

CONSEJOS SOBRE SEGURIDAD Y SALUD PARA LAS MANICURISTAS Y DEMÁS EMPLEADOS DE SALONES DE MANICURE

Trabajar en un salón de manicure puede ser dañino para su salud. La exposición a agentes químicos e infecciosos, y la tensión en sus músculos, son las preocupaciones que más comúnmente se reportan.

Substancias químicas

Hay muchas substancias químicas que se utilizan en los salones, y algunas son más peligrosas que otras. Las y los trabajadores pueden respirar substancias químicas, o es posible que éstas se les metan en la piel o en sus ojos, o incluso es posible que se las traguen cuando comen o beben algo.



La OSHA exige que los empleados tengan copias de la Hoja de Datos de Seguridad (SDS en inglés) para cada producto.

El tolueno, formaldehído y el dibutilftalato son llamados el "trío tóxico" y frecuentemente se encuentran en muchos productos de salones de uñas. Los pulidores de uñas y los endurecedores, los removedores de barniz, los fortalecedores de uñas, las uñas artificiales y los removedores de uñas, así como los adhesivos de uñas, pueden contener todos substancias químicas que en algunos trabajadores podrían causar sinusitis o irritación respiratoria, dificultades para respirar, asma, tos, irritaciones a la piel o alergias.

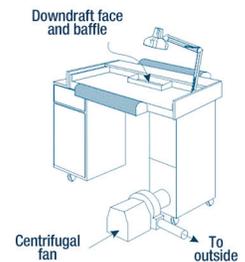


Pasos para proteger a las y los trabajadores de la exposición química:

- 1) **Lee la etiqueta.** Esto da alguna información básica sobre el producto. Insista a su empleador que use productos que son "3-free", es decir, "sin el trío tóxico", o sin ácidos.
- 2) **Capacítate.** Los empleadores deben dar entrenamiento a sus empleadas y empleados para que entiendan de qué forma el producto puede hacer daño y de qué forma se puede usar con menos riesgos. La OSHA (Administración de Salud y

Seguridad) exige que los empleados tengan copias de la Hoja de Datos de Seguridad (SDS en inglés) para cada producto.

- 3) **Ventilen la sala.** Hay que hacer que penetre la mayor cantidad de aire fresco posible y asegurarse de que el aire no haga soplar las substancias químicas sobre la cara de la trabajadora o trabajador. Mantengan siempre encendido el sistema de ventilación y de extracción de aire. Los filtros del sistema deben cambiarse con la frecuencia que el fabricante recomienda. Si hay mesas de ventilación, asegúrense de que estén encendidas y de que se cambien periódicamente los filtros de carboncillo y de polvo HEPA, y que las vasijas para residuos sean limpiadas una vez a las semana.



- 4) **Utiliza pequeñas botellas** con cuellos y aperturas pequeñas. Ciérralas muy bien, y, para tirarlas, utiliza un bote de basura de metal que esté bien tapado al cerrarse. Sigue todas las instrucciones de cómo deshacerse de los residuos sin riesgos: no echar las substancias químicas por el drenaje o por el inodoro.



- 5) **Ni el papel ni las mascarillas de cirugía** protegerán a los trabajadores. Si el nivel de polvo o vapores químicos representa un riesgo para los trabajadores, usted solamente debe utilizar piezas faciales que son respiradores con filtros aprobados por el Instituto NIOSH.
- 6) **Utiliza anteojos protectores** y el tipo correcto de guantes desechables al manejar productos (consulten la hoja de datos SDS). Lávate las manos antes y después de cada cliente o al manejar los productos, y antes y después de comer o beber.

La "ergonomía" quiere decir "adaptar la tarea al trabajador" para evitar lesiones a sus músculos y huesos. Las y los trabajadores de salones de manicure tienen jaquecas y dolores de espalda, de hombros y de manos, por estar inclinadas durante largos períodos de tiempo, y por repetir los mismos movimientos como limar y pulir uñas.

Pasos para proteger a las y los trabajadores contra problemas músculo-esqueléticos:

- 1) Usa una silla ajustable para apoyar tu espalda.
- 2) Toma descansos si es posible. Cambiar la postura ayuda a que fluya la sangre.
- 3) Pon una toalla o una almohadilla al borde de la mesa. Esto brinda un cojín para los brazos, manos muñecas y codos.
- 4) Usa una buena iluminación. Esto evitará inclinarse demasiado.



Agentes infecciosos: Las manicuristas y demás empleados de salones de manicure pueden estar expuestos a **infecciones de hongos** al tocar piel infectada o usar equipo que no está limpio. Los virus como hepatitis B, hepatitis C y sida son una preocupación si una trabajadora entra en contacto con sangre infectada de una cliente o de otro colega.

Pasos para proteger a las y los trabajadores de la infección:

- 1) Usar guantes para evitar tocar piel cortada o infectada. Dale a la cliente o cliente algodón o pañuelo desechable para que deje de sangrar y tira los guantes y demás materiales inmediatamente después de usarlos.
- 2) Limpia y desinfecta las herramientas después de cada cliente. Usa guantes, jabón y agua. Sumérgelas en desinfectante de 10 a 30 minutos, enjuágalas con agua limpia y sécalas con un trapo limpio. Desinfecta las tinas de pies después de cada cliente.



Si eres empleada de un salón de manicure, tu patrón debe darte capacitación y las protecciones que necesitas para trabajar a salvo.



Esta hoja de trabajo fue adaptada de la guía de la OSHA "Stay Healthy and Safe While Giving Manicures and Pedicures : A Guide for Nail Salon Workers" (OSHA 3542-05, 2012).

Financiamiento proporcionado por el Instituto de Prevención de Contaminación del Estado de NY mediante una beca del Departamento de Conservación Ambiental del Estado de NY.

Toda opinión, descubrimiento, conclusión o recomendación expresados proviene del(los) autor(es) y no necesariamente refleja los puntos de vista del Departamento de Conservación Ambiental.

Tus derechos a la salud y la seguridad en el trabajo según la OSHA (la Administración de Seguridad y Salud Ocupacionales)

Si eres una empleada o empleado en un salón de manicure, tu empleador te debe dar un entrenamiento y las protecciones que necesitas para estar a salvo en el empleo. El entrenamiento debe ser en un idioma que tú entiendas.

Tienes el derecho de pedirle a la OSHA que inspeccione tu centro de trabajo y de poner una queja si tu empleador no está siguiendo las reglas de la OSHA.

A dónde acudir para solicitar ayuda:

NYCOSH es una organización no lucrativa que defiende el derecho de toda trabajadora y trabajador de tener empleos seguros y saludables. Visita www.nycosh.org, o llama al 212-227-6440, para obtener más información.

La OSHA es la agencia federal cuya misión es proteger a los trabajadores de centros de trabajo inseguros o insalubres. Visita www.osha.gov, o llama al 1-800-321-6742 para obtener más información sobre las protecciones a las y los empleados de salón de manicure.



También tienes otros derechos en el lugar de trabajo, tales como el derecho al salario mínimo, a pago de horas extras después de 40 horas, y el derecho de quedarte con todas las propinas que tú recibes. Para obtener más información, llama al Departamento del Trabajo del Estado de Nueva York al 888-469-7365 o visita www.labor.ny.gov



**New York Committee for
Occupational Safety and Health**

61 Broadway – Suite 1710, NY, NY 10006
(212) 227-6440 www.nycosh.org

Long Island Office
150 Motor Parkway, Hauppauge, NY 11788
(631) 435-1857