

8 Consejos para prevenir **Exposición al Asbesto** en Los Trabajadores Agrícolas

1

Tenga cuidado con los edificios antiguos, equipos y vehículos.

Aunque la mayor parte de la fabricación de asbesto terminó a finales de la década de 1980, muchos edificios y equipos agrícolas antiguos aún contienen asbesto.

2

No intente quitar el asbesto usted mismo.

La mayoría de los tipos de asbesto son frágiles y se rompen fácilmente cuando se tiene contacto con ellos. Consulte a un especialista en eliminación de asbesto que pueda realizar pruebas y eliminar el asbesto de manera segura.

3

Utilice únicamente respiradores N100 o P100 aprobados por NIOSH que le queden correctamente como protección contra la inhalación de asbesto.

No use máscaras básicas de papel o fibra contra el polvo, pañuelos o respiradores de aire de grado inferior, que brindan poca o ninguna protección contra las fibras de asbesto.

4

Use ropa protectora adecuada si existe la posibilidad de que encuentre asbesto.

Las fibras de asbesto pueden adherirse a su ropa y potencialmente ser inhaladas o ingeridas. Asegúrese de que su máscara esté bien ajustada.

5

Moje o cubra los escombros relacionados con asbesto para minimizar el polvo.

La mejor medida preventiva es no tener contacto con materiales con asbesto, pero si los materiales deben manipularse, humedecer las fibras de asbesto hace que sea menos probable que se esparzan por el aire.

6**Contacte a su médico lo antes posible si ha estado expuesto al asbesto.**

Actualizar su historial médico es importante en caso de que desarrolle síntomas más adelante. Los cánceres como el mesotelioma pueden tardar de 20 a 60 años en mostrar los síntomas.

7**Dúchese y lávese bien después de estar en un área con asbesto para quitar el polvo y las fibras que podrían ser esparcidas por el aire.**

Los trabajadores con fibras adheridas al cabello y a la piel pueden transferir asbesto a través de un abrazo u otro contacto.

8**Deseche su ropa apropiadamente o use overoles desechables cuando manipule materiales con asbesto.**

Lavar la ropa cubierta con polvo de asbesto o fibras diminutas puede provocar exposición para usted y los miembros de su familia.