

¡Trabaje de manera segura!



Lo que los trabajadores de construcción deberían saber acerca del envenenamiento por plomo

La pintura a base de plomo es un riesgo para la salud que se encuentra en muchas obras en construcción.

El envenenamiento por plomo tiene consecuencias graves para la salud

La mayoría de los adultos con envenenamiento por plomo no se sienten enfermos ni parecen estarlo. Estos son algunos de los síntomas que se pueden sentir:

- Dolores de cabeza
- Calambres estomacales
- Estreñimiento
- Dolor muscular o en las articulaciones
- Problemas para dormir
- Pérdida del apetito sexual
- Fatiga
- Irritabilidad

La exposición al plomo durante un tiempo prolongado puede causar:

- Presión sanguínea alta
- Trastornos nerviosos
- Daño cerebral
- Daño a los riñones
- Daño al sistema reproductivo

Significado del resultado de su examen de plomo

5 mcg/dL: Ha estado expuesto al plomo

10 mcg/dL: Hay que realizar otra prueba de plomo para seguimiento

25 mcg/dL: Necesita más protección o debería estar retirado de las tareas con plomo





Los trabajadores están expuestos al inhalar polvo o gases con plomo

El polvo de plomo en las manos de los trabajadores se puede tragar por accidente al comer, beber o fumar.

Los pintores, herreros, obreros y equipos de demolición que trabajan en estructuras pintadas con pintura a base de plomo son los que corren el mayor riesgo. Estas actividades pueden exponer a los trabajadores a niveles altos de plomo:

- Limpieza con abrasivos
- Cortar con soplete, quemar y soldar
- Uso de afiladoras, lijadoras, pistola de agujas (*needle gun*), raspadores y otras herramientas eléctricas
- Eliminación de remaches
- Lijado y raspado en seco
- Limpiar áreas de trabajo contaminadas con plomo

Los trabajadores pueden prevenir el envenenamiento por plomo

- Use prácticas seguras de trabajo y controles de ingeniería.
- Use métodos de limpieza en húmedo y aspiradoras con filtros HEPA para limpiar las áreas de trabajo. Nunca barra en seco ni utilice aire comprimido.
- Use un respirador apropiado y manténgalo limpio.
- Lávese las manos y la cara antes de comer, beber y fumar. Nunca coma, beba o fume en el área de trabajo.
- Use ropa y botas que sean de uso exclusivo para el trabajo.
- Hágase el exámen de plomo en la sangre regularmente.

Es un requisito para los empleadores proteger a los trabajadores de la exposición al plomo

Los empleadores deben:

- Implementar prácticas seguras de trabajo y controles de ingeniería para proteger a los trabajadores
- Inspeccionar en las áreas de trabajo con plomo y analizar si el aire contiene plomo
- Mantener limpias las áreas de trabajo
- Brindar:
 - Respiradores adecuados y ropa protectora
 - Estaciones para lavarse las manos y duchas
 - Áreas limpias para tomar recesos, comer y cambiarse de ropa
- Capacitar a los empleados acerca de los peligros del plomo y las maneras de prevenir la exposición a este material
- Ofrecer exámenes de plomo en la sangre de manera habitual
- Ofrecer exámenes médicos a los trabajadores que hayan estado expuestos al plomo si ellos tienen:
 - Un nivel de plomo de 40 mcg/dL o más en la sangre
 - Síntomas de envenenamiento por plomo
 - Preocupaciones acerca de su capacidad para tener hijos saludables
- Retirar a los trabajadores de las tareas con plomo si el nivel de plomo en la sangre sobrepasa el límite del nivel obligatorio

Prácticas recomendadas para los empleadores

Los efectos en la salud por la exposición al plomo pueden ocurrir por debajo del nivel obligatorio para retirar al trabajador. Muchos empleadores le ofrecen a los trabajadores protección adicional al:

- Ofrecer exámenes de plomo en la sangre cada mes
- Monitorear los niveles de plomo en la sangre
- Mejorar las protecciones para los trabajadores si los niveles de plomo en la sangre aumentan
- Retirar los trabajadores de las tareas con plomo si el nivel de plomo en la sangre es de 25 mcg/dL o más



Proteja a su familia del envenenamiento por plomo.

El plomo que se lleva a casa en la ropa y el equipo de trabajo puede ocasionar problemas de comportamiento y aprendizaje en los niños pequeños.

- Lávese y báñese antes de dejar su lugar de trabajo.
- Cámbiese la ropa y botas de trabajo antes de dirigirse a casa o de subirse en su automóvil.
- Lave la ropa de trabajo separada de la ropa del resto de la familia.
- Pregúntele a su médico si sus familiares deben obtener un examen de plomo en la sangre.
- Asegúrese de que todos los niños reciban un examen de plomo en la sangre cuando cumplan 1 y 2 años de edad.



Prevenga el envenenamiento por plomo

- Implemente prácticas seguras de trabajo
- Hágase el examen de plomo en la sangre
- Proteja a su familia:
No lleve plomo a su hogar

Los empleadores deben brindar un ambiente de trabajo seguro y saludable.

Para obtener más información:
llame al 311 o visite
nyc.gov/health