



# Recetas para la PREVENCIÓN

Los consejos de Western States  
Pediatric Environmental Health Specialty Unit



## Exposición al asbesto en el ambiente



### ¿Sabía usted?

**E**l asbesto se usó por un tiempo en la construcción de edificios por sus capacidades de protección contra incendios, aislamiento contra calor y frío y reducción de ruido. Su uso fue prohibido en los Estados Unidos al final de los 1970 por los peligros que tiene para la salud, entre ellos un mayor riesgo de contraer cáncer. Además de su uso en edificios, el asbesto se ha encontrado en algunos materiales de juego para niños que contienen talco, como la arena de juego, crayolas importadas, polvo para impresiones dactilares y kits de maquillaje.

### Haga esto

- ✓ **Si su casa, lugar de trabajo o escuela está siendo renovada** y fue construida antes de 1980, pida que un profesional de asbesto autorizado evalúe el riesgo de exposición.
- ✓ Contacte a su departamento de salud local para que le ayude a encontrar contratistas certificados.
- ✓ **Si usted se expone al asbesto:**
  - ✓ Dúchese y cambie de ropa y zapatos antes de volver a casa.
  - ✓ Lea los **procedimientos requeridos por OSHA** sobre la seguridad con respecto al asbesto en el trabajo.
- ✓ **Pida una copia** del plan de manejo de asbesto de su escuela.
  - ✓ **Para más información** sobre el asbesto en las escuelas
- ✓ **Compre sólo arena de juego** con la etiqueta "crystalline silica-free" (libre de sílice cristalino)
- ✓ **Llame a la línea de ayuda de la EPA** (Agencia de Protección Ambiental) para más información al 800-368-5888

### No haga esto

- ✗ **No toque, alborote ni dañe el asbesto** si usted sospecha que está presente en su casa. Si el asbesto no está dañado, es mejor dejarlo contenido y sin molestar.
- ✗ **No use productos que contengan talco**, especialmente el talco en polvo.
- ✗ **Esté al tanto de reportajes** y retiradas del mercado de productos infantiles (crayolas, etc.). Estos son reportados localmente o incluidos en esta lista.
- ✗ **No fume** si usted corre riesgo de exponerse al asbesto o ya ha sido expuesto. Los fumadores tienen un riesgo mucho mayor de sufrir problemas de salud debido al asbesto.



Para más información, escanee el código o visite:  
[wspehsu.ucsf.edu/prescriptions-for-prevention-environmental-hazards](https://wspehsu.ucsf.edu/prescriptions-for-prevention-environmental-hazards)