Lista de verificación de exposición en mi lugar de trabajo



Gases y vapores de químicos, pinturas o solventes.

Polvos orgánicos (p. ej., cáñamo, algodón, granos,

Hongos, bacterias, virus u otros microorganismos.

harinas o aserrín).

Caspa animal.

Otro(s).

Lista de los puntos a conversar con su médico

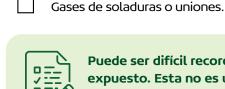
Si actualmente trabaja o ha trabajado en cualquier tipo de trabajo en que el haya respirado polvos, humos, gases o vapores peligrosos, es importante que lo converse con un médico. Su médico debe estar en conocimiento de estas exposiciones, incluso si usted no presenta ningún síntoma, dado que puede pasar mucho tiempo hasta que se desarrolle la enfermedad.

Esta lista de verificación es una quía para ayudarle a preparar su cita para compartir esta información importante con su médico.



Dónde trabaja

i	Es posible que su médico no esté familiarizado con su función específica, obligaciones laborales o de la industria, de modo que es mejor ser lo más específico(a) posible al describir sus tareas y potenciales exposiciones.		
	Qué tipo de trabajo hace	Describa cómo es un día típico y sea lo más específico posible. Si habla sobre sus trabajos anteriores, incluya también aproximadamente los períodos en los que trabajó allí.	
	La clase de trabajo que realizó con agentes peligrosos o las maneras en las que sus pulmones estuvieron expuestos	Esto incluye la manera en que se manejaban los agentes peligrosos, que incluye calentar, quemar, triturar, moler, pulir, lijar, serruchar, rociar y detonar.	
	Con qué frecuencia y durante cuánto tiempo está o estuvo expuesto a los agentes peligrosos	Durante un turno de trabajo típico o semana de trabajo, que incluye horarios de turnos durante su carrera laboral.	
	Agentes peligrosos con los que usted trabajó o estuvo cerca	Puede ser útil tomar cualquier ficha de datos de seguridad (Safety Data Sheet - SDS) o de Declaración de método de trabajo seguro (Safe Work Method Statement - SWMS), si están disponibles para usted.	
según el tipo de trabajo que hace o hizo, los agentes peligrosos pueden incluir:			



Puede ser difícil recordar o ser consciente de todos los agentes peligrosos a los que estuvo expuesto. Esta no es una lista específica o exhaustiva de los agentes peligrosos que se pueden respirar en el trabajo, pero puede ayudarle a recordar, y su médico le puede preguntar por otros.

Amianto (asbestos).

Polvo de carbón.

Polvo de sílice (p. ej., roca, cuarzo o piedra).

Polvos de metales duros o plásticos.

Escapes de motores diésel.

	de medidas de control usadas en su jo para reducir su riesgo a la sición	Estas pueden incluir ventilación, escapes, prácticas de corte húmedo, equipos de protección personal (Personal Protective Equipment / PPE) (tales como el tipo de máscara que se le ha provisto y si las máscaras fueron probadas en su ajuste), horarios de turnos, cambios de ropa o ducha antes de salir del trabajo, u otras medidas que se relacionen con su(s) función(es) específica(s).
Hi	storia médica	
ese e	cipación en el control de la salud: si s el caso, es útil que usted lleve los cados a la cita con el médico.	El control de la salud implica controles regulares realizados por un médico certificado para controlar cualquier cambio posible en su salud. Ciertos agentes peligrosos , tal como el polvo de sílice, le exigen a su empleador organizar y pagar para que se someta a un control de salud.
	uier síntoma que usted presente, vendo:	Cuando comenzaron Si mejoran cuando esta fuera del trabajo, tal como cuando está de vacaciones. Si algún compañero de trabajo presenta síntomas o se le ha diagnosticado una enfermedad pulmonar ocupacional.
Factores de estilo de vida		
	uier pasatiempo que tenga donde expuesto a agentes peligrosos	Ciertos pasatiempos o proyectos hogareños también pueden exponerle a agentes peligrosos, tales como los de "hágalo usted

Para comprender cabalmente sus exposiciones en el trabajo, su médico querrá tener la misma información sobre todos los lugares anteriores de empleo.

Hablar con su médico sobre su trabajo actual y anterior puede llevarle más tiempo que el de una cita estándar. Si es posible, solicite una cita más larga con el médico. Se recomienda que vaya con su pareja, familiar o amigo, dado que ellos pueden ayudarle a recordar información y apoyarle durante la cita.

uso, si lo hubiera.

mismo" o tener aves como mascotas.

Si bien su estado de fumador o de vapeador no se relaciona

directamente con su lugar de trabajo, es posible que su médico probablemente le pregunte sobre el uso de tabaco o vapeo. Esto puede incluir la frecuencia con cualquier uso actual y su historial de



Para obtener más información

Para obtener más información sobre cómo proteger los pulmones en el trabajo, visite nuestro sitio web: lungfoundation.com.au/occupational-lung-disease/

Lungfoundation.com.au enquiries@lungfoundation.com.au Llamada gratuita 1800 654 301

Ya sea que usted fume o vapee, o si ha fumado o vapeado anteriormente