

## Trabaje de forma segura

**Importante:** Con ayuda de las fichas de seguridad, identificar los productos que puedan causar el asma.

### Medidas de prevención:

- Retirar o cambiar los productos peligrosos.
- Evitar la resuspensión de polvo.
- Instalar un sistema de ventilacion y de aspiracion de aire en cada puesto de trabajo.
- Aislar el puesto de trabajo que puede generar una exposicion.
- Modificar los metodo de trabajo o las tareas.
- Informar a los trabajadore sobre los productos que pueden causar asma y los medios de prevencion al momento de usarlos.
- Utilizar de forma correcta la máscara apropiada (aparato de proteccion respiratoria) según la tarea a realizar.



## ¿Qué debe hacer si cree tener los síntomas de asma profesional?

Llene el cuestionario sobre el asma que le dieron.

Si no lo tiene, aqui lo puede encontrar:  
[www.santeautravail.qc.ca/documents/13275/14acee30-2dba-4c14-b0a5-3d73263cdb2b](http://www.santeautravail.qc.ca/documents/13275/14acee30-2dba-4c14-b0a5-3d73263cdb2b)

**Si respondo “si” tres veces o mas, es una señal de alarma! Posiblement esta desarrollando un asma profesional.**

Para mas informacion, contactenos :

- Nombre de la enfermera:
- Telefono:
- Correo:

Direction de santé publique de la Montérégie  
CISSS de la Montérégie-Centre  
**Fuentes:**

- [www.cchst.ca/oshanswers/diseases/asthma.html](http://www.cchst.ca/oshanswers/diseases/asthma.html)
- [www.irsst.qc.ca/media/magazines/V27\\_01/7-14.pdf](http://www.irsst.qc.ca/media/magazines/V27_01/7-14.pdf)
- [www.cnesst.gouv.qc.ca/sites/default/files/publications/asthme-professionnel.pdf](http://www.cnesst.gouv.qc.ca/sites/default/files/publications/asthme-professionnel.pdf)
- [reptox.cnesst.gouv.qc.ca/asthme/Pages/asthme-professionnel.aspx](http://reptox.cnesst.gouv.qc.ca/asthme/Pages/asthme-professionnel.aspx)

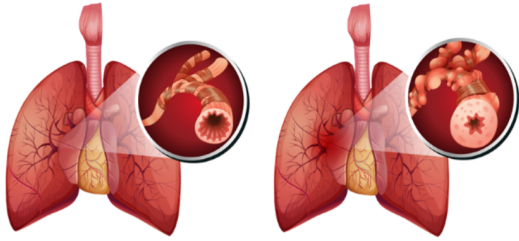


## Asma profesional

**Plegable de información dirigido a los trabajadores que están expuestos a productos que pueden causar asma profesional**

## ¿Que es el asma profesional?

- El asma es una enfermedad respiratoria que hace que los conductos de aire de los pulmones (bronquios) se hinchen y se estrechen.



**Se le llama asma profesional porque la causa de la enfermedad es la exposición a algunos productos utilizados en su sitio de trabajo.**

Sintomas del asma:

- Tos
- Sibilancias o silbidos al respirar
- Dificultad creciente para respirar
- Opresión en el pecho (pecho apretado)
- Sensación de cansancio por la falta de aire

Si usted nota una mejoría de los síntomas durante los fines de semana, los días festivo o las vacaciones, la enfermedad puede estar relacionada con su trabajo.



## ¡El asma profesional no es igual para todos!

- No todos los trabajadores van a reaccionar de la misma manera cuando se exponen al mismo producto.
- El asma puede aparecer después de una sola exposición a una gran cantidad de un producto o después de cortas y repetidas exposiciones al producto.
- El asma profesional puede aparecer después de algunas semanas o muchos años de exposición a uno o varios productos.
- Los síntomas pueden manifestarse en diferentes tiempos: después de una o varias horas de haber iniciado el horario de trabajo, de regreso a casa o por la noche.



## ¿Que productos pueden causar el asma profesional?

- El polvo de madera o aserrín
- El polvo de harina
- Los condimentos
- Productos de origen animal (ex.: saliva, pelos, plumas, crustaceos)
- Líquido de enfriamiento
- Latex
- Algunos detergentes o jabones
- Isocianatos en pinturas y lacas
- Algunos metales como el cromo, cobalto, níquel, etc.

