

**CARTILLAS ESPECÍFICAS**

**8**

# **Riesgos en Sector Pesca**



GOBIERNO DE CHILE  
INSTITUTO DE NORMALIZACIÓN PREVISIONAL  
DIRECCIÓN DEL TRABAJO

[www.prevencionderiesgos.cl](http://www.prevencionderiesgos.cl)  
[www.dt.gob.cl](http://www.dt.gob.cl)

# Riesgos en Sector Pesca



## INTRODUCCIÓN

Esta industria concentra alrededor de 40.000 trabajadores, donde el 36% corresponde al sector femenino. El trabajo comprende la realización de diferentes labores como son el corte, eviscerado, descolado, selección del producto, envasado, etc. La presencia de mujeres está principalmente en las líneas de desespinado, recorte y moldeado del salmón y en el desconchado y descolado de mariscos. En estos procesos se utilizan diferentes etapas de refrigeración, congelación y ultracongelación, de manera de asegurar la conservación de los productos; el trabajo se realiza en un medioambiente frío, a una temperatura que varía entre 2 y 16 grados y donde los productos que se manipulan se encuentran en un estado fresco, enfriado o congelado.

Se trabaja además en un ambiente húmedo, en permanente contacto con agua y en posturas que son principalmente de pie. La manipulación del producto exige un ritmo de trabajo rápido y un esfuerzo repetitivo de manos y brazos que no siempre se acompaña de pausas y descansos necesarios para evitar lesiones y trastornos por sobreuso.

La exposición a bajas temperaturas es también otra fuente de preocupación, cuando no se cumplen las condiciones básicas de protección para el trabajo en ambientes fríos.

La forma en que se organiza el trabajo y las medidas preventivas con que cuenta la empresa juegan un rol fundamental y tienen una relación directa en los factores de riesgo para la salud y la seguridad de las trabajadoras y trabajadores.

Esta guía, dirigida a trabajadores, pretende entregar información y recomendaciones a fin de contribuir a evitar los problemas de salud más frecuentes que se presentan en el sector. Aquí se abordan aquellos riesgos relacionados con los trastornos musculoesqueléticos, enfermedades de la piel, alergias de contacto, lesiones más frecuentes y los riesgos de deterioro y pérdida de la audición.

## LESIONES MUSCULOESQUELÉTICAS

Se usa este término para designar el daño o lesión de los músculos, tendones y/o articulaciones.

Estas lesiones se producen por la realización de tareas que exigen movimientos manuales repetitivos, posturas incorrectas y por sobreesfuerzos. La repetición del mismo movimiento durante horas puede causar un estrés muscular y provocar lesiones; en la medida que la rapidez aumenta, mayor es el estrés muscular, aumentando el riesgo de lesión.

En este sector las lesiones más comunes son: tendinitis, tenosinovitis y el síndrome del túnel carpiano.

### Tendinitis

Se manifiesta por dolor, inflamación, enrojecimiento de manos, muñecas o antebrazo y dificultades para utilizar la mano. Su causa principal es la realización de movimientos rápidos y repetitivos y la manipulación de piezas pequeñas.

### Tenosinovitis

Se expresa en dolores, inflamaciones y dificultades para utilizar la mano, es causada por realizar movimientos repetitivos, con un aumento del ritmo de trabajo.

### Síndrome del Túnel Carpiano

Se presenta hormigueo, dolor y falta de sensibilidad en los dedos de las manos. Es causada por la exposición a vibraciones y a un esfuerzo muscular prolongado.



## CÓMO REDUCIR LOS RIESGOS DE LESIONES

- Organizar el trabajo de manera de no sobrecargar determinados músculos, combinando tareas, rotando el personal y usando un sistema de pausas más frecuentes.
- La realización de ejercicios de precalentamiento antes de iniciar las tareas y en los momentos de pausa.
- Se recomienda que los trabajadores realicen rotación de tareas que les permita usar diferentes grupos de músculos del cuerpo.
- El uso de herramientas en buen estado, en especial el afilado de cuchillos, permite disminuir la fuerza física.

## DERMATITIS DE CONTACTO Y ALERGIA DE PIEL

Estas se producen por el contacto de la piel con productos irritantes como el jabón, detergentes, productos químicos, antibióticos y por el lavado frecuente de las manos.

La higiene en la manipulación de los productos exige que los trabajadores de este sector deben lavarse las manos varias veces en el día y que están en contacto con los residuos como grasas o aceites del pescado.

Las manifestaciones más comunes son enrojecimiento de la piel, inflamación, picazón y aparición de eczema. Una vez producida una dermatitis, la persona requiere un tratamiento médico especializado; los costos de este tratamiento deben ser cubiertos por la Ley N° 16.744, con servicio gratuito para el trabajador.

Los materiales con que están hechos los elementos de protección personal como los guantes de látex también pueden provocar reacciones alérgicas en la piel.

La aparición de verrugas en las manos, provocadas por un virus del pescado, es una afección que se presenta especialmente en los fileteadores.

## CÓMO CONTROLAR EL RIESGO DE DERMATITIS

- El uso de elementos de protección personal, como guantes, máscaras y trajes especiales, previenen el contacto directo con las sustancias y reducen el riesgo.
- El secado adecuado de las manos.
- El uso de cremas y lociones protectoras puede disminuir el contacto con el agente irritante.
- La reducción de la exposición a los agentes que causan la alergia o dermatitis son el principal método preventivo.
- Tratar oportunamente los casos de dermatitis, antes de que se compliquen.



## LA EXPOSICIÓN AL FRÍO

La exposición ocupacional al frío se entiende como la exposición a la combinación de temperatura y velocidad del aire que bajan la temperatura del cuerpo del trabajador a  $36^{\circ}\text{C}$  o menos. Se considera como temperatura ambiental crítica, al aire libre, aquella igual o menor de  $10^{\circ}\text{C}$ , que se ve agravada por lluvia y/o corrientes de aire (Decreto N° 594).

La exposición al frío puede agravar ciertos síntomas en enfermedades como el asma, enfermedades respiratorias leves y agudas, bronquitis, angina de pecho, trastornos vasculares y musculoesqueléticos.

Las bajas temperaturas existentes en las cámaras de frío y en los túneles de congelación, aún cuando la estadía sea por cortos períodos, pueden provocar graves daños a la salud de los trabajadores que ingresan a ellas. Por ello se requiere respetar las normas en relación a los tiempos de permanencia y el uso de ropa térmica adecuada.

La congelación localizada de los tejidos de la piel es un riesgo que existe aun cuando las temperaturas no sean extremadamente bajas; ya que cualquier factor que limite la circulación local de la sangre puede contribuir a



la congelación. Esta se localiza generalmente en las manos, pie, nariz y lóbulo de la oreja.

Sus primeros síntomas se expresan en palidez, hipotermia local e insensibilidad.

Entre los efectos más dañinos causados por el frío podemos mencionar la necrosis de los tejidos de la piel (muerte de las células de la piel por congelación) y la hipotermia generalizada, provocada por una exposición prolongada al frío lo que produce una pérdida brusca de calor y el enfriamiento crítico de la persona lo que puede provocar la muerte.

Hay que considerar que el trabajo que se realiza en un ambiente cuya temperatura está entre 2° y 10° C produce un estado general de incomodidad y poco confort, esto se expresa en movimientos más torpes y lentos y en una disminución de la destreza manual.

Una persona sana, con ropa y elementos de protección personal adecuados a la temperatura, y con una buena organización del trabajo (que incluya pausas para la recuperación y un ritmo de trabajo menos exigente), no debería presentar riesgos para su salud.

## CÓMO EVITAR LOS RIESGOS A LA EXPOSICIÓN AL FRÍO

- Utilizar los elementos de protección que ayuden a aislar del frío y que sean adaptados para la tarea.
- Contar con lugares de descanso donde se puedan consumir bebidas calientes.
- Programar pausas y descansos frecuentes para que los trabajadores puedan recuperarse del frío.
- Instalar barreras que desvíen la corriente que afectan al personal que trabaja cerca de los ventiladores usados para hacer circular el aire.
- En las cámaras de frío debe existir un control estricto de entradas y salidas, control del tiempo de permanencia y sistemas de alarma.
- Las puertas deben tener sistemas que permitan siempre ser abiertas desde el interior.



## EXPOSICIÓN AL RUIDO

El ruido es definido como «todo sonido indeseable»; se convierte en molesto cuando perturba cualquier tipo de trabajo, el descanso, el sueño o la comunicación verbal.

La exposición a moderados y altos niveles de ruido provoca una disminución de la capacidad auditiva del trabajador. Un sonido cuya intensidad es muy elevada puede tener un efecto traumático y nocivo para el oído y producir sordera irreversible.

La exposición al ruido está limitada a niveles que no sean dañinos para la salud (85 decibeles\*) durante 8 horas, seguida de un período de recuperación de 16 horas.

La ausencia del control del ruido en la industria de procesamiento de peces y mariscos, provoca sordera inducida por el ruido a lo largo de la vida laboral. Esta constituye una enfermedad incurable que influye en el rendimiento físico y psicológico, causando trastornos en la comunicación, concentración, memoria y rendimiento laboral. También tendría efectos en el desarrollo del estrés, aumentando el cansancio mental y la fatiga física.

El nivel del riesgo va a depender de la duración de la exposición al ruido, de la frecuencia y de la intensidad del ruido.

Una forma simple de constatar la presencia de ruido en el lugar de trabajo consiste en determinar si se puede conversar a menos de 1 metro de distancia de un colega de trabajo.



\* Decibel: Es una unidad de medición de la intensidad del sonido.



Una de las soluciones para resolver el problema del ruido consiste en instalar cabinas o separaciones por paneles que aislen o amortigüen la fuente del ruido. Otra solución que ayuda a amortiguar el ruido es la colocación de material aislante en los puntos de mayor vibración en las máquinas. El uso de protectores individuales es una medida de mediana eficacia y debe ser usado como última alternativa y como forma complementaria de control.

## **CÓMO PREVENIR EL RIESGO DE LESIONES POR RUIDO**

- Solicitar la aplicación de programas de prevención en la empresa que incluya la medición en diferentes horarios.
- Si está expuesto a ruido solicitar al empleador que realice controles de salud (exámenes audiométricos) en forma periódica.
- Acercarse al Comité Paritario para plantear el problema del ruido y buscar las soluciones posibles con los representantes de la empresa y con el experto del organismo administrador que asesora a la empresa.
- Cuando el ruido ya no se puede reducir a un nivel tolerable, se recomienda que los trabajadores cambien de puesto de trabajo o roten.

## RIESGOS DE FUGA DE REFRIGERANTES

En el trabajo en plantas de procesos se utilizan sistemas de frío que pueden ser túneles y/o cámaras; éstos funcionan a temperaturas muy bajas y usan gases refrigerantes como el freón o el amoníaco, solos o en forma mixta.

El riesgo de fuga del gas refrigerante constituye una grave amenaza para la salud de los trabajadores, ya que pueden provocar lesiones a la piel, intoxicaciones y en casos más graves la muerte, dependiendo del tiempo y dosis de la exposición.

La empresa debe contar con medidas organizativas como tener un plan de emergencia ante posibles fugas, tener un plan de evacuación y contar con sensores y alarmas centrales que avisen ante la existencia de este peligro.

## CÓMO PREVENIR LOS RIESGOS DE FUGA DE GAS

- A la empresa le corresponde tomar las medidas necesarias para prevenir este riesgo.
- Comunicar al encargado o supervisor si existe presencia de olor a gas en el ambiente de trabajo.
- Informarse en el Comité Paritario si existe un plan de emergencia ante fuga de gas de parte de la empresa.

## RIESGOS DE LESIONES

Las lesiones pueden ser causadas por las herramientas manuales, por las maquinarias, por choques con objetos en movimientos o estáticos, por caídas, resbalones y por quemaduras.

Las lesiones por corte en el procesamiento del pescado puede reducirse mediante un buen mantenimiento de los cuchillos y con la ubicación de un lugar seguro para guardarlos después de cada tarea.

Los guantes que son de uso cotidiano en este sector deben cumplir la función de proteger las manos del frío y de la humedad, se debe considerar su tamaño y el material con que están confeccionados. Estos deben ajustarse a la mano del trabajador o trabajadora. El uso de delantales protectores resistentes; así como la formación a los trabajadores en el uso y afilado de los cuchillos ayuda a prevenir los riesgos de cortes.

Los riesgos de accidentes por maquinarias como la sierra circular, sierras sinfín, etc. también son una fuente de lesiones si éstas no cuentan con las protecciones en las partes móviles y con un mantenimiento regular.

Los riesgos de caída pueden ser causados por el mal estado de los pisos, existencia de pisos desiguales o disparejos, con agua o resbaladizos por la acción de productos como residuos de grasas, aceite o polvo.

## CÓMO EVITAR LOS RIESGOS DE LESIONES

- Utilizar los elementos de protección personal adecuados para cada tarea.
- Reemplazar los elementos de protección personal cuando estén gastados y ya no cumplan su función protectora.
- Señalar al supervisor o encargado del personal la existencia de pisos en mal estado, maquinarias sin protección, herramientas sin mantención.
- Se requiere el uso de pisos antideslizantes, mantener el aseo y limpieza del lugar de trabajo y el drenaje adecuado de líquidos para evitar su acumulación.

## BIBLIOGRAFÍA

- OIT. 1999. *Enciclopedia de Salud y Seguridad en el Trabajo*. Volumen 2 y 3.
- Mariano Noriega. 1989. *En Defensa de la Salud en el Trabajo*. México.
- INP. Decreto Supremo N° 594.
- INP. Decreto Supremo N° 54.
- INP. Decreto Supremo N° 40.
- Dirección del Trabajo. UCYMAT. Informe Preliminar. Agosto 2000. *Condiciones de Higiene y Seguridad en la Industria de Procesamiento de Productos Pesqueros y Cultivos Marinos*.
- Fotos de archivo de la UCYMAT. Dirección del Trabajo.

### Programa

«Fortalecimiento de la capacidad fiscalizadora  
y mejoramiento de la atención a usuarios»

### Elaborado

Unidad de Condiciones  
y Medio Ambiente de Trabajo  
Departamento de Fiscalización  
Enero 2001

### Editado

Instituto de Normalización Previsional - Datep  
Noviembre 2001

### Diseño

Arquetipo Ltda.

### Impresión

Edición

# CARTILLAS ESPECÍFICAS



El Instituto de Normalización Previsional, INP, a través de su Departamento de Accidentes del Trabajo y Enfermedades Profesionales, como uno de los administradores de la Ley N° 16.744, de Seguro Social contra Riesgos Laborales, desarrolla una labor permanente de difusión, dirigida a las empresas adheridas y a sus trabajadores, como también a los sectores desprotegidos, mediante múltiples acciones que buscan fomentar la Cultura de la Prevención de Riesgos en el país.

Con este objetivo hemos editado estas cartillas preventivas elaboradas por la Dirección del Trabajo, esperando que a cada empresario y trabajador le sea útil para realizar una labor más productiva y segura.



GOBIERNO DE CHILE  
INSTITUTO DE NORMALIZACIÓN PREVISIONAL  
DIRECCIÓN DEL TRABAJO

[www.prevencionderiesgos.cl](http://www.prevencionderiesgos.cl)  
[www.dt.gob.cl](http://www.dt.gob.cl)