

Familia Profesional:
Marítimo Pesquera



Región de Murcia
Consejo Asesor Regional
de Formación Profesional



Región de Murcia
Consejería de Educación, Formación y Empleo

Dirección General de Formación Profesional
y Educación de Personas Adultas



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN

2. PRINCIPALES RIESGOS LABORALES

- 2.1. CAÍDAS AL MISMO NIVEL
- 2.2. CAÍDAS A DISTINTO NIVEL
- 2.3. CAÍDA DE "HOMBRE AL AGUA"
- 2.4. ATRAPAMIENTOS
- 2.5. CORTES Y GOLPES CON HERRAMIENTAS
- 2.6. CAÍDAS DE OBJETOS
- 2.7. MANEJO MANUAL DE CARGAS
- 2.8. POSTURAS FORZADAS Y MOVIMIENTOS REPETITIVOS
- 2.9. POSTURA DE TRABAJO DE PIE
- 2.10. RIESGO ELÉCTRICO
- 2.11. EXPOSICIÓN AL RUIDO
- 2.12. VIBRACIONES
- 2.13. QUEMADURAS POR CONTACTO
- 2.14. CONTACTO SUSTANCIAS QUÍMICAS PELIGROSAS
- 2.15. EXPOSICION A SUSTANCIA TÓXICAS O IRRITANTES
- 2.16. RIESGO DE INCENDIO
- 2.17. RIESGO DE EXPLOSIÓN
- 2.18. RIESGO POR LABORES DE BUCEO
- 2.19. EXPOSICIÓN AGENTES BIOLÓGICOS (SERES VIVOS, DESECHOS, HONGOS)
- 2.20. CONDICIONES MEDIAMBIENTALES DESFAVORABLES
- 2.21. SITUACIONES DE EMERGENCIA, Y EVACUACIÓN (COLISIÓN, HUNDIMIENTO)
- 2.22. FACTORES PSICOSOCIALES

3. ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE

- 3.1. FRACTURAS
- 3.2. HEMORRAGIAS
- 3.3. QUEMADURAS

4. SEÑALIZACIÓN

- 4.1. SEÑALES DE ADVERTENCIA
- 4.2. SEÑALES DE PROHIBICIÓN
- 4.3. SEÑALES DE OBLIGACIÓN
- 4.4. SEÑALES DE SALVAMENTO O DE SOCORRO
- 4.5. SEÑALES RELATIVAS A LA LUCHA CONTRA INCENDIOS
- 4.6. SEÑALES DE COLOR REFERIDAS AL RIESGO DE CAÍDA, CHOQUES Y GOLPES
- 4.7. ETIQUETADO
 - 4.7.1. SÍMBOLOS DE PELIGRO NORMALIZADOS
 - 4.7.2. FRASES DE SEGURIDAD
 - 4.7.2.1. FRASES "R"
 - 4.7.2.2. FRASES "S"

5. PLANES DE AUTOPROTECCIÓN EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

6. NORMATIVA APLICABLE

7. RESUMEN DE RIESGOS

1. INTRODUCCIÓN

La ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales tiene por objeto promover la seguridad y la salud de los trabajadores mediante la aplicación de las medidas y el desarrollo de las actividades necesarias para la prevención de los riesgos derivados del trabajo.

El trabajo a bordo de los buques de pesca y transporte marítimo es uno de los sectores con los mayores índices de siniestralidad, debido, tanto a las condiciones particulares del espacio de trabajo en sí, el barco, como por el medio en el que se faena o trabaja. La gravedad de los riesgos de esta familia profesional se acentúa por la frecuente precariedad o carencia de instalaciones adecuadas a bordo, los sistemas y ritmos de trabajo y las condiciones ambientales en el mar.

Se pueden distinguir dos tipos de accidentes: los propios del lugar de trabajo a bordo o en instalaciones en tierra, que afectan directamente al trabajador, como por ejemplo, resbalones, caídas de hombre al agua, caídas en cubierta, quemaduras en la sala de máquinas, etc., y los propios de la mar, como pueden ser colisiones, hundimientos, etc. En muchas ocasiones, un barco pesquero o auxiliar de acuicultura se puede asimilar a una pequeña industria o taller en el que hay productos químicos tales como lubricantes, disolventes o productos combustibles, que dispone de maquinaria, equipos eléctricos, riesgos de origen físico como ruido y vibraciones, sin olvidar los riesgos de origen biológico por exposición por el contacto con diferentes especies de microorganismos, animales y otros seres vivos y sus productos. También y no por ello menos importante, se presentan riesgos de factores ergonómicos, por ejemplo posturas forzadas, bipedestación y riesgos de factores psicosociales en los profesionales del mar (soledad, monotonía, incomunicación, deterioro relacional...).

Atendiendo a la forma en la que se producen los accidentes, las causas principales son caídas al mismo nivel o a distinto nivel, golpes por objetos o herramientas y los sobreesfuerzos, siendo las manos la parte del cuerpo que más resulta afectada, produciéndose en la mayoría de los casos contusiones, esguinces, torceduras y fracturas.. Es preciso destacar un dato: la causa de prácticamente la mitad de los accidentes mortales ha sido la asfixia, provocada por ahogamientos.



2. PRINCIPALES RIESGOS LABORALES

2.1. CAÍDAS AL MISMO NIVEL

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

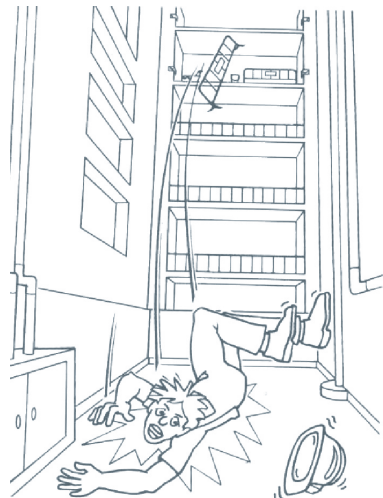
- Eliminar la suciedad, papeles, polvo, desechos de seres vivos, grasas y desperdicios contra los que se pueda tropezar.
- Mantener los suelos libres de agua en cubierta.
- Retirar los objetos innecesarios, envases, herramientas que no se están utilizando.
- Instalar suelos y escalones antideslizantes de fácil limpieza y desinfección.
- Instalar drenajes para líquidos, con suelos con suficiente inclinación para evitar retenciones de líquidos.
- Limpiar rápidamente la suciedad o los derrames.
- Mantener las zonas de paso despejadas y perfectamente iluminadas.
- Concienciar a los trabajadores del mantenimiento del orden y la limpieza de sus puestos de trabajo.
- Usar calzado apropiado, con suela antideslizante y con los cordones debidamente anudados.
- Fomentar hábitos de orden y limpieza evitando el riesgo de caída al mismo nivel.
- Marcar y señalizar los obstáculos que no puedan ser eliminados.



2.2. CAÍDAS A DISTINTO NIVEL

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- A las escaleras de mano se debe subir con precaución, siempre de frente a ellas, agarrándose con las dos manos al subir y al bajar, no llevando objetos en las manos.
- Instalar en los altillos y zonas de trabajo elevadas barandillas, con listón intermedio y rodapie.
- Cubrir las tapas de escotillas, así como los tambuchos presentes en cubierta.
- Accesos a lugares elevados dotados de barandillas y peldaños con superficies antideslizantes.
- Evitar los grandes desniveles y la desprotección en las rampas de acceso al barco.



- Cumplir que la regala tenga una altura suficiente y que esté en buen estado.

2.3. CAÍDA DE “HOMBRE AL AGUA”

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Los trabajadores que trabajen en cubierta deben estar acostumbrados al balanceo y cambio repentino de la embarcación.
- Debe existir un sistema eficiente de información entre el puente y la tripulación cuando se cambie de rumbo o velocidad.
- Sujetarse con un cinturón o arnés de seguridad cuando se tenga que trabajar en un lugar expuesto o durante una tormenta.
- Deben tenderse cabos guardamancebos en la cubierta donde trabaja la tripulación.
- En caso de mal tiempo, los pescadores no deben trabajar solos.
- Si cae un hombre al agua, es preciso iniciar inmediatamente las maniobras de salvamento correspondiente: señal de alarma, lanzamiento de aros salvavidas, maniobras de hombre al agua del barco, bote salvavidas y rescate del naufrago.



2.4. ATRAPAMIENTOS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Comprar máquinas y herramientas seguras, que tengan el marcado CE.
- Cumplir las normas de seguridad indicadas por el fabricante.
- Proteger la parte peligrosa de las máquinas y herramientas con resguardos móviles con enclavamiento, resguardos regulables o retractiles o barreras inmateriales (tarimas sensibles, células fotoeléctricas).
- Colocar interruptores de emergencia accesibles que permitan parar la máquina en condiciones seguras.
- Uso de la maquinaria solo por el personal designado por la empresa, con formación e información de sus riesgos.

- Comprobar periódicamente que los dispositivos de protección por recubrimiento, cercado, etc. son eficaces.
- Usar los equipos de protección individual, con marcado CE que sean necesarios en cada operación (guantes, gafas).
- Mantener las distancias adecuadas entre las máquinas.
- Efectuar las operaciones de mantenimiento siempre con la máquina parada y adecuadamente enclavada, por personal autorizado.
- Llevar la ropa de trabajo ajustada al cuerpo, evitando el uso de pulseras, anillos, cadenas, etc.



2.5. CORTES Y GOLPES CON HERRAMIENTAS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Comprar máquinas y herramientas seguras, que tengan el marcado CE.
- Cumplir las normas de seguridad indicadas por el fabricante.
- Proteger la parte cortante de las máquinas y herramientas con resguardos móviles con enclavamiento, resguardos regulables o retráctiles o barreras inmateriales (tarimas sensibles, células fotoeléctricas).
- Utilizar herramientas con mangos bien diseñados (guardamanos).
- Uso de la maquinaria solo por el personal designado por la empresa, con formación e información de sus riesgos.
- Comprobar periódicamente que los dispositivos de protección son eficaces.
- Usar los equipos de protección individual, con marcado CE que sean necesarios en cada operación (p. ej.: guantes de maya metálica en operaciones de corte, gafas de seguridad en operaciones de despique, botas de seguridad en manipulados y almacenamiento).
- Se utilizarán las herramientas de acuerdo a su función, manteniéndolas en buen estado.
- Guardar las herramientas cortantes en fundas y/o soportes adecuados.

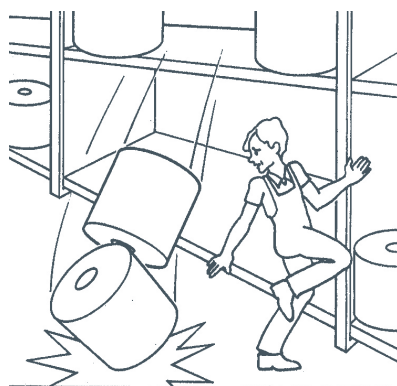


- Limpieza de las herramientas tras su utilización, evitando en todo momento la potente acción corrosiva del agua salada y el efecto del óxido como vía de infecciones ante posibles cortes.
- Evitar o eliminar los cantos o bordes cortantes.

2.6. CAÍDAS DE OBJETOS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Prestar atención a la capacidad de carga nominal del medio de elevación y al equilibrado de los materiales.
- Ubicar y fijar el cargamento correctamente.
- Establecer la prohibición de situarse debajo de las cargas suspendidas.
- Información del uso correcto de los medios de elevación y transporte de cargas.
- Garantizar la estabilidad de los apilamientos, sujetar o anclar firmemente las estanterías a elementos sólidos, colocando las cargas más pesadas en los estantes bajos.
- Realizar mantenimiento periódico de los equipos (grúas, gatos, elevadores, etc.).
- Utilizar casco de protección homologado con marcado CE.
- Trincar en cubierta todos los elementos móviles, susceptibles de ser desplazados por balanceos y cabeceos.
- Adujar bien todos los cabos.
- Fijar bien los utensilios de cocina.



2.7. MANEJO MANUAL DE CARGAS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Manipular las cargas con ayuda de medios auxiliares (carretillas, transpaletas) o con ayuda de otras personas.
- Formación e información del manejo y uso de carretillas elevadoras, transpaletas, etc y demás equipos de trabajo utilizados en el transporte de cargas.
- Utilizar los medios mecánicos de manipulación de cargas disponibles.

- Respetar las cargas máximas según sexo y edad.
- En el caso de realizar la manipulación de cargas manualmente tendremos en cuenta:

1ª Fase: Apoyar los pies firmemente.



2ª Fase: Separar los pies ligeramente.



3ª Fase: Doblar la cadera y las rodillas para coger la carga.



4ª Fase: Levantar la carga con la espalda recta.



5ª Fase: Mantener la carga tan cerca del cuerpo como sea posible.

2.8. POSTURAS FORZADAS Y MOVIMIENTOS REPETITIVOS

- Diseño ergonómico de los puestos de trabajo, analizando los procedimientos de trabajo.
- Seleccionar útiles de trabajo con diseño adecuado para evitar posturas forzadas y sobreesfuerzos.
- Posibilitar los cambios de postura y los descansos, alternando de tarea si es factible.
- Colocar los útiles y demás medios de trabajo al alcance de la mano.
- Realizar la vigilancia periódica de la salud.



2.9. POSTURA DE TRABAJO DE PIE

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

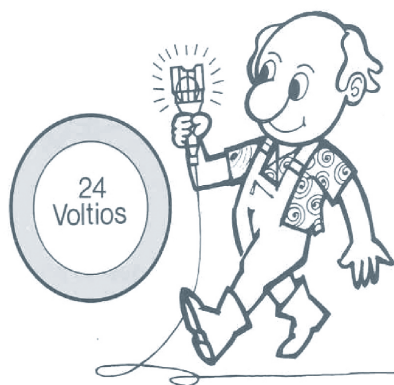
- Evitar en lo posible los movimientos bruscos y forzados del cuerpo.
- Para reducir la tensión muscular mantener un pie apoyado sobre un objeto o reposapiés y alternar un pie tras otro.
- El plano de trabajo, con carácter general, debe estar a la altura aproximada de los codos.
- Debe mantenerse el cuerpo erguido con el tronco recto.
- No permanecer demasiado tiempo en la misma posición, cambiando de postura y efectuando movimientos suaves de estiramiento de los músculos.



2.10. RIESGO ELÉCTRICO

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Realizar un control visual antes de comenzar a trabajar.
- Como norma general, la instalación deberá ejecutarse de acuerdo a la reglamentación vigente.
- El aislamiento de los cables eléctricos debe estar en perfecto estado.
- Utilizar sistemas de puesta a tierra en combinación con interruptores diferenciales y magnetotérmicos.
- Exámenes periódicos de la instalación eléctrica por personal autorizado, así como las reparaciones.
- Colocar pararrayos en todos los palos y mástiles de madera.
- Si el barco está construido con material no conductor, conectar el pararrayos a una chapa de cobre fijada en el casco, muy por debajo de la línea de flotación.
- No reparar, más que por personal especializado, las averías eléctricas.
- En espacios confinados y en ambientes con presencia de agua, usar equipos de bajo voltaje.
- No utilizar aparatos eléctricos con manos húmedas y desconectar los equipos antes de limpiarlos.
- Utilizar en la medida de lo posible cables piroretardantes.

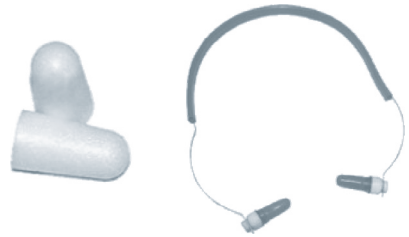


- Contar con una fuente autónoma de energía eléctrica de emergencia para caso de incendio o siniestro.

2.11. EXPOSICIÓN AL RUIDO

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Comprar máquinas y equipos de trabajo con marcado CE, teniendo en cuenta el nivel de ruido que producen.
- Efectuar un mantenimiento adecuado de máquinas y herramientas.
- Aislar las fuentes de ruido, instalándolas lo más lejos posible de las zonas de trabajo.
- Reducir el tiempo de exposición mediante turnos de trabajo.
- Delimitar y señalizar las zonas de exposición al ruido.
- Utilizaremos los EPI (Elementos de Protección Individual) adecuados al nivel de ruido ambiental, que tengan marcado CE.
- Informar a los trabajadores del riesgo que supone trabajar con ruido.
- Diseñar programas de reducción de ruido, así como la realización de controles médicos.



2.12. VIBRACIONES

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Usar materiales que atenúen las vibraciones.
- Delimitar y señalizar las zonas de exposición a vibraciones.
- Reducir el tiempo de exposición.
- Diseño ergonómico de herramientas y mantenimiento preventivo de la maquinaria.
- Informar a los trabajadores del riesgo que supone trabajar con vibraciones.
- Revisar y realizar un mantenimiento periódico de las instalaciones y equipos de trabajo (alineándolas, equilibrándolas...) para evitar las vibraciones.

2.13. QUEMADURAS POR CONTACTO

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Apantallar y/o separar las zonas de riesgo, señalizándolas adecuadamente.
- Trabajar en espacios lo más amplios posible.
- Aislar térmicamente las superficies calientes.
- Utilizar equipos de protección individual con marcado CE en caso de manipular objetos o superficies calientes.



2.14. CONTACTO CON SUSTANCIAS QUÍMICAS PELIGROSAS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Utilizar sustancias con las mismas propiedades pero que sean menos peligrosas.
- Almacenar los productos químicos en lugares adecuados, bien ventilados, señalizando su ubicación y manteniéndolos en sus envases originales.
- Exigir al fabricante las fichas de datos de seguridad de los productos.
- Utilizar sólo productos etiquetados y conservar las etiquetas en buen estado.
- Establecer un plan de acción para la utilización de los productos: métodos de trabajo, protecciones colectivas, individuales, almacenamiento, higiene y limpieza antes, durante y después de la utilización.
- Evitar el contacto con la piel utilizando mezcladores, paletas, sistemas cerrados, homogeneizadores.
- Disponer y utilizar los equipos de protección individual, con marcado CE, según las prescripciones de uso de estos y la ficha de datos de seguridad de los productos.
- Disponer de métodos de neutralización, recogida de derrames, y de eliminación de residuos.
- Mantener los recipientes cerrados.
- Cubrir los cortes y heridas con vendajes impermeables.



2.15. EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS TÓXICAS O IRRITANTES

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Ventilación adecuada del local, ya sea natural o forzada.

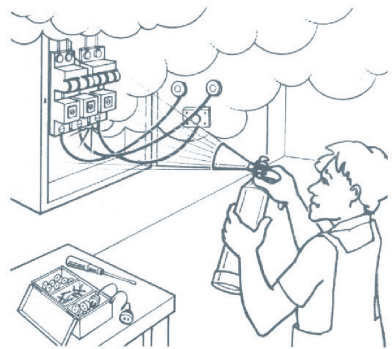
- Utilizar sistemas cerrados para minimizar la liberación de contaminantes.
- Instalar sistemas de extracción localizada en el origen del foco.
- Realizar controles ambientales periódicos.
- Limpiar y reemplazar los filtros de ventiladores y extractores según las instrucciones del fabricante.
- Utilizar protección para manos, cuerpo, protectores ignífugos, bata de laboratorio, etc... por el posible contacto con ácidos y productos corrosivos.
- Utilizar equipos respiratorios de protección individual, con marcado CE, si no fuese posible o fuese insuficiente la extracción localizada.
- Elaborar y seguir las instrucciones de llenado de los contenedores.



2.16. RIESGO DE INCENDIO

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

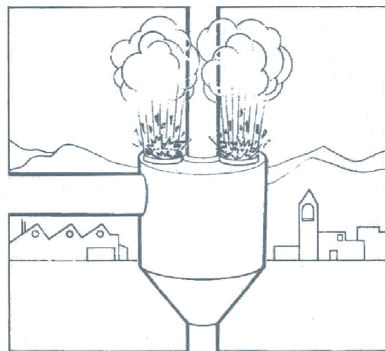
- Disponer sólo de la cantidad necesaria de materiales inflamables y combustibles para el trabajo del día, el resto estará en almacén o locales independientes aislados y ventilados.
- Prohibir fumar en todo el recinto.
- Señalizar y dejar libres las salidas de emergencia.
- Instalación eléctrica antideflagrantes en zonas donde exista riesgo de atmósferas inflamables.
- Revisar y mantener las instalaciones eléctricas, aisladas y protegidas.
- Seguir las instrucciones del suministrador y del instalador de gases inflamables.
- Tener instalaciones fijas de extinción, realizando su mantenimiento periódico.
- Instalar sistemas de detección y alarma, de suficiente volumen para que toda la tripulación pueda oírla.
- Colocar carteles con plano de localización.
- Dotar al barco de extintores de CO₂ de activación automática en la sala de máquinas.



2.17. RIESGO DE EXPLOSIÓN

- Instalación eléctrica antideflagrantes en zonas donde exista riesgo de atmósferas explosivas.

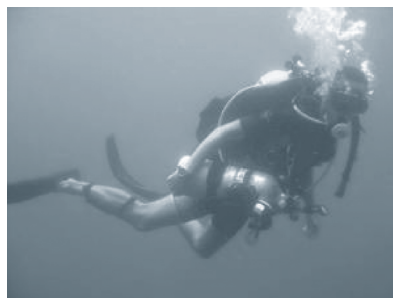
- Controlar y evitar la concentración de polvos, resinas y fibras en suspensión mediante extracción localizada.
- Instalación de gases y productos inflamables de acuerdo con la reglamentación vigente.
- Comprobar la hermeticidad de los conductos de gas.



2.18. RIESGO POR LABORES DE BUCEO

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Observar escrupulosamente las tablas de buceo.
- Evitar inmersiones muy repetitivas.
- Bucear siempre con un segundo buceador.
- Tener siempre localizado el teléfono de emergencias y cámara hiperbárica más próxima operativa en ese momento.
- Realizar rápidamente tratamiento con oxígeno hiperbárico en caso de accidente por descompresión.



2.19. EXPOSICIÓN AGENTES BIOLÓGICOS (SERES VIVOS, DESECHOS, HONGOS)

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Establecer y realizar un programa de limpieza y desinfección en el barco.
- Desinfectar periódicamente la piel.
- Utilizar pinturas (lo más ecológicas posible) anti-hongos en paredes y techos, realizando inspecciones periódicas para detectar el desarrollo de hongos.
- Al utilizar antifouling en las redes de trabajo, cascos de los barcos etc utilizar las más ecológicas, evitando las de mayor concentración en metales pesados.
- Adecuada eliminación de desechos.
- Cubrir los cortes y heridas con vendajes impermeables.
- No fumar, comer, estornudar o toser sobre los alimentos o en labores de manipulación de seres vivos.
- Utilizar ropa y/o equipos de protección del cuerpo: guantes que protejan hasta el codo, botas altas, mascarillas, gafas, mandiles.



- Instruir acerca de las especies marinas potencialmente peligrosas.
- Mantener un grado elevado de aseo personal.

2.20. CONDICIONES MEDIOAMBIENTALES

DESFAVORABLES

- Proporcionar ropa de protección adecuada a las condiciones medioambientales.
- Establecer durante la ejecución del trabajo pausas, que permitan al trabajador restablecerse de las malas condiciones.
- Regular la temperatura de acuerdo con las exigencias climáticas (calefacción, aire acondicionado).
- Suspender los trabajos cuando las condiciones atmosféricas puedan ocasionar un accidente.
- Mantener una humedad relativa adecuada y evitar corrientes de aire.
- Utilizar medios de protección contra el sol.



2.21. SITUACIONES DE EMERGENCIA Y EVACUACIÓN (COLISIÓN, HUNDIMIENTO)

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Observar que los chalecos salvavidas sean compatibles con arneses de seguridad, ropas y otros equipos.
- Comprobar que siempre existe un chaleco por trabajador.
- Señalizar correctamente los equipos de salvamento.
- Almacenar los equipos salvavidas correctamente, solicitando al fabricante o proveedor el número suficiente de folletos informativos.
- Limpiar las bandas reflectantes para evitar que pierdan visibilidad.
- Señalizar, para llamar la atención, todo peligro, obligación, indicación o salida.
- Formar a la tripulación para que pueda orientar a los pasajeros en situaciones de emergencia (situación de chalecos salvavidas, localización de balsas salvavidas, puntos de reunión en caso de emergencia, señales y toques de alarma, etc.).





2.22. FACTORES PSICOSOCIALES

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Se intentará que el trabajador tenga la máxima información sobre la totalidad del proceso en el que está trabajando.
- Distribuir claramente las tareas y competencias.
- Crear conciencia del riesgo existente, fomentado la idea de seguridad y aprendizaje.
- Controlar las condiciones de trabajo y vida de los trabajadores en los barcos.
- Planificar los diferentes trabajos de la jornada, teniendo en cuenta una parte para imprevistos.
- Realizar pausas o alternancia de tareas para evitar la monotonía del trabajo.

3. ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE

En un lugar bien visible de la instalaciones debe colocarse toda la información necesaria para la actuación en caso de accidente: qué hacer, a quién avisar, números de teléfono, tanto interiores como exteriores (emergencia, servicio de prevención, mantenimiento, ambulancias, bomberos, mutua), direcciones y otros datos que puedan ser de interés en caso de accidente, especialmente los referentes a las normas de actuación.

Ante cualquier accidente siempre se debe activar el sistema de emergencia. Para ello se deben recordar las iniciales de tres actuaciones: Proteger, Avisar y Socorrer (Sistema **P.A.S.**)

- Proteger:** tanto al accidentado como a los servicios de socorro.
- Avisar:** Alertar a los servicios de emergencia (hospitales, bomberos, policía, protección civil). El teléfono de emergencia es el 112.
- Socorrer:** una vez que se haya protegido y avisado se procederá a actuar sobre el accidentado, practicándole los primeros auxilios si se tienen conocimientos sobre ellos.

Al comunicarse, se debe dar un mensaje preciso sobre:

- Lugar donde ha ocurrido el accidente.
- Tipo de accidente (electrocución, caída de altura, quemadura, hemorragia, fractura, etc).
- Número de víctimas.
- Estado aparente de las víctimas (consciencia, sangran, respiran, etc).
- No colgar antes de que el interlocutor lo haya autorizado, ya que puede necesitar otras informaciones complementarias.
- Disponer de una persona que reciba y acompañe a los servicios de socorro con el fin de guiarlos rápidamente hasta el lugar del accidente.

3.1. FRACTURAS

Procederemos de la siguiente manera:

1. En caso de que la fractura sea abierta, limpiar la herida y aplicar apósitos estériles.
2. Inmovilizar el hueso fracturado.
3. Tapar al herido, para que no se enfríe.
4. Evacuación hasta un centro hospitalario.

3.2. HEMORRAGIAS

Procederemos de la siguiente manera:

1. Realizaremos mediante un apósito una compresión suave en el punto de sangrado.
2. ÚNICAMENTE, si la hemorragia no se detiene, realizaremos un torniquete con una banda lo más ancha posible, llevando especial cuidado con la presión ejercida y anotaremos la hora en que se ha realizado el mismo.
3. Evacuación hasta un centro hospitalario.

3.3. QUEMADURAS

Procederemos de la siguiente manera:

1. Refrescar la zona quemada, aplicando agua en abundancia sobre la superficie quemada.
2. Aplicar un apósito estéril en la zona quemada.
3. Evacuación hasta un centro hospitalario.

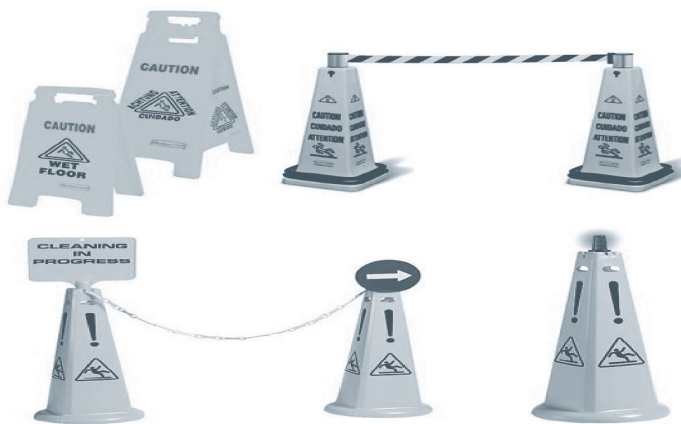
4. SEÑALIZACIÓN

La señalización referida a un objeto, actividad o situación determinada, proporciona una indicación o una obligación relativa a la seguridad o la salud en el trabajo mediante una señal en forma de panel, un color, una señal luminosa o acústica, una comunicación verbal o una señal gestual.

4.1. SEÑALES DE ADVERTENCIA

Son señales con forma triangular, con un pictograma negro sobre fondo amarillo, y bordes negros. Advierte de un riesgo o peligro.





Señalización de suelo húmedo o mojado.

4.2. SEÑALES DE PROHIBICIÓN

Son señales con forma redonda, con un pictograma negro sobre fondo blanco, bordes y banda transversal roja. Prohíbe un comportamiento susceptible de provocar un peligro.

señales de prohibición



Prohibido fumar



Prohibido fumar y encender fuego



Prohibido pasar a los peatones



Prohibido apagar con agua



Entrada prohibida a personas no autorizadas



Agua no potable



Prohibido a los vehículos de manutención



No tocar

4.3. SEÑALES DE OBLIGACIÓN

Son señales con forma redonda, con un pictograma blanco sobre fondo azul. Obliga a un comportamiento determinado.

señales de obligación



Protección de la vista



Protección de la cabeza



Protección del oído



Protección vías respiratorias



Protección de los pies



Protección de las manos



Protección del cuerpo



Protección de la cara



Protección contra caídas



Vía obligatoria para peatones



Obligación general (acompañada, si procede, de una señal adicional)

4.4. SEÑALES DE SALVAMENTO O DE SOCORRO

Son señales con forma rectangular o cuadrada, con un pictograma blanco sobre fondo verde. Proporciona indicaciones relativas a las salidas de socorro, a los primeros auxilios o a los dispositivos de salvamento.

señales de salvamento o de socorro



Vía/salida de socorro



Teléfono de salvamento



Dirección que debe seguirse (señal indicativa adicional a las siguientes)



Primeros auxilios



Camilla



Ducha de seguridad



Lavado de los ojos

4.5. SEÑALES RELATIVAS A LA LUCHA CONTRA INCENDIOS

Son señales con forma rectangular o cuadrada, con un pictograma blanco sobre fondo rojo. Proporciona indicaciones relativas a la ubicación de los equipos de lucha contra incendios.

señales relativas a la lucha contra incendios



Manguera para incendios



Escalera de mano



Extintor



Teléfono para la lucha contra incendios



Dirección que debe seguirse (señal indicativa adicional a las anteriores)

4.6. SEÑALES DE COLOR REFERIDA AL RIESGO DE CAÍDA, CHOQUES Y GOLPES

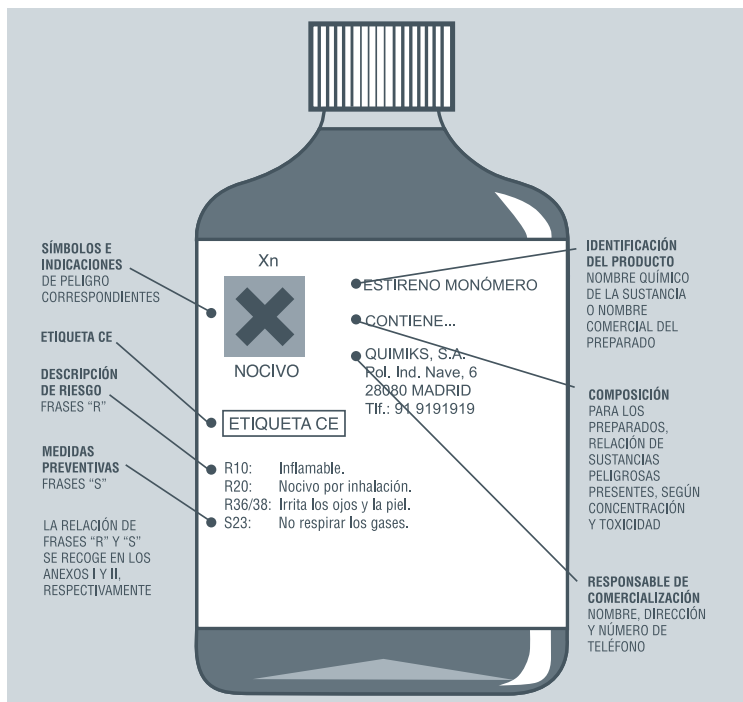
La señalización se efectuará mediante franjas alternas amarillas y negras. Las franjas deberán tener una inclinación aproximada de 45°.



4.7. ETIQUETADO

Para los productos químicos la información sobre su peligrosidad y el riesgo derivado de su utilización está recogida en la etiqueta y ampliada en la ficha de datos de seguridad (FDS). Su contenido está regulado por la legislación sobre comercialización de productos químicos relativa a la clasificación, envasado y etiquetado de sustancias y preparados peligrosos recogida en los Reales Decretos 363/1995 y 255/2003, que obliga a que todo producto químico esté debidamente etiquetado tanto si va destinado al público en general como al usuario profesional, en cuyo caso deberá también disponer de la ficha de datos de seguridad.

La obligación de identificar los productos químicos no es exclusiva de los productos comercializados sino que incluye cualquier producto presente en el lugar de trabajo, por lo que no es aceptable la presencia de productos sin etiquetar o identificar provenientes de un trasvase, generados en el proceso o como residuos (RD 485/1997).



4.7.1. SÍMBOLOS DE PELIGRO NORMALIZADOS

En el siguiente gráfico se describen los posibles pictogramas e indicaciones de peligro a utilizar según el peligro del producto. Estos serán como máximo dos y deberán ocupar cada uno de ellos como mínimo la décima parte de la superficie de la etiqueta.

señales de peligro normalizados						
F Fácilmente Inflamable F+ Extremadamente Inflamable	N Peligroso para el medio ambiente	T Tóxico T+ Muy Tóxico	C Corrosivo	O Comburente	E Explosivo	Xn Nocivo Xi Irritante

4.7.2. FRASES DE SEGURIDAD

El objeto de estas indicaciones en el etiquetado es poner a disposición de los trabajadores un instrumento fundamental que contenga informaciones sobre los riesgos de las sustancias y preparados peligrosos y advierta a las personas sobre los peligros que conlleva su manipulación.

Estas indicaciones se realizan mediante las frases "R" y frases "S". Las frases "R" permiten identificar los riesgos atribuidos a las sustancias y preparados peligrosos. Las frases "S" indican consejos de prudencia estableciendo medidas relativas a la manipulación y utilización de sustancias y preparados peligrosos.

4.7.2.1. FRASES "R"

R1	Explosivo en estado seco.
R2	Riesgo de explosión por choque, fricción, fuego u otras fuentes de ignición.
R3	Alto riesgo de explosión por choque, fricción, fuego u otras fuentes de ignición.
R4	Forma compuestos metálicos explosivos muy sensibles.
R5	Peligro de explosión en caso de calentamiento.
R6	Peligro de explosión, en contacto o sin contacto con el aire.
R7	Puede provocar incendios.
R8	Peligro de fuego en contacto con materias combustibles.
R9	Peligro de explosión al mezclar con materias combustibles.
R10	Inflamable.
R11	Fácilmente inflamable.
R12	Extremadamente inflamable.
R14	Reacciona violentamente con el agua.
R15	Reacciona con el agua liberando gases extremadamente inflamables.
R16	Puede explosionar en mezcla con sustancias comburentes.
R17	Se inflama espontáneamente en contacto con el aire.
R18	Al usarlo pueden formarse mezclas aire-vapor explosivas/inflamables.
R19	Puede formar peróxidos explosivos.
R20	Nocivo por inhalación.
R21	Nocivo en contacto con la piel.

R22	Nocivo por ingestión.
R23	Tóxico por inhalación.
R24	Tóxico en contacto con la piel.
R25	Tóxico por ingestión.
R26	Muy tóxico por inhalación.
R27	Muy tóxico en contacto con la piel.
R28	Muy tóxico por ingestión.
R29	En contacto con agua libera gases tóxicos.
R30	Puede inflamarse fácilmente al usarlo.
R31	En contacto con ácidos libera gases tóxicos.
R32	En contacto con ácidos libera gases muy tóxicos.
R33	Peligro de efectos acumulativos.
R34	Provoca quemaduras.
R35	Provoca quemaduras graves.
R36	Irrita los ojos.
R37	Irrita las vías respiratorias.
R38	Irrita la piel.
R39	Peligro de efectos irreversibles muy graves.
R40	Posibles efectos cancerígenos.
R41	Riesgo de lesiones oculares graves.
R42	Posibilidad de sensibilización por inhalación.
R43	Posibilidad de sensibilización en contacto con la piel.
R44	Riesgo de explosión al calentarlo en ambiente confinado.
R45	Puede causar cáncer.
R46	Puede causar alteraciones genéticas hereditarias.
R48	Riesgo de efectos graves para la salud en caso de exposición prolongada.
R49	Puede causar cáncer por inhalación.
R50	Muy tóxico para los organismos acuáticos.
R51	Tóxico para los organismos acuáticos.
R52	Nocivo para los organismos acuáticos.
R53	Puede provocar a largo plazo efectos negativos en el medio ambiente acuático.
R54	Tóxico para la flora.
R55	Tóxico para la fauna.
R56	Tóxico para los organismos del suelo.
R57	Tóxico para las abejas.
R58	Puede provocar a largo plazo efectos negativos en el medio ambiente.
R59	Peligroso para la capa de ozono.
R60	Puede perjudicar la fertilidad.
R61	Riesgo durante el embarazo de efectos adversos para el feto.
R62	Posible riesgo de perjudicar la fertilidad.
R63	Posible riesgo durante el embarazo de efectos adversos para el feto.
R64	Puede perjudicar a los niños alimentados con leche materna.
R65	Nocivo. Si se ingiere puede causar daño pulmonar.

R66	La exposición repetida puede provocar sequedad o formación de grietas en la piel.
R67	La inhalación de vapores puede provocar somnolencia y vértigo
R68	Posibilidad de efectos irreversibles.

4.7.2.2. FRASES "S"

S1	Consérvese bajo llave.
S2	Manténgase fuera del alcance de los niños.
S3	Consérvese en lugar fresco.
S4	Manténgase lejos de locales habitados.
S5	Consérvese en ... (líquido apropiado a especificar por el fabricante).
S6	Consérvese en ... (gas inerte a especificar por el fabricante).
S7	Manténgase el recipiente bien cerrado.
S8	Manténgase el recipiente en lugar seco.
S9	Consérvese el recipiente en lugar bien ventilado.
S12	No cerrar el recipiente herméticamente.
S13	Manténgase lejos de alimentos, bebidas y piensos.
S14	Consérvese lejos de ... (materiales incompatibles a especificar por el fabricante).
S15	Conservar alejado del calor.
S16	Conservar alejado de toda llama o fuente de chispas - No fumar.
S17	Manténgase lejos de materiales combustibles.
S18	Manipúlese y ábrase el recipiente con prudencia.
S20	No comer ni beber durante su utilización.
S21	No fumar durante su utilización.
S22	No respirar el polvo.
S23	No respirar los gases/humos/vapores/aerosoles [denominación(es) adecuada(s) a especificar por el fabricante].
S24	Evítese el contacto con la piel.
S25	Evítese el contacto con los ojos.
S26	En caso de contacto con los ojos, lávense inmediata y abundantemente con agua y acúdase a un médico.
S27	Quítese inmediatamente la ropa manchada o salpicada.
S28	En caso de contacto con la piel, lávese inmediata y abundantemente con ... (productos a especificar por el fabricante).
S29	No tirar los residuos por el desagüe.
S30	No echar jamás agua a este producto.
S33	Evítese la acumulación de cargas electrostáticas.
S35	Elimínense los residuos del producto y sus recipientes con todas las precauciones posibles.
S36	Úsese indumentaria protectora adecuada.
S37	Úsese guantes adecuados.
S38	En caso de ventilación insuficiente, úsese equipo respiratorio adecuado.
S39	Úsese protección para los ojos/la cara.
S40	Para limpiar el suelo y los objetos contaminados por este producto, úsese ... (a especificar por el fabricante).
S41	En caso de incendio y/o de explosión, no respire los humos.
S42	Durante las fumigaciones/pulverizaciones, úsese equipo respiratorio adecuado [denominación (es) adecuada(s) a especificar por el fabricante].
S43	En caso de incendio, utilizar ... (los medios de extinción los debe especificar el fabricante). (Si el agua aumenta el riesgo, se deberá añadir: "No usar nunca agua").
S45	En caso de accidente o malestar, acúdase inmediatamente al médico (si es posible, muéstrele la etiqueta).
S46	En caso de ingestión, acúdase inmediatamente al médico y muéstrele la etiqueta o el envase.
S47	Consérvese a una temperatura no superior a ... °C (a especificar por el fabricante).

S48	Consérvese húmedo con ... (medio apropiado a especificar por el fabricante).
S49	Consérvese únicamente en el recipiente de origen.
S50	No mezclar con ... (a especificar por el fabricante).
S51	Úsese únicamente en lugares bien ventilados.
S52	No usar sobre grandes superficies en locales habitados.
S53	Evítese la exposición - recábense instrucciones especiales antes del uso.
S56	Elimínense esta sustancia y su recipiente en un punto de recogida pública de residuos especiales o peligrosos.
S57	Utilícese un envase de seguridad adecuado para evitar la contaminación del medio ambiente.
S59	Remitirse al fabricante o proveedor para obtener información sobre su recuperación/reciclado.
S60	Elimínense el producto y su recipiente como residuos peligrosos.
S61	Evítese su liberación al medio ambiente. Recábense instrucciones específicas/ficha de datos de seguridad.
S62	En caso de ingestión no provocar el vómito: acúdase inmediatamente al médico y muéstresele la etiqueta o el envase.
S63	En caso de accidente por inhalación, alejar a la víctima fuera de la zona contaminada y mantenerla en reposo.
S64	En caso de ingestión, lavar la boca con agua (solamente si la persona está consciente).

5. PLANES DE AUTOPROTECCIÓN EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

Se define el Plan de Autoprotección como el documento que establece el marco orgánico y funcional previsto para un centro, establecimiento, espacio, instalación o dependencia, con el objeto de prevenir y controlar los riesgos sobre las personas y los bienes y dar respuesta adecuada a las posibles situaciones de emergencia, en la zona bajo responsabilidad del titular de la actividad, garantizando la integración de éstas actuaciones con el sistema público de protección civil.

El Plan de Autoprotección abordará la identificación y evaluación de los riesgos, las acciones y medidas necesarias para la prevención y control de riesgos, así como las medidas de protección y otras actuaciones a adoptar en caso de emergencia.

El Plan de Autoprotección habrá de estar redactado y firmado por técnico competente capacitado para dictaminar sobre aquellos aspectos relacionados con la autoprotección frente a los riesgos a los que esté sujeta la actividad, y suscrito igualmente por el titular de la actividad. Se designará, por parte del titular de la actividad, una persona como responsable única para la gestión de las actuaciones encaminadas a la prevención y el control de riesgos.

El Plan de Autoprotección se recogerá en un documento único cuya estructura y contenido mínimo, (R.D. 393/2007 Norma Básica de Autoprotección de los centros, establecimientos que puedan dar origen a situaciones de emergencia Anexo II), se detalla a continuación:

Índice paginado

Capítulo 1. Identificación de los titulares y del emplazamiento de la actividad.

- 1.1 Dirección Postal del emplazamiento de la actividad. Denominación de la actividad, nombre y/o marca. Teléfono y Fax.
- 1.2 Identificación de los titulares de la actividad. Nombre y/o Razón Social. Dirección Postal, Teléfono y Fax.
- 1.3 Nombre del Director del Plan de Autoprotección y del director o directora del plan de actuación en emergencia, caso de ser distintos. Dirección Postal, Teléfono y Fax.

Capítulo 2. Descripción detallada de la actividad y del medio físico en el que se desarrolla.

- 2.1 Descripción de cada una de las actividades desarrolladas objeto del Plan.
- 2.2 Descripción del centro o establecimiento, dependencias e instalaciones donde se desarrollen las actividades objeto del plan.
- 2.3 Clasificación y descripción de usuarios.
- 2.4 Descripción del entorno urbano, industrial o natural en el que figuren los edificios, instalaciones y áreas donde se desarrolla la actividad.
- 2.5 Descripción de los accesos. Condiciones de accesibilidad para la ayuda externa.

Este capítulo se desarrollará mediante documentación escrita y se acompañará al menos la documentación gráfica siguiente:

- Plano de situación, comprendiendo el entorno próximo urbano, industrial o natural en el que figuren los accesos, comunicaciones, etc.
- Planos descriptivos de todas las plantas de los edificios, de las instalaciones y de las áreas donde se realiza la actividad.

Capítulo 3. Inventario, análisis y evaluación de riesgos.

Deben tenerse presentes, al menos, aquellos riesgos regulados por normativas sectoriales. Este capítulo comprenderá:

- 3.1 Descripción y localización de los elementos, instalaciones, procesos de producción, etc. que puedan dar origen a una situación de emergencia o incidir de manera desfavorable en el desarrollo de la misma.
- 3.2 Identificación, análisis y evaluación de los riesgos propios de la actividad y de los riesgos externos que pudieran afectarle. (Riesgos contemplados en los planes de Protección Civil y actividades de riesgo próximas).
- 3.3 Identificación, cuantificación y tipología de las personas tanto afectas a la actividad como ajenas a la misma que tengan acceso a los edificios, instalaciones y áreas donde se desarrolla la actividad.

Este capítulo se desarrollará mediante documentación escrita y se acompañará al menos la documentación gráfica siguiente:

- Planos de ubicación por plantas de todos los elementos y/o instalaciones de riesgo, tanto los propios como los del entorno.

Capítulo 4. Inventario y descripción de las medidas y medios de autoprotección.

- 4.1 Inventario y descripción de las medidas y medios, humanos y materiales, de que dispone la entidad para controlar los riesgos detectados, enfrentar las situaciones de emergencia y facilitar la intervención de los Servicios Externos de Emergencias.
- 4.2 Las medidas y los medios, humanos y materiales, disponibles en aplicación de disposiciones específicas en materia de seguridad.

Este capítulo se desarrollará mediante documentación escrita y se acompañará al menos la documentación gráfica siguiente:

- Planos de ubicación de los medios de autoprotección, conforme a normativa UNE.

- Planos de recorridos de evacuación y áreas de confinamiento, reflejando el número de personas a evacuar o confinar por áreas según los criterios fijados en la normativa vigente.
- Planos de compartimentación de áreas o sectores de riesgo.

Capítulo 5. Programa de mantenimiento de instalaciones.

- 5.1 Descripción del mantenimiento preventivo de las instalaciones de riesgo, que garantiza el control de las mismas.
- 5.2 Descripción del mantenimiento preventivo de las instalaciones de protección, que garantiza la operatividad de las mismas.
- 5.3 Realización de las inspecciones de seguridad de acuerdo con la normativa vigente.

Este capítulo se desarrollará mediante documentación escrita y se acompañará al menos de un cuadernillo de hojas numeradas donde queden reflejadas las operaciones de mantenimiento realizadas, y de las inspecciones de seguridad, conforme a la normativa de los reglamentos de instalaciones vigentes.

Capítulo 6. Plan de actuación ante emergencias.

Deben definirse las acciones a desarrollar para el control inicial de las emergencias, garantizándose la alarma, la evacuación y el socorro. Comprenderá:

6.1 Identificación y clasificación de las emergencias:

- En función del tipo de riesgo.
- En función de la gravedad.
- En función de la ocupación y medios humanos.

6.2 Procedimientos de actuación ante emergencias:

- Detección y Alerta.
- Mecanismos de Alarma:
 - 1.- Identificación de la persona que dará los avisos.
 - 2.- Identificación del Centro de Coordinación de Atención de Emergencias de Protección Civil.
- Mecanismos de respuesta frente a la emergencia.
- Evacuación y/o Confinamiento.
- Prestación de las Primeras Ayudas.
- Modos de recepción de las Ayudas externas.

6.3 Identificación y funciones de las personas y equipos que llevarán a cabo los procedimientos de actuación en emergencias.

6.4 Identificación del Responsable de la puesta en marcha del Plan de Actuación ante Emergencias.

Capítulo 7. Integración del plan de autoprotección en otros de ámbito superior.

- 7.1 Los protocolos de notificación de la emergencia.
- 7.2 La coordinación entre la dirección del Plan de Autoprotección y la dirección del Plan de Protección Civil donde se integre el Plan de Autoprotección.

7.3 Las formas de colaboración de la Organización de Autoprotección con los planes y las actuaciones del sistema público de Protección Civil.

Capítulo 8. Implantación del Plan de Autoprotección.

- 8.1 Identificación del responsable de la implantación del Plan.
- 8.2 Programa de formación y capacitación para el personal con participación activa en el Plan de Autoprotección.
- 8.3 Programa de formación e información a todo el personal sobre el Plan de Autoprotección.
- 8.4 Programa de información general para los usuarios.
- 8.5 Señalización y normas para la actuación de visitantes.
- 8.6 Programa de dotación y adecuación de medios materiales y recursos.

Capítulo 9. Mantenimiento de la eficacia y actualización del Plan de Autoprotección.

- 9.1 Programa de reciclaje de formación e información.
- 9.2 Programa de sustitución de medios y recursos.
- 9.3 Programa de ejercicios y simulacros.
- 9.4 Programa de revisión y actualización de toda la documentación que forma parte del Plan de Autoprotección.
- 9.5 Programa de auditorías e inspecciones.

Anexo I. Directorio de comunicación.

- a. Teléfonos del Personal de emergencias.
- b. Teléfonos de ayuda exterior.
- c. Otras formas de comunicación.

Anexo II. Formularios para la gestión de emergencias.

Anexo III. Planos.

6. NORMATIVA APLICABLE

La legislación aplicable sobre prevención de riesgos laborales para trabajadores en el sector marítimo pesquero es:

- a) Real Decreto 1661/1982 que declara de aplicación los preceptos del Convenio Internacional para la Seguridad de la Vida Humana en el Mar.
- b) Real Decreto 1435/1992 sobre aproximación de las legislaciones de los estados miembros relativas a máquinas y modificado por el Real Decreto 56/1995.
- c) Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales.
- d) Real Decreto 1561/1995 sobre jornadas especiales de trabajo
- e) Real Decreto 363/1995 sobre notificación de sustancias nuevas y clasificación, envasado y etiquetado de sustancias peligrosas y modificaciones posteriores.
- f) Real Decreto 485/1997 sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.

- g) Real Decreto 486/1997 por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- h) Real Decreto 1216/1997 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en el trabajo a bordo de los buques de pesca.
- i) Real Decreto 487/1997 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- j) Real Decreto 773/1997 sobre las disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- k) Real Decreto 1215/1997 por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- l) Real Decreto 769/1999 reglamento de aparatos a presión, que deroga parcialmente al Real Decreto 1244/1979.
- m) Real Decreto 258/1999 por lo que se establecen las condiciones mínimas sobre la protección de la salud y la asistencia médica de los trabajadores del mar.
- n) Real Decreto 768/1999 por lo que se aprueba el Reglamento para el control del cumplimiento de la normativa sobre seguridad en los buques extranjeros que utilicen puertos españoles.
- o) Real Decreto 1032/1999 por el que se aprueba las normas de seguridad a cumplir por los buques pesqueros de eslora igual o superior a 24 metros.
- p) Real Decreto 374/2001 sobre la protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- q) Real Decreto 614/2001 sobre disposiciones mínimas para protección de la salud y la seguridad de los trabajadores frente al riesgo eléctrico y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- r) Real Decreto 842/2002 reglamento electrotécnico de baja tensión e instrucciones técnicas complementarias.
- s) Ley 54/2003 de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales.
- t) Real Decreto 171/2004 por el que se desarrolla el artículo 24 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales.
- u) Real Decreto 1311/2005 sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores frente a los riesgos derivados o que puedan derivarse de la exposición a vibraciones mecánicas.
- v) Real Decreto 286/2006 sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido.
- w) Real Decreto 393/2007 por el que se aprueba la Norma Básica de Autoprotección de los centros, establecimientos y dependencias que puedan dar origen a situaciones de emergencia.

7. RESUMEN DE RIESGOS

RIESGOS	MEDIDAS PREVENTIVAS
<i>Caidas al mismo nivel</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Retirar objetos innecesarios, envases, herramientas que no se use. • Suelos y escalones antideslizantes. • Instalar drenajes para líquidos, en suelos con cierta inclinación. • Zonas de paso despejadas. • Orden y limpieza. • Señalizar obstáculos. • Usar calzado apropiado. • Mantener los suelos de cubierta libres de agua
<i>Caidas a distinto nivel</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Uso de escaleras con apoyos antideslizantes. • Subir y bajar de las escaleras de frente, agarrándose con las dos manos y no llevando objetos en las manos. • Instalar barandillas en zonas elevadas. • Cubrir toda abertura en el suelo (escotillas, tambuchos). • Acceso a lugares elevados dotados de barandillas y peldaños antideslizantes. • Rampas de acceso con protección y evitando grandes desniveles.
<i>Caída de "hombre al agua"</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Los trabajadores deben estar acostumbrados al balanceo. • Informar a la tripulación del cambio de rumbo o velocidad. • Uso de cinturones o arnés en situaciones de riesgo (tormentas, etc.). • Tender cabos guardamancebos en cubierta. • En caso de mal tiempo, no trabajar solo. • Si cae un hombre al agua, iniciar rápidamente las maniobras de salvamento correspondientes.
<i>Atrapamientos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Máquinas y herramientas seguras con marcado CE • Cumplir las normas de seguridad indicadas por el fabricante. • Proteger la parte peligrosa con resguardos con enclavamiento, barreras, etc. • Colocar interruptores de emergencia. • Mantener las distancias adecuadas entre máquinas. • Efectuar las operaciones de mantenimiento siempre con la máquina parada y enclavamiento. • Uso de EPI's según cada operación. • Llevar ropa ajustada al cuerpo.

<p><i>Cortes y Golpes con herramientas</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Máquinas y herramientas seguras con marcado CE. • Cumplir las normas de seguridad indicadas por el fabricante. • Proteger la parte cortante con resguardos con enclavamiento, barreras, etc. • Utilizar herramientas con mangos con guardamanos. • Uso de la maquinaria y herramientas solo por el personal designado. • Efectuar las operaciones de mantenimiento siempre con la máquina parada y enclavamiento. • Uso de EPI's según cada operación. • Guardar herramientas cortantes en fundas y/o soportes adecuados. • Eliminar cantos o bordes cortantes. • Mantener herramientas en buen estado.
<p><i>Caidas de objetos</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Respetar la carga nominal del medio de elevación y equilibrado del material. • No superar la capacidad de carga de las estanterías y almacenamientos. • Prohibir situarse debajo de las cargas suspendidas. • Garantizar la estabilidad de los apilamientos: arristrar estantes, carga pesadas en estantes bajo, etc. • Mantenimiento periódico de los equipos (carretillas, transpaletas, montacargas, etc.). • Utilizar casco de protección con marcado CE. • Trincar el cubierta todos los elementos móviles. • Adujar bien todos los cabos. • Fijar bien los utensilios de cocina.
<p><i>Manejo manual de cargas</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mantener la espalda recta y la carga pegada al cuerpo. • Uso de medios auxiliares. • Respetar las cargas máximas según sexo y edad.
<p><i>Posturas forzadas y movimientos repetitivos</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño ergonómico del puesto de trabajo. • Seleccionar útiles de trabajo con diseño adecuado para evitar posturas forzadas. • Cambios de postura y pausas de descanso en posturas forzadas. • Útiles y medios de trabajo al alcance de la mano. • Vigilancia periódica de la salud.
<p><i>Postura de trabajo de pie</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Evitar movimientos bruscos y forzados del cuerpo. • Reducir la tensión muscular apoyando un pie sobre un objeto y alternar el pie. • El plano de trabajo, a la altura aproximada de los codos. • Mantener el cuerpo erguido. • Cambiar de postura y efectuar suaves estiramientos.

<p><i>Contactos eléctricos</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Control visual antes de comenzar el trabajo. • La instalación deberá cumplir con el reglamento vigente. • Aislamiento de cables eléctricos en perfecto estado. Evitar uso de ladrones. • Puesta a tierra de la maquinaria en combinación con interruptores diferenciales. • Revisiones periódicas por personal autorizado. • Colocar pararrayos en todos los palos y mástiles de madera. • No reparar, más que por personal especializado, las averías eléctricas. • Utilizar en lo posible cables piroretardantes. • Uso de equipos de bajo voltaje en espacios confinados o presencia de agua. • No utilizar aparatos eléctricos con manos húmedas. • Contar con fuente autónoma de energía eléctrica para caso de siniestro.
<p><i>Ruido</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tener en cuenta el nivel de ruido a la hora de comprar una máquina o herramienta. • Efectuar un adecuado mantenimiento según fabricante. • Aislar, señalizar y alejar las fuentes de ruido. • Reducir el tiempo de exposición. • Delimitar y señalizar las zonas de exposición al ruido. • Uso de EPI's adecuadas al nivel de ruido. • Programas de reducción del ruido.
<p><i>Vibraciones</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Usar materiales que atenúen las vibraciones. • Delimitar y señalizar las zonas de exposición a vibraciones. • Modificar el proceso, evitando herramientas vibratorias. • Mantenimiento preventivo de la maquinaria. • Informar a los trabajadores del riesgo.
<p><i>Quemaduras por contacto</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajar en espacios amplios. • Aislar térmicamente las superficies calientes y herramientas. • En tuberías, instalar revestimiento termo aislante. • Separar y señalizar las áreas peligrosas. • Uso de EPI's con marcado CE.
<p><i>Contacto con sustancias químicas peligrosas</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar sustancias menos peligrosas. • Almacenar los productos en lugares adecuados, ventilados, señalizados y en sus envases originales. • Exigir las Fichas de Datos de Seguridad. • Establecer un plan de acción para la utilización de los productos. • Uso de paletas, mezcladores, etc., para evitar el contacto con la piel. • Disponer de sistemas de neutralización, recogida de derrames y eliminación de residuos. • Uso de EPI's según indicaciones de la ficha de datos de seguridad. • Mantener los recipientes cerrados. • Cubrir cortes y heridas con vendajes impermeables.

<p><i>Exposición a sustancias tóxicas o irritantes</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ventilación adecuada del local, natural o forzada. • Utilizar sistemas cerrados, impidiendo liberación de contaminantes. • Sistemas de extracción localizada en el origen del foco. • Realizar controles ambientales periódicos. • Limpiar y reemplazar filtros de ventiladores y extractores. • Uso de equipos respiratorios, en caso de insuficiente extracción localizada. • Elaborar y seguir instrucciones de llenado de contenedores.
<p><i>Incendio</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Disponer la cantidad mínima, almacenando el resto en almacén. • Prohibir fumar. • Salidas de emergencia: libres y señalizadas. • Instalación eléctrica antideflagrantes en zonas con riesgo de atmósferas inflamables. • Tener instalaciones fijas de extinción, realizando su mantenimiento. • Instalar sistemas de detección y alarma. • Colocar carteles con plano de localización. • Dotar al barco de extintores de CO2 de activación automática en la sala de máquinas.
<p><i>Explosión</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Instalación eléctrica antideflagrantes en zonas con riesgo de atmósferas explosivas. • Evitar y controlar la concentración de polvos, resina y fibras. • Instalación de gases y productos inflamables de acuerdo con la reglamentación vigente. • Comprobar la hermeticidad de los conductos de gas.
<p><i>Ahogamiento por labores de buceo</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Observar escrupulosamente las tablas de buceo. • Evitar inmersiones muy repetitivas. • Bucear siempre con compañero. • Tratamiento con oxígeno hiperbárico en caso de accidente por descompresión.
<p><i>Exposición a agentes biológicos (seres vivos, desechos, hongos, etc.)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Programas de limpieza y desinfección. • Desinfectar periódicamente la piel. • Utilizar pinturas ecológicas antihongos en paredes y techos. • Adecuada eliminación de desechos. • Utilizar ropa y/o equipos de protección del cuerpo: guantes, botas altas, gafas. • No fumar, comer, beber y toser sobre los alimentos o manipulación de pesca. • Instruir acerca de las especies marinas potencialmente peligrosas. • Elevado grado de aseo personal. Ropa de uso exclusivo y gorros cubrecabezas cuando proceda.

<i>Condiciones medioambientales desfavorables</i>	<ul style="list-style-type: none">• Proporcionar ropa de protección adecuada.• Pausas adecuadas en trabajos con calor.• Regular la temperatura mediante calefacción, aire acondicionado.• Suspender los trabajos con condiciones atmosféricas que pueda ocasionar un accidente.• Evitar corrientes de aire, adecuar la humedad del aire del local.• Utilizar medios de protección contra el sol.
<i>Situaciones de emergencia y evacuación</i>	<ul style="list-style-type: none">• Señalizar los equipos de salvamento.• Almacenar los equipos salvavidas correctamente, solicitando suficientes folletos informativos.• Limpiar las bandas reflectantes para evitar que pierdan visibilidad.• Formar a la tripulación para que pueda orientar a los pasajeros en situaciones de emergencia.
<i>Factores psicosociales</i>	<ul style="list-style-type: none">• Máxima información sobre el proceso de trabajo.• Distribuir claramente las tareas y competencias.• Planificar los trabajos teniendo en cuenta una parte de imprevistos.• Realizar pausas, alternar tareas.• Crear conciencia del riesgo existente, fomentando la idea de seguridad y aprendizaje.• Controlar las condiciones de trabajo y vida de los trabajadores en los barcos.