



Allergy & Asthma Network

Mothers of Asthmatics

El asma ocupacional



El asma ocupacional es el asma inducida por alérgenos o irritantes al interior del lugar de trabajo. Si una persona sufre de asma ocupacional, síntomas como sibilancias, dificultad respiratoria, sensación de opresión en el pecho y tos, aparecen por lo regular poco después de llegar al lugar de trabajo, y mejoran o desaparecen cuando la persona termina la jornada laboral. Es posible que algunas personas no presenten síntomas hasta doce o más horas después de estar expuestas al alérgeno. Los síntomas generalmente empeoran hacia el final de la semana de trabajo, y pueden — aunque no siempre — desaparecer por completo durante los fines de semana o las vacaciones.

Las personas con antecedentes familiares de alergias son más propensas a desarrollar asma ocupacional. Por eso, su médico le pedirá una historia familiar de alergias o asma.

Existen muchas sustancias al interior del lugar de

trabajo que pueden causar asma ocupacional. Los desencadenantes más comunes son polvo; químicos como pinturas o líquidos de limpieza; polvos de madera (aserrín), harina o metales; látex (guantes, por ejemplo); caspa de animales, gases y hongos.

Las ocupaciones que presentan un mayor riesgo son:

- Panaderos
- Personal de limpieza o mantenimiento
- Enfermeras y otro personal de salud
- Fabricantes de detergentes
- Fabricantes de medicamentos
- Granjeros
- Trabajadores de laboratorios
- Personal que trabaja con metales
- Molineros
- Personas que trabajan con plástico
- Personas que trabajan con madera

Diagnóstico



Para saber si sufre de asma ocupacional el médico le pedirá una historia clínica, que como ya mencionamos incluye antecedentes familiares de alergias y/o asma, así como información de cuándo y cómo aparecen los síntomas de asma. El

médico, además, puede realizar los siguientes exámenes:

- Conteo sanguíneo completo.
- Exámenes de sangre para buscar anticuerpos contra la sustancia.
- Prueba de provocación bronquial (prueba que mide la reacción al alérgeno sospechoso).
- Radiografía de tórax.
- Tasa de flujo espiratorio máximo.
- Pruebas de función pulmonar.

Prevención

Si ha sido diagnosticado con asma ocupacional, dejar el lugar de trabajo no es la opción más fácil para la mayoría. Por eso, prevenir es la clave y evitar al máximo la exposición a la sustancia que causa los síntomas de asma es el mejor tratamiento.

- Si trabaja en un edificio, intente transitar por los lugares donde haya menos exposición a la sustancia. Esto puede ayudar, pero solo a algunas personas. Con el tiempo, incluso una exposición mínima a lo que desencadena sus síntomas puede provocar asma.
- Protéjase de las sustancias que le pueden causar daño, usando una máscara, guantes, respirador, u otra barrera. Esta es, para muchos, la mejor opción ya que protege sus vías respiratorias de los alérgenos y partículas que hay en el aire.



- Ventile bien su área de trabajo para que gases o polvos irritantes no se acumulen
- Limpie bien su área de trabajo y deje ropa y zapatos contaminados fuera de su hogar
- Comunique a sus colegas las causas de su asma para que ellos le ayuden a mantenerse sano
- Si el médico le recetó corticoesteroides para controlar la inflamación de sus vías respiratorias, no deje de tomarlos aunque se sienta bien. Si le recetó un inhalador, llévelo consigo durante las horas de trabajo en caso de los síntomas aparezcan
- Mantenga una lista de nombres y números de teléfono de contactos de emergencia en su billetera, junto con una lista de sus enfermedades y los medicamentos que está tomando.



8201 Greensboro Dr., Suite 300, McLean, VA 22102
aanma.org • redalergiayasma.org
800.878.4403