

Estudian efectos de la altura y hallan un alza en las primeras 24 horas de la presión arterial

Investigadora chilena de la Universidad de Antofagasta determinó que esto ocurre sin considerar la cantidad de tiempo que lleve una persona en esas condiciones. Llaman a idear planes de mitigación y prevención.

C. Infanta

Publicado en la revista *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, una investigación de la chilena Morin Lang indagó sobre las enfermedades de los trabajadores chilenos en niveles altos sobre el mar.

En Chile hay más de 200 mil personas que trabajan en minería, un rubro que ha sido considerado por largo tiempo como la viga maestra del desarrollo del país, pero que conlleva un riesgo en la salud de sus trabajadores al desarrollar sus labores a más de 3 mil metros sobre el nivel del mar.

Sobre ello, la investigación descubrió que la presión arterial de quienes trabajan en esas condiciones es más alta en las primeras 24 horas, independiente de los años que lleven viviendo en esas condiciones.

“En el caso de los hipertensos, eso aumenta mucho



No sólo el rubro de la minería tiene trabajadores en altura, también lo hace el turismo y la astronomía. En la foto los Geysers del Tatio.

más y se desregula completamente”, explica Lang, investigadora de la Universidad de Antofagasta y Doctora en Ac-

tividad Física y de Salud de la Universidad de Granada España.

Los hallazgos se lograron gracias a la monitorización de la presión arterial durante 24 horas, es decir, a las personas se les instalaba un holter y se registraba en toda su jornada, tanto durmiendo como trabajando. Luego, ésta se comparaba con la presión que mantenían en zonas de menos altitud.

DESAFÍO RIESGOSO

La especialista afirma que “trabajar en altura es sin duda algo poco frecuente dentro de la realidad nacional, ya que somete a quienes lo hacen a condiciones que podrían poner en riesgos su salud, un ejemplo de dichos riesgos es el desarrollo de Hipobaría Intermitente Crónica (HIC)”.

Explica que esta riesgo es una modalidad chilena única de exposición a altitud en el mundo, que se caracteriza por los trabajos en turnos en

*** POR 12 MESES**
 se recolectaron los datos sobre la presión arterial en las personas en altura.

SE COMPARARON
 las presiones arteriales de los trabajadores estando en altura y al nivel del mar.

EN ANTOFAGASTA
 Arica, Iquique, Copiapó, Ovalle, La Serena, Santiago, Viña, Los Andes y Rancagua se estudió.

gran altitud, con un tiempo proporcional de descanso a nivel del mar donde la mayoría de ellos reside.

De hecho, dice, esto ocurre en mayor medida a los hipertensos, aunque sean tratados farmacológicamente, “mostrando que en algunos de ellos existe una hipertensión enmascarada y no controlada en altitud geográfica”.

Los datos que se tenían hasta ahora para evaluar la

enfermedad han sido recopilados durante 20 años, y sólo consideraron las mediciones en gran altitud sin considerar mediciones a nivel del mar, es decir, no contrastaron situaciones de normalidad en los trabajadores.

¿PROBLEMA O DESAFÍO?

El sistema de evaluación aplicado a los trabajadores en gran altura geográfica, permite evaluar y controlar mejor el riesgo cardiovascular sin interferir de manera importante en su desempeño laboral. De hecho, se constató que una proporción considerable del grupo estudiado presentó hipertensión no controlada, así como hipertensión nocturna.

Esto cobra relevancia, dado que los resultados entregan importante evidencia respecto a que los trabajadores con valores elevados en su presión arterial y que la mantienen por largos periodos de tiempo podrían presentar un fuerte factor de

“ Los resultados de este estudio son importantes no porque implican un problema, sino un desafío para mejorar.

MORIN LANG
 U. DE ANTOFAGASTA

riesgo cardiovascular.

Para ello se realizaron mediciones durante los primeros días y el séptimo día de turno en faena minera (3 mil 870 metros sobre el nivel del mar), y después del segundo día de descanso a nivel del mar. Estas mediciones incluyen la presión arterial por 24 horas, una prueba de ejercicio, medición de signos vitales y encuestas de mal agudo de montaña en altitud.

“Los resultados de este estudio son importantes porque no implican un problema, sino un desafío para mejorar la monitorización de la salud de los trabajadores, como por ejemplo en este caso con holter de presión arterial 24 horas, que entrega mediciones in situ mientras el trabajador realiza sus actividades laborales en altura. De esta manera con resultados individualizados, los médicos podrán ajustar las terapias farmacológicas para que sean eficaces en altura. Esta herramienta es útil para evaluar y monitorizar el incremento de la Presión arterial y controlar el riesgo cardiovascular asociado”.

Por ello, llamó a que los diferentes rubros que trabajan en altura (minería, turismo, astronomía) consideren alianzas con mutualidades o afines para la salud de sus trabajadores.