

Ficha de Apoyo Preventivo

Decreto 28

Hipobaria Intermitente Crónica



Objetivo corporativo: entregar a trabajadores, instrumentos de apoyo a la gestión de capacitación que deben desarrollar, para que en forma simple, práctica y efectiva se cumpla con la “Obligación de Informar los Riesgos Laborales”, a los trabajadores; según lo establecido en el artículo 21 del 44/2025 del Ministerio del Trabajo y Previsión Social.

1 | Definición

Hipobaria es la disminución de la presión barométrica con respecto al nivel del mar. Esta condición se encuentra en faenas que se emplazan a más de 3000 mt. msnm.



2 | Trabajador expuesto a hipobaria intermitente crónica

Es todo aquel que desempeñe sus labores a gran altura geográfica, sobre los 3.000 msnm por más de 6 meses, con una permanencia mínima de 30% de ese tiempo en sistemas de turnos rotativos a gran altitud y descanso a baja altitud.

Estos trabajadores sufren cambios fisiológicos, anatómicos y bioquímicos reversibles por la disminución de la presión barométrica.

3 | Principales efectos de la altura en el organismo

Se presenta hipoxia (disminución del aporte de oxígeno a las células) por hipobaria (disminución de la presión barométrica respecto del nivel del mar)



Efectos agudos:

- Taquicardia (Aumento de frecuencia cardíaca).
- Aumento frecuencia respiratoria.
- Dificultad respiratoria.
- Cefalea (dolor de cabeza).
- Pérdida de apetito.
- Náuseas y vómitos.
- Fatiga.
- Dificultad para dormir. Edema pulmonar (acumulación de líquido en los pulmones).
- Edema cerebral (acumulación de líquido en el cerebro).

Efectos crónicos:

- Policitemia (aumento de glóbulos rojos en la sangre).
- Apnea central del sueño y agravamiento de la apnea obstructiva del sueño.

4 | Contraindicaciones para el trabajo a gran altitud

Contraindicaciones para el trabajo a gran altitud

- Menores de 18 años.
- Embarazo.
- Algunas enfermedades cardíacas.
- Hipertensión Arterial descompensada.
- Enfermedades respiratorias crónicas.
- Diabetes Mellitus descompensada.
- Apnea del sueño sin tratamiento.
- Obesidad con Índice de Masa Corporal mayor de 35.
- Patologías psiquiátricas mayores y adicciones.
- Anemia (disminución de glóbulos rojos en la sangre)

