



Riesgos

¿Qué debes saber sobre la exposición a harinas y aditivos de las masas de pan?

## 1. ¿QUÉ DEBES SABER SOBRE LOS EFECTOS SOBRE LA SALUD?

Cuando los trabajadores respiran polvo de harina en suspensión en el aire se pueden llegar a desarrollar diferentes enfermedades, entre ellas la conocida como “asma de los panaderos”, pero también otras afecciones de carácter alérgico.

La producción de efectos sobre la salud depende de varios factores:

- Susceptibilidad personal (antecedentes de atopia, patología respiratoria o dérmica).
- Formación y métodos de trabajo, correcta utilización de EPIS.
- Condiciones ambientales (tamaño del local, ventilación, concentración).
- Potencial patógeno de los diversos agentes y sustancias.
- Irritante: harinas, levaduras, productos de limpieza.
- Sensibilizante: harinas, levaduras, ácaros, insectos, conservantes, antioxidantes y aditivos alimentarios.
- Urticaria de contacto: harinas, especias, aditivos, aceites de esencias.

## 2. PATOLOGÍAS DERIVADAS DE LA EXPOSICIÓN A HARINAS Y ADITIVOS DE LAS MASAS DE PAN

Uno de los primeros síntomas del “asma de los panaderos” suele ser la rinitis alérgica, que es una reacción de las membranas de la mucosa nasal ante la exposición a ciertas sustancias, como el polvo de harina. También se pueden llegar a desarrollar enfermedades como:

- Rinoconjuntivitis
- Dermatitis de contacto
- Urticarias y angioedemas por exposición a harinas, etc.

## 3. ¿CÓMO PUEDO ENTRAR EN CONTACTO CON AGENTES SENSIBILIZANTES?

Se puede entrar en contacto con agentes sensibilizantes por exposición y manejo durante las operaciones de molienda, amasado, harinado, esponjado, división y cocción de las piezas, de polvos de harina, levaduras, enzimas, hongos, ácaros, otros parásitos y aditivos alimentarios (conservantes, antioxidantes, aceites de esencias, semillas, proteínas del huevo), y por la permanencia en estancias (almacenes, obradores), donde se acumulan estas materias primas y los mencionados parásitos.

El polvo se genera cuando la harina se manipula en los siguientes procesos:

- Apertura de contenedores de harina (bolsas, sacos, etc.) su vertido en la amasadora y mezcla.
- Desecho de sacos y bolsas.
- Pesado y manipulación de harina y productos auxiliares en mesas, bandejas, etc.
- Moldeado y división de la pasta. Uso de máquinas de rodillos.
- Empaquetado de la harina.
- Operaciones de limpieza.

Los procesos dependen del tipo y tamaño de panadería (industriales, artesanas); por tanto, las medidas preventivas se deberán ajustar a las necesidades y características de cada puesto de trabajo.



## 4. ¿QUÉ MEDIDAS PREVENTIVAS DEBO ADOPTAR COMO TRABAJADOR?

Medidas generales durante la manipulación:

- Manipular la harina y otros productos de modo que se genere el menor polvo posible, evitando añadir la harina o espolvorear desde gran distancia o altura y evitar hacerlo con fuerza.



Fuente dibujos: Bakers – time to clear the air! HSE



- Usar espolvoreadores, tamices u otros utensilios (espátulas, boquillas, etc.), que permiten una dosificación más cuidadosa, evitando realizar esta operación a mano.
- Evitar vertidos de harina y, si ocurren, limpiarlos inmediatamente.
- Durante la alimentación de la amasadora evitar que se formen nubes de polvo.
- Poner la amasadora en marcha a baja velocidad, de forma que dé tiempo a mezclarse la harina con otros ingredientes en forma de líquido o pasta, para evitar que se forme polvo.
- Evitar las roturas de sacos y bolsas.
- Cuando se vayan a desechar las bolsas y sacos, se doblarán o enrollarán hacia abajo, en dirección a la parte abierta, apartándolos al máximo de nuestro cuerpo.



Fuente dibujos: Bakers – time to clear the air! HSE



Fuente dibujos: Bakers – time to clear the air! HSE



Fuente dibujos: Bakers – time to clear the air! HSE

- No usar aire comprimido para limpiar.
- Evitar barrer en seco. Mejor usar aspiradores de alta eficacia (con filtros HEPA) para la limpieza en general.



Fuente dibujos: Bakers – time to clear the air! HSE

- Usar equipos de protección respiratoria adecuados, así como ropa de trabajo, guantes y gafas.
- Sustituir la harina como lubricante (para que no se pegue la masa) por lubricantes vegetales (aceites) en mesas, bandejas, etc.
- Usar utensilios adecuados como espátulas para trasvasar la harina.
- Almacenar la harina en condiciones de temperatura y humedad relativa que eviten la proliferación de microorganismos.

## Bibliografía

- Estudio sobre exposición a polvo de harina en la industria panadera y actividades afines del País Vasco. Autor: Luis Miguel Bengoetxea Elizetxea Edita: Osalan. Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales.  
[https://www.osalan.euskadi.eus/contenidos/libro/higiene\\_200945/es\\_199805/adjuntos/guia\\_harinas\\_osalan.pdf](https://www.osalan.euskadi.eus/contenidos/libro/higiene_200945/es_199805/adjuntos/guia_harinas_osalan.pdf)
- Asepeyo Fichas de control específicas por sectores de actividad en operaciones donde intervengan A.Q. Trabajo seguro con harina en panaderías. (EFPPA001NR1-068).
- Asepeyo Curso de actualización de enfermedades profesionales 2010-2011: Riesgo de enfermedad profesional en panadería. Autora: Dra. M<sup>a</sup>. Bravo Golpe.
- Real Decreto 1299/2006, de 10 de noviembre, por el que se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales en el sistema de la Seguridad Social y se establecen criterios para su notificación y registro. «BOE» núm. 302, de 19/12/2006.
- Dibujos: Bakers – time to clear the air! HSE. Craft bakeries: exposure to flour dust and enzymes in improvers. HSE  
© Crown copyright This publication may be freely reproduced, except for advertising, endorsement or commercial purposes. First published 04/09. Please acknowledge the source as HSE.  
<https://www.hse.gov.uk/pubns/indg429.pdf>



Mutua Colaboradora con la Seguridad Social nº 151

Plan de actividades  
preventivas de la  
Seguridad Social 2021



SECRETARÍA DE ESTADO  
DE SEGURIDAD SOCIAL  
Y FOMENTO  
ECONÓMICO  
Y EMPLEO