

# Lesiones en los ojos

## Advertencia de peligro



En la construcción, anualmente ocurren más de 10.600 lesiones en los ojos que obligan a los trabajadores a faltar al trabajo. La construcción reporta un porcentaje mucho más alto de lesiones en los ojos que cualquier otra industria.

### El peligro

Clavos, partículas de metal, astillas, y puntas de alambre pueden saltar por el aire. Al mezclar cemento, serruchar, triturar y picar se produce polvo y grava. También la maquinaria pesada que se mueve de un lado a otro produce lo mismo. Los productos químicos y el arco de soldadura pueden quemarle los ojos. Si no tiene cuidado, se puede lesionar o hasta quedar ciego.

### Protéjase

#### QUÉ PONERSE

Siempre utilice gafas que tengan protección a los lados.

Si usa lentes de contacto, use gafas de protección que no tengan orificios de ventilación.

#### Siempre utilice gafas:

- Si sabe que habrá mucho polvo
- Si tiene que trabajar mirando hacia arriba.

#### Use también una mascarilla de plástico que le cubra la cara para:

- Trabajar con productos químicos o metales corrosivos que le puedan salpicar la cara
- Triturar, picar o usar un cepillo de alambre cuando esté trabajando con soldaduras
- Protegerse de las partículas que puedan saltar por el aire
- Limpiar con chorro de arena (el respirador que se necesita para hacer limpieza con chorro de arena tiene casco y una mascarilla fuerte).

**OSHA requiere que su empleador le proporcione protección** para los ojos y para la cara a fin de resguardarse contra las partículas que saltan por el aire, el metal fundido, los productos químicos y la soldadura o radiación.

Muchos lentes de protección (también llamados cristales inactivos) cuestan menos de \$10. Si usa anteojos para ver, cualquier antejo de protección que use tiene que caber por encima de sus anteojos de ver y deben quedarle bien. O también se puede mandar a hacer un par de anteojos de protección que a la vez le sirvan para ver. También puede adquirir anteojos que no se empañen. Es aconsejable que los anteojos estén hechos de policarbonato.

Los lentes de protección deben estar marcados como **ANSI Z87** (que es la indicación de anteojos de seguridad establecida por el American National Standards Institute).

El número del color del lente y el nombre del fabricante deberán estar marcados en todos los cascos para soldar.

**SI TRABAJA CERCA DE UN SITIO DONDE ESTÉN SOLDANDO:** OSHA requiere que haya una pantalla a prueba de fuego alrededor del soldador para proteger a la demás gente de los rayos ultravioletas emanados al soldar. Sin protección, se puede quemar los ojos. No mire el arco de soldadura ni las reflexiones del arco a menos que tenga puesto un casco para soldar que tenga el mismo lente del soldador.

*(Sírbase voltear la página)*

---

\*Se puede obtener más información en las normas para la construcción establecidas por OSHA (en inglés, Construction Standards) y publicadas en el Code of Federal Regulations, CFR 1926.102.

## LO QUE DEBE HACER

- Use **ventilación con vía de escape local** o ventiladores que se lleven el humo y el polvo.
- **OSHA requiere que haya un lugar en el sitio de trabajo donde pueda lavarse los ojos, en caso de que haya material dañino en el ambiente. Infórmese dónde se puede lavar los ojos.**
- **Si se le introduce un producto químico peligroso o irritante en el ojo**, enjuágueselo inmediatamente por unos 15 o 20 minutos continuos y si usa lentes de contacto, sáqueselos mientras se lava. Si es posible, lávese con el chorro de agua del grifo y atiéndase con un médico o una enfermera tan pronto como pueda.
- **Si recibe un golpe en el ojo**, póngase una compresa de agua helada. (También puede echar cubitos de hielo en una bolsa plástica o en un paño limpio). El frío le ayudará a aliviar el dolor y aminorar la inflamación. Si no se le quita el dolor, o comienza a ver borroso, atiéndase con un médico de inmediato.
- **Si recibe un golpe en el ojo con un pedazo de metal**, madera o algún material que provenga de una herramienta eléctrica (como una perforadora o un serrucho), **O**
- **Si sufre una herida o una perforación en el ojo:**
  - No se lo enjuague
  - No se aplique presión
  - No trate de sacarse nada de adentro del ojo

Vaya de inmediato donde el médico.

### Lentes de protección para soldar y cortar con soplete

Tres cosas afectan el número de lente que necesita:

- La intensidad de la energía radiante producida por el trabajo
- La luz de fondo (en interiores o al aire libre)
- El tipo de filtro del lente (estándar o de reflejo)

*Siempre puede usar un lente más oscuro (un número más alto).*

**El número de protección mínimo para el lente estándar es el siguiente:**

Tipo de trabajo	Adentro	Afuera	Tipo de trabajo	Adentro	Afuera
Soldadura de estaño con soplete	2	2	*Soldadura con arco de tungsteno	11	10
Soldadura fuerte con soplete	3	2	*Soldadura con plasma de arco eléctrico	11	10
Corte con soplete	4	3	*Corte con plasma de arco eléctrico	11	10
Soldadura con gases	5	4	*Corte por arco eléctrico con aire/carbón	12	11
*Soldadura con arco metálico	11	10	*Soldadura del núcleo por fundente	12	11
*Soldadura con arco eléctrico de metal protegido	11	10			

\*Los números se refieren a los lentes de filtro estándar. Si se utilizan lentes de reflexión, está bien usar un número más bajo: así que para soldar bajo techo con arco eléctrico de metal protegido, puede usar lentes **de reflexión** 10.

- **Si le duele el ojo, atiéndase con el médico o vaya de inmediato a la sala de emergencia. Si desea más información**, contacte al sindicato local, al Centro de Protección de los Derechos de los Trabajadores (Center to Protect Workers' Rights, CPWR) al teléfono 301-578-8500 o vaya a [www.cpwr.com](http://www.cpwr.com), al Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (National Institute for Occupational Safety and Health, 1-800-35-NIOSH o [www.cdc.gov/niosh](http://www.cdc.gov/niosh)), o a OSHA (1-800-321-OSHA o [www.osha.gov](http://www.osha.gov)) o pase por el sitio web de eLCOSH en la siguiente dirección: [www.elcosh.org](http://www.elcosh.org).

© 2004, The Center to Protect Workers' Rights, El Centro de Protección de los Derechos de los Trabajadores. Todos los derechos reservados. CPWR es una entidad de investigación, desarrollo y capacitación del Building and Construction Trades Dept., AFL-CIO: CPWR, Suite 1000, 8484 Georgia Ave., Silver Spring, MD 20910. (Edward C. Sullivan es presidente del Building and Construction Trades Department y el CPWR y Sean McGarvey es secretario tesorero.) Esta tarjeta ha sido producida gracias a las subvenciones 1 U54 OH008307 del National Institute for Occupational Safety and Health (Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional, NIOSH) y las subvenciones U45-ES09764 y U45-ES06185 del National Institute of Environmental Health Sciences (Instituto Nacional de Ciencias sobre la Salud Ambiental, NIEHS). El contenido de esta tarjeta es responsabilidad exclusiva de sus autores y no representa necesariamente el criterio oficial de NIOSH o NIEHS.