

BOLETÍN INFORMATIVO DE SALUD OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

# empresalud

VOLUMEN 19. No. 5 Septiembre-Octubre 2018

**KAROSHI**  
**MUERTE POR**  
**SOBRECARGA**  
**LABORAL**



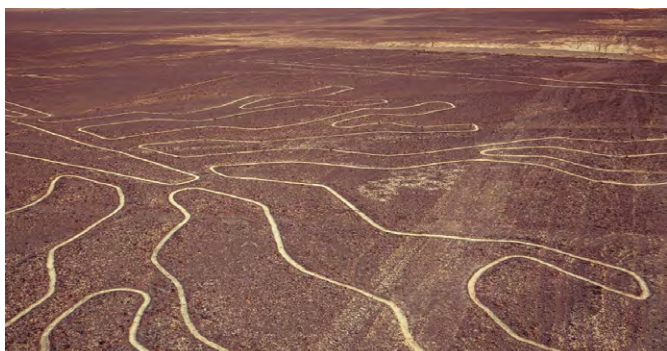
| LÍNEAS DE NAZCA

## CONTENIDO



### 04 ACTUALIDADES EN SALUD OCUPACIONAL

Karoshi: muerte por sobrecarga laboral.



### 08 ACTUALIDADES EN SALUD AMBIENTAL

Líneas de Nazca.



### 11 EDUCACIÓN MÉDICA CONTINUA

Próximos eventos  
Bibliografía recomendada.

## PRESENTACIÓN

Estimados amigos:

Bienvenidos a EMPRESALUD.

En esta ocasión ofrecemos a ustedes, artículos relacionados con karoshi y las Líneas de Nazca que esperamos sean de su agrado.

Los invitamos a participar en este Boletín con sus artículos o comentarios, así como a visitar nuestro sitio web: [www.medics-group.com](http://www.medics-group.com). Envíe a sus colegas un "forward" o copia del mismo, es totalmente gratuito.

Si desea inscribirse, solo debe registrarse al correo electrónico: [empresalud@medics-group.com](mailto:empresalud@medics-group.com)

Dr. Humberto Martínez Cardoso  
Director General

Dra. María del Carmen López García  
Editora

---

### BOLETIN INFORMATIVO DE SALUD OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

Vol 19, Número 5,  
Septiembre-Octubre, 2018.





**MD**

**M E D I C ' S**

**SALUD**

**NUTRICIÓN**

**FITNESS**

**CONCIENCIA**

**BIENESTAR**

[medics-group.com](http://medics-group.com)

# Karoshi: Muerte por sobrecarga laboral

Dra María del Carmen López García

Desde fines de los noventa, en Japón se acuña el término karoshi que significa muerte por agotamiento debido al exceso de trabajo. Básicamente se refiere a los fallecimientos o incapacidades laborales de origen cardiovascular (como accidentes cerebro vasculares, infarto del miocardio, insuficiencia cardíaca aguda) que pueden producirse cuando el trabajador se ve sometido a una intensa presión de trabajo.

El karoshi puede afectar a todos los grupos de trabajadores y en todo tipo de industrias, desde plantas de montaje de coches hasta restaurantes de comidas rápidas y bancos y se considera que la causa básica de estas muertes es el modo de gestión empresarial en el sistema japonés.

A fines del siglo XX, en este país, la incidencia anual de karoshi era de 10 000 trabajadores de entre 35 a 50 años de edad, con horarios de trabajo prolongados y factores generadores de estrés (trabajo nocturno, carga excesiva de trabajo, etc.).

Araki e Iwasaki (2005) refieren que dada esta alta incidencia, los japoneses reunieron a su Comité de Estudio de Expertos sobre Reconocimiento de Enfermedades del Cerebro y del Corazón Estándar del Ministerio de Salud, Trabajo y Bienestar (MHLW), en noviembre de 2000 para revisar el estándar de reconocimiento laboral, sobre las causas que determinan la muerte por karoshi.



Anteriormente, la legislación (Notificaciones de la Oficina de Normas Laborales No. 38 emitidas en febrero de 1995 y No. 30 emitidas en enero 1996), sólo reconocía como causal directo, al trabajo excesivo durante períodos muy cortos antes de la aparición de la enfermedad vascular cerebral, la cardiopatía isquémica y las arritmias. El exceso de trabajo anterior a ese período no se aceptaba legalmente como causa directa.

En la reunión del año 2000, el Comité revisó estudios epidemiológicos que muestran la mayor probabilidad de presentar karoshi en aquellos trabajadores con sobrecarga laboral, y concluyó que debería incluirse como causal directa, al exceso de trabajo realizado durante un período de uno a seis meses previos a la presentación del cuadro. Además, consideró como sobrecarga laboral por fatiga acumulada, al número de horas extralaborales trabajadas al mes.



A continuación, se presentan algunas de las medidas preventivas propuestas por Araki e Iwasaki (2005) con el propósito final de aumentar la esperanza de vida de los japoneses:

#### **A nivel gubernamental:**

Procurar la disminución de las horas de trabajo, vigilando se respeten los días de asueto y vacaciones, y reforzamiento de la vigilancia epidemiológica a través de los exámenes médicos periódicos.

#### **A nivel de empleadores:**

Contratación con disminución de las horas laborales, evitando en lo posible las horas extras, y condiciones laborales en sus empresas que favorezcan el cuidado de la salud de los trabajadores.

#### **A nivel de trabajadores:**

Medidas para fomentar el autocuidado, reconocimiento de la fatiga y necesidad de descanso; y para la adopción de estrategias preventivas de primero, segundo y tercer nivel generadas para cuidar su salud.

Aunque en México no se tienen estadísticas al respecto, según la revista *Scientific American*, desde 1945, en Occidente se ha multiplicado el rendimiento por hora trabajada. Y la adicción al trabajo se estudia desde los años ochenta cuando aparecen los yuppies ó ejecutivos urbanos. En esta década y la mitad de la siguiente, “vivir para trabajar” fue considerada como la fórmula del éxito.

Por otra parte, la OCDE considera a México como uno de los países donde más horas se trabaja a la semana, por lo cual no resulta obsoleto considerar las medidas preventivas propuestas para prevención de la muerte por sobrecarga laboral.



Para mayor información, consultar:

ARAKI, S.& IWASAKI, K. (2005). Death due to Overwork (Karoshi ) Causation, health service, and life expectancy of Japanese males, *JMAJ* 48(2): 92–98.

# LÍNEAS DE NAZCA

Las llamadas líneas de Nazca son geoglifos ubicados en Perú, en la pampa de Jumana, en el desierto de Nazca, entre las poblaciones de Nazca y Palpa. Se atribuyen a la cultura Nazca y se piensa fueron hechas entre 200 y 600 años a de C. Actualmente, son consideradas por la UNESCO como parte del Patrimonio Cultural de la Humanidad.



Vistas de cerca, están formadas por surcos. Se piensa que fueron trazadas previamente, a pequeña escala y posteriormente, delimitado su trazo en el suelo con estacas y cordones, de donde sólo se retiraron las piedras superiores. Su profundidad nunca excede a los 30 cm, pero su conservación ha sido fácil, dada la escasez de lluvias en la región. Asimismo, el aire caliente de la zona, obliga a que el viento cambie su dirección, evitando borre las líneas; y la zona es abundante en yeso, lo que ayuda a su mantenimiento.

Existen gran diversidad de figuras, algunas de ellas representando animales, tales como el colibrí, el loro, la araña, el mono, el caracol y la ballena.

El primero en hablar de ellas fue Pedro Cieza de León en 1547, que las describe como “señales” en el desierto. El corregidor Luis Monzón, en 1568 explica su existencia, diciendo que eran caminos o rutas.

En 1932, los arqueólogos Tello y Mejía Xesspe inician la investigación sobre las mismas. Y posteriormente, Rowe (1942) y su discípulo Uhle (1969), que las consideran, como centros de adoración, y como calendario, respectivamente.

Asimismo, Kosok y su compañera Reiche (1968), las visualizan como el calendario a mayor escala del mundo, que señala posiciones significativas del sol, la luna y las estrellas.

En 1968, Von Daniken las considera como una prueba de que las culturas del pasado habían sido visitadas por extraterrestres a los cuales posteriormente, los nativos llamaron, dioses. Las Líneas eran para el aterrizaje de sus naves. Mas recientemente, Aveni y Silverman (1991), generan un propuesta basada en la cultura andina, en particular en cuatro conceptos quechua: pampa, kancha, chuta y mit'a.

- Pampa es el espacio no delimitado, la superficie llana y extensa. Pampa es complemento de kancha.
- Kancha, es un campo o unidad de espacio definida, delimitada o emparedada. Las kanchas son espacios artificiales que limitan o parcelan la inmensidad de la pampa.
- Chuta y mit'a hacen referencia a la organización del trabajo. Son unidades de territorio transitorias que sólo existen mientras se trabajan por la comunidad. Los grupos sociales de trabajo son los ayllus. Así, la extensión de las chutas está subordinada al tamaño de los ayllus.
- Mit'a es la obligación temporal de cumplir con trabajos y ritos comunales.



Así, según estos autores, las Líneas son básicamente, kanchas. Esto es, kanchas, que bajo la forma de geoglifos, eran chutas para los grupos sociales nasca (ayllus), y resultado de una mit'a correspondiente a un evento social/político/religioso.

Asimismo, refieren que la pampa fue cubierta de líneas de varias formas y tamaños como resultado de la realización de ritos sociales repetitivos. Y que existen geoglifos recientes sobre otros más antiguos. Esto explica porque muchos de los geoglifos contienen restos cerámicos de diferentes periodos.

Existen otras teorías que buscan también, integrar la explicación de la existencia de las Líneas de Nazca con la cultura del lugar. Evidentemente, son resultado de la misma y de su cosmovisión mágica.



---

Para mayor información, consultar:

Aveni, A. & Silverman, H. (1991). Las líneas de Nazca: Una nueva síntesis de datos de la Pampa y de los Valles. Revista Andina, 2 (diciembre). Recuperada de <http://www.revistaandinacbc.com/wp-content/uploads/2016/ra18/ra-18-1991-02.pdf>





## XVI CONGRESO DE LA ASOCIACIÓN LATINOAMERICANA DE SALUD OCUPACIONAL

El 39º Congreso Colombiano de Medicina del Trabajo y Salud Ocupacional.

Fecha: 28 al 31 de Mayo de 2019, en Cartagena de Indias, Colombia.

Para mayor información en la [página](#) del congreso o al correo [scmt14@outlook.com](mailto:scmt14@outlook.com) en la Sociedad Colombiana de Medicina del Trabajo.



## 18 CONGRESO NACIONAL EN SALUD PÚBLICA (CONGISP)

El Instituto Nacional de Salud Pública invita.

Cuernavaca, Morelos  
Los días 28 y 29 de marzo, 2019.  
Información e inscripciones  
[www.insp.mx/congisp](http://www.insp.mx/congisp)

## BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

### LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO Y LAS APLICACIONES DE ENERGÍA SOLAR EN PEQUEÑA ESCALA

De la European Agency for Healthy and Safe

<https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/e-facts/e-fact-68-osh-and-small-scale-solar-energy-applications/view>

