquí: https://www.osha.gov/sites/default/files/publications/OSHA3518HCSsafety-data-sheets-quickcard-spanish.pdf.

Las fichas también describen cómo utilizar el producto de forma segura 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. Se requiere que el lugar de trabajo tenga copias de todas las FDS. La mayoría de las FDS también están disponibles en línea por una búsqueda.

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

Debido a que todos los salones son diferentes, la cantidad de contacto con los productos 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.

Muchos de los productos químicos enumerados anteriormente no están bien estudiados durante el embarazo. Los estudios en animales han demostrado que, para algunos de estos productos químicos, podría haber problemas para un embarazo si la persona está expuesta a niveles extremadamente altos que le causen resultar enferma.

### *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 las sustancias químicas 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 haya 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 estaban debajo de los límites recomendados por la exposición ocupacional. Los límites de exposición ocupacional son creados para ayudar a mantener la salud a los trabajadores adultos.

Sin embargo, muchos de estos estudios monitoreando el aire han notado que los niveles de formaldehído eran 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 la exposición a altos niveles de estos puede ser dañino para los trabajadores, algunos estados están trabajando en pautas más estrictas para mantener los trabajadores de salones saludables.

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

Hay diferentes maneras en que las personas pueden estar expuestas a los químicos. Se puede respirar (inhalar) gases o vapores de productos químicos. El polvo creado cuando se liman y se forman las uñas, o cuando se aplican polvos acrílicos, puede ser inhalado o tragado. Estos polvos podrían contener bacterias u hongos, dependiendo de la salud de su cliente. Los polvos y las sustancias químicas pueden caer sobre la piel cuando se aplican los productos. Si usted come o bebe mientras usa estos materiales, también podría accidentalmente introducirlos en la boca. Lavarse las manos adecuadamente y frecuentemente es importante para reducir sus posibilidades de este tipo de exposición.

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

El aborto espontaneo es común y puede ocurrir en cualquier embarazo por muchas razones diferentes. 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 la exposición al formaldehído y productos químicos de la familia de los disolventes orgánicos han sugerido una mayor posibilidad 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?*

De todos los bebés que nacen en los EE. UU. cada año, aproximadamente 1 de cada 33 (3%) tendrá un defecto de nacimiento. Esto se conoce como el riesgo de fondo. No se sabe si trabajar en un salón de manicura aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento por encima del riesgo de fondo.

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. Por lo general, estos estudios no analizan la exposición a más de una sustancia química a la vez.

Un pequeño número de estudios examinando los embarazos de los trabajadores de salones de manicura no ha encontrado un aumento de probabilidad de defectos de nacimiento. Además, los estudios sobre el formaldehído no han informado un aumento en defectos de nacimiento. Sin embargo, otros estudios sobre algunos de los productos químicos que se utilizan en salones de manicura han sugerido un aumento de probabilidad de defectos de nacimiento entre las personas con altos niveles de exposición. El uso de la protección adecuada y el trabajo en un espacio ventilado ayudarán a reducir los niveles de exposición.

Un pequeño estudio sugirió que las personas 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 personas que dieron a luz a bebés sin defectos de nacimiento reportados.

Estudios entre personas que estaban embarazadas y usando indebidamente el tolueno (inhalando los gases para drogarse) encontraron efectos similares a alguien que usó alcohol indebidamente en su embarazo.

## ¿Trabajar en un salón de manicura puede aumentar la probabilidad de otros problemas relacionados con el embarazo?

La mayoría de los estudios sobre los cosmetólogos no han informado un aumento en probabilidad para otros problemas relacionados con el 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 significativamente más alta que para las personas de la población general.

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

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

La cantidad de una exposición que puede entrar en la leche y si la exposición podría afectar a un niño que está amamantando depende de muchas cosas, tales como: la sustancia o producto químico, que tal alta es la exposición, y con qué frecuencia la exposición ocurre. 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 tomar precauciones para mantener las exposiciones lo más bajo 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. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) tienen instrucciones para lavarse las manos disponibles aquí: https://www.cdc.gov/clean-hands/about/index.html?CDC_AAref_Val=https://www.cdc.gov/handwashing/esp/when-how-handwashing.html
- 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 fichas de datos de seguridad del productos 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.
- Hable con su gerente u oficial de seguridad en el trabajo para saber qué sistemas de ventilación (filtrado de aire y movimiento de aire) están implementados en su lugar de trabajo y si funcionan correctamente.

- 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. 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).
- Si su salón tiene mesas manicuristas con una ventilación construida para retirar los gases lejos de usted, asegúrese de que siempre están prendidos. Siga el programa de mantenimiento específico para sus mesas de ventilación particular, tal como cambiar los filtros de carbón y limpiar el lavabo de retén.
- Cuando sea posible use productos con la menor cantidad de químicos.
- Lea las etiquetas del producto y las fichas de datos de seguridad. 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). Hay algunas vacunas que podrían ser útiles, como las vacunas contra la gripe estacional, hepatitis B y COVID-19.
- Su empleador debe proporcionarle la protección personal adecuada (por ejemplo, guantes, máscaras, gafas, delantales) 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 hombre trabaja en un salón de manicura, puede resultar que se más difícil embarazar a su pareja o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento?*

No se han realizado estudios para ver si trabajar en un salón de manicura podría afectar la fertilidad masculina (capacidad para embarazar a la pareja) 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 tiene síntomas de salud en el trabajo (tales como dolor de cabeza), hable con su proveedor de salud. Para mas sugerencias para hacer su salón tan seguro como posible, 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/hojas-informativas/peligros-en-la-salud-reproductiva-en-el-lugar-de-trabajo/
- 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/nail-salons
- Cosmetología – Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH): https://www.cdc.gov/niosh/nail-technicians/about/index.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/
- Riesgos Reproductivas – 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). Copyright de OTIS, 1 de octubre de 2023.