

## ADVERTENCIA DE PELIGRO

**CPWR**   
THE CENTER FOR CONSTRUCTION  
RESEARCH AND TRAINING

# Saturnismo

## Protéjase a usted y a su familia



### ¿Está en peligro?

Es posible que esté en peligro de exponerse al plomo si realiza las siguientes actividades:

- ▶ Limpieza abrasiva
- ▶ Herrería
- ▶ Demolición
- ▶ Pintura
- ▶ Remoción de pintura
- ▶ Plomería
- ▶ Trabajos HVAC
- ▶ Trabajos de electricidad
- ▶ Uso de morteros de plomo
- ▶ Renovación y remodelación

EE.UU. prohibió el uso de pintura que contiene plomo en la construcción residencial en 1978. Sin embargo, aún está en peligro si demuele, mantiene o renueva una estructura residencial de antes de 1978. El plomo aún se usa en las pinturas comerciales e industriales, en puentes, vías férreas, barcos, faros y otras estructuras de acero.

### El polvo de plomo puede intoxicarlo a usted, a sus compañeros de trabajo y a su familia.

La Administración de Salud y Seguridad Ocupacional (OSHA) limita el nivel de plomo al que se puede exponer un trabajador.

### ¿Por qué es peligroso el plomo?

El saturnismo agudo se presenta después de exposiciones elevadas al plomo por un breve lapso. Los primeros signos de intoxicación intensa pueden ser malestar estomacal (o calambres), debilidad, dolor en las manos o pies y cansancio. La exposición a largo plazo puede dañar los riñones, el cerebro y el sistema nervioso y causar problemas sanguíneos como anemia.

Los siguientes son algunos otros problemas de salud que puede ocasionar la exposición al plomo:

- ▶ Olvidos
- ▶ Disminución del tiempo de reacción
- ▶ Irritabilidad
- ▶ Baja concentración
- ▶ Impotencia

**Hable con su médico** sobre su trabajo con plomo y el riesgo de su familia. Hágase evaluar sus niveles de plomo en sangre si presenta cualquiera de esos síntomas.

Fuente: NIOSH. 2018. Problemas de salud ocasionados por el plomo. <https://www.cdc.gov/niosh/topics/lead/health.html>



### Protéjase a usted y a su familia...

Su familia puede intoxicarse por el polvo de plomo que usted lleva a su casa desde el trabajo. **Los niños expuestos a incluso pequeñas cantidades pueden sufrir problemas de salud**, incluyendo cambios emocionales y daño cerebral.\*

#### No lleve el plomo a casa:

- ▶ **Si lleva la ropa y botas de trabajo a casa, guárdelas y lávelas aparte.** Recuerde, cuando el plomo es mayor al límite de exposición permisible de OSHA, su empleador deberá proporcionarle ropa de protección, una habitación para cambiarse y lavandería.
- ▶ **Limpie su vehículo o tractor con regularidad.** aspire y limpie las superficies duras.
- ▶ **Lávese la cara y las manos** antes de fumar, comer o beber. Báñese antes de salir del lugar de trabajo, de ser posible.

\*Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, mayo de 2017. ¿Qué necesitan saber los padres para proteger a sus hijos? [https://www.cdc.gov/nceh/lead/accip/blood\\_lead\\_levels.htm](https://www.cdc.gov/nceh/lead/accip/blood_lead_levels.htm)

### Si el plomo está presente...

#### 1 Capacítase

Muchos organismos gubernamentales (Agencia de Protección Ambiental [EPA], Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano [HUD], y OSHA) exigen a los empleadores que capaciten a los empleados que puedan estar expuestos al plomo en el trabajo. Después de capacitarse, siga todos los requisitos laborales cuando trabaje con superficies cubiertas de plomo para evitar el saturnismo.

#### 2 Controle el polvo de plomo

Usar accesorios de aspiración con las herramientas eléctricas puede evitar que el polvo de plomo quede en el aire, entre en sus pulmones y en su ropa. La ventilación se puede usar para eliminar el humo con plomo que produce el trabajo con calor.

#### 3 Use equipo de protección personal (EPP)

Incluso una cantidad pequeña de polvo de plomo puede ser nocivo. Si trabaja rodeado de polvo de plomo, use un respirador y batas. **La protección mínima del polvo de plomo comienza con un respirador que cubra la mitad de la cara con un filtro P-100.** Cuando use químicos para remover la pintura, vista el EPP recomendado en la etiqueta. Hable con su supervisor sobre los niveles de plomo en el aire y asegúrese de estar protegido.

### Para obtener más información, visite:

- ▶ **Recursos sobre plomo de OSHA**  
<https://www.osha.gov/SLTC/lead/>

**Si cree que está en peligro:**  
Contacte a su supervisor.  
Contacte a su sindicato.  
Llame a OSHA  
1-800-321-OSHA

### Aprenda más sobre los peligros en la construcción

Consiga más de esta advertencia de peligro y tarjetas en otros temas: llame al

**301-578-8500** o envíe un correo electrónico a [cpwr-r2p@cpwr.com](mailto:cpwr-r2p@cpwr.com)

**CPWR**   
THE CENTER FOR CONSTRUCTION  
RESEARCH AND TRAINING

8484 Georgia Avenue  
Suite 1000  
Silver Spring, MD 20910  
301-578-8500  
[www.cpwr.com](http://www.cpwr.com)