

Ficha de Apoyo Preventivo

Prevención de infecciones respiratorias en el lugar de trabajo: Recomendaciones durante episodios de mala calidad del aire



1 | Introducción

Las enfermedades respiratorias constituyen un grave problema de salud pública, particularmente en el invierno cuando su incidencia se incrementa notablemente debido a las bajas temperaturas, el aumento de la circulación de virus y la mala calidad del aire. La exposición a niveles elevados de contaminación puede irritar y dañar pulmones y vías respiratorias, provocando síntomas como tos, sibilancias, dificultad para respirar y dolor en el pecho. Estos episodios pueden empeorar enfermedades respiratorias crónicas como el asma y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). Además, la exposición prolongada a contaminantes del aire aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares debido a que las sustancias tóxicas pueden dañar los vasos sanguíneos y el corazón.

En el contexto laboral, la prevención de infecciones respiratorias adquiere una relevancia aún mayor, ya que el ambiente de trabajo puede propiciar la propagación de enfermedades infecciosas. Este documento tiene como objetivo proporcionar recomendaciones para la prevención de infecciones respiratorias en el lugar de trabajo, tomando en cuenta los episodios de mala calidad del aire.



2 | Definiciones

Enfermedades respiratorias

Las enfermedades respiratorias son infecciones que afectan el tracto respiratorio y pueden ser causadas por virus, bacterias o agentes irritantes. Entre las enfermedades respiratorias más comunes se encuentran:

- Virus respiratorio sincicial (VRS).
- Influenza tipo A y B.
- Rinovirus.
- Adenovirus.
- Parainfluenza.
- SARS-CoV-2 (COVID-19).
- Metapneumovirus humano.

Calidad del aire

La calidad del aire se refiere a la medida en que el aire está libre de contaminantes como partículas finas (MP2.5 y MP10), ozono, dióxido de nitrógeno, dióxido de azufre y monóxido de carbono.

Causas de las enfermedades respiratorias

Las enfermedades respiratorias pueden ser causadas por diversos agentes infecciosos y no infecciosos:

- **Agentes infecciosos:** Virus y bacterias que se transmiten a través del aire o por contacto directo. Los virus respiratorios, como el VRS, la influenza y el SARS-CoV-2, se propagan fácilmente en ambientes cerrados y con poca ventilación.

- **Agentes No infecciosos:** Factores ambientales como el polvo, los alérgenos y los contaminantes del aire (MP10 y 2,5) pueden irritar el tracto respiratorio y predisponer a infecciones. La exposición a altos niveles de contaminación del aire durante los episodios críticos puede desencadenar una exacerbación de enfermedades respiratorias crónicas como el asma y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).

3 | Recomendaciones

A continuación, entregamos algunas recomendaciones para la prevención de infecciones respiratorias en el lugar de trabajo que se estructuran en función de la jerarquía de controles, que incluye medidas de eliminación, sustitución, controles de ingeniería, controles administrativos y equipo de protección personal (EPP).

Eliminación

Identificar las fuentes de contaminación del aire en el lugar de trabajo y eliminarlas cuando sea posible. Esto puede incluir la sustitución de materiales y productos que liberan contaminantes.

Sustitución

Reemplazar sistemas de ventilación antiguos por sistemas modernos que proporcionen una mejor filtración y circulación del aire.

Controles de ingeniería

- Aumentar la ventilación en los espacios de trabajo mediante el uso de sistemas artificiales o naturales, dando cumplimiento a los art. 32, 33, 34 y 35 del Decreto 594 que Aprueba Reglamento sobre Condiciones Sanitarias y Ambientales Básicas en los Lugares de Trabajo.
- Mantenga una temperatura ambiente adecuada, cerrando filtraciones de aire.

Controles administrativos.

- Implementar políticas de trabajo remoto para reducir la densidad de ocupación en el lugar de trabajo durante episodios de mala calidad del aire.
- Proporcionar capacitación continua al personal sobre las prácticas de higiene respiratoria y el uso adecuado de mascarillas y otros equipos de protección personal.
- Cumplir con las mantenciones preventivas periódicas de los sistemas de ventilación mencionadas por el fabricante.
- Fomentar en las personas trabajadoras la adhesión a los programas de vacunación impulsadas por el Ministerio de Salud.
- Realizar limpieza y desinfección de superficie de manera regular.
- Mantener los ambientes libres de contaminación (Prohibición de fumar).

Equipo de Protección Personal (EPP).

- Promover el uso de mascarillas adecuadas (N95, KN95) especialmente durante episodios de mala calidad del aire y en situaciones de alto riesgo de exposición a patógenos respiratorios.
- Promocionar el lavado frecuente de manos con agua y jabón o el uso de desinfectantes de manos a base de alcohol.

Fuentes:

- Ministerio de Salud, Decreto 594, junio 2019, Reglamento sobre Condiciones Sanitarias y Ambientales Básicas en los Lugares de Trabajo, www.bcn.cl
- Instituto de Salud Pública, Ministerio de Salud, Vigilancia de Virus Respiratorios (2023).
- Safe Work Australia, año 2023, Managing the risks from air pollution: Advice for PCBUs, <https://www.safeworkaustralia.gov.au>.
- CDC, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, enero 2015, Prevención de enfermedades respiratorias ocupacionales por exposición causadas por la humedad en edificios de oficinas, escuelas y otros edificios no industriales, www.cdc.gov.