

Requisitos de salud Ingreso a Instalaciones de Minera Los Pelambres
Salud Compatible visitas sobre 3000 metros de altura geografica

Toda persona que, en calidad de visita, requiera ingresar a las dependencias de Minera Los Pelambres deberá cumplir con los siguientes requisitos de “**Salud compatible**”, en acuerdo al procedimiento de Salud Compatible y Gestión de Casos PT-SSO-001 [:: MLP Home Web ::](#)

La persona responsable de la visita:

Debe enviar con **5 días hábiles de anticipación el Informe de Evaluación de Salud**, al siguiente mail: jlaram@pelambres.cl para revisión y validación.

- Este informe debe contener la batería para Gran Altura Geográfica a 3.000 msnm: En acuerdo a la Guía Técnica sobre Exposición Ocupacional a Hipobaría Intermitente Crónica por Gran Altitud-Decreto N°28:
- Detalle de los exámenes: Encuesta de salud-peso-talla-presión arterial-pulso-electrocardiograma de reposo-hemoglobina-glicemia-creatinemia-perfil lipidico-radiografía de tórax y cuestionario de Lake Louise
- Para visitas internacionales, enviar un informe médico que haga referencia al riesgo desde su lugar de origen.

Control de Aclimatación a la llegada a faena, a las 24 y 48 horas: Toda persona que ascienda a Gran Altitud Geográfica (sobre 3.000 msnm) por primera vez, o si han pasado más de 6 meses desde su último ascenso, debe acudir a control de aclimatación en el policlínico al llegar a faena según lo establecido en la normativa Decreto Supremo N°28.

Recomendaciones Generales Previas a la Visita:

- Dormir al menos 8 horas la noche previa al ascenso.
- Realizar el ascenso con detenciones programadas.
- Mantener una hidratación abundante durante la visita, evitar fumar y no consumir café u otros elementos que alteren la toma de signos vitales.
- Consumir una alimentación liviana durante la visita (se recomienda tomar desayuno a la llegada a faena y no antes).
- Evitar realizar cualquier tipo de actividad física en faena, por mínima que sea (por ejemplo, no subir escaleras).
- Si toma algún medicamento bajo indicación médica, tomarlo previo al ascenso o bien traerlo durante la visita.
- Realizar un control preventivo en el Policlínico COM ante cualquier síntoma sugerente de Mal Agudo de Montaña (cefalea, mareos, sensación de fatiga, náuseas, dificultad respiratoria).

Agradecemos su colaboración y cumplimiento de estas indicaciones para garantizar su seguridad y bienestar durante la visita.