



Qué hacer para no quedarnos ciegos en el trabajo

Por Aurora Villegas Neri

Cada año, miles de personas se quedan ciegos debido a lesiones en los ojos causadas por accidentes laborales,¹ las cuales podrían evitarse utilizando protección adecuada en ojos y cara.

Recordemos que, para el cerebro, los ojos son como una cámara, porque funcionan de la misma forma a partir de sus componentes:

- Una lente que enfoca la luz.
- Un iris que controla la cantidad de luz que entra en el ojo.
- Receptores que captan la imagen que vemos.
- Un nervio óptico que sirve como cable para transmitir información de los receptores del ojo al cerebro.

Una cámara está fabricada con plástico o metal, pero el ojo se conforma de tejidos blandos y vasos sanguíneos, susceptibles a un daño permanente en caso de que se lastimen. Los principales accidentes incluyen objetos fijos o en movimiento que puedan golpear el ojo, productos químicos y otros materiales peligrosos, y visualización de fuentes de energía radiante (soldadura).

¹ Sólo en el Estado de México, durante el 2016, se reportaron 661 accidentes de trabajo con lesiones en el ojo (34%), 1 109 quemaduras y corrosiones en general (56), 140 enfermedades del ojo y sus anexos (7); asimismo, 44 dictámenes de invalidez por trastornos de la coroides y de la retina (2) y 23 por alteraciones de la visión y ceguera (1). (STPS. "Estadísticas sobre riesgos laborales". <<http://autogestion.stps.gob.mx:8162/estadistica.aspx>>).

Ante este panorama, el equipo de protección constituye una herramienta de prevención y cuidado. A continuación mencionamos las características de algunos:

- Los lentes o gafas de seguridad son fuertes y resistentes al impacto y al calor; deben estar aprobadas por ANSI-SEA (Internacional Security Equipment Association) z-87 y OSHA (Occupational Safety and Health Administration) para cumplir con las regulaciones mexicanas.
- Los *googles* dan más protección que las gafas porque se ajustan al rostro y brindan más protección en situaciones de salpicaduras de líquidos, humos, vapores, polvos y nieblas.
- Las caretas se usan a menudo en operaciones que exponen a un individuo a metal fundido, salpicaduras químicas o partículas voladoras; algunas vienen integradas a un casco, pero siempre se deben utilizar con gafas de seguridad.
- Los cascos de soldadura proporcionan protección facial y ocular; se usan lentes especiales de absorción que filtran la luz intensa y la energía radiante. Al igual que con las caretas, se deben usar gafas o *googles*.

Es importante recalcar que los lentes de uso habitual no proporcionan la misma protección en el lugar de trabajo, por ello se recomienda el equipo descrito.

Si se usan lentes de contacto, se deben seguir los siguientes consejos de seguridad.

- No se deben utilizar junto con un respirador de cara completa. Si se siente algo debajo de éstos, hay que retirarlos y limpiarlos.
- Si se trabaja en áreas con exposición a humos, polvos, vapores, salpicaduras de productos químicos, metales fundidos, calor intenso, luz o deslumbramiento, estos lentes deben usarse con suma precaución, ya que puede haber reacciones que causan daño. Entre las principales consecuencias están las quemaduras, disminución o pérdida de la vista, dolor, enrojecimiento, inflamación, tics, cortes, ampollas, dilatación de la pupila y tejido ocular nebuloso.
- Algunos productos químicos pueden dañar los lentes y causar lesiones permanentes.

LOS LENTES DE SEGURIDAD DEBEN CUMPLIR CON LAS REGULACIONES MEXICANAS

- Tener un par de lentes adicionales o de anteojos en caso de que se pierda o dañe uno mientras se trabaja.

Para el cuidado de los equipos de protección ocular, se recomienda:

- Utilizar jabón suave y agua; también se pueden usar toallitas diseñadas especialmente para la limpieza de equipos de protección ocular.
- No usar jabones abrasivos, papel rugoso o toallas de tela, ya que pueden rayar o afectar el equipo.
- Mantenerlos en buenas condiciones de trabajo; si no es así, hay que repararlos o reemplazarlos.
- Hablar con el supervisor de seguridad en caso de duda sobre el equipo.



Lo anterior nos lleva a reflexionar sobre la importancia del sentido de la vista. A medida que envejecemos, los ojos cambian, lo que puede afectar la seguridad en el trabajo y en casa. Por lo tanto, es recomendable darnos el tiempo para un examen de la vista cada año. 



Aurora Villegas Neri es ingeniera Química Industrial por el IPN-ESIQIE. Actualmente estudia la Maestría en Seguridad e Higiene Ocupacional en la Secretaría del Trabajo y Previsión Social del Estado de México. Su campo de acción se centra en equipo de protección personal, supervisión de residuos peligrosos, no peligrosos, así como protección civil y capacitación laboral.