




DFX12
CUERPO TÉCNICOS AUXILIARES,
OPCIÓN PESCA Y ACUICULTURA,
PUESTO PATRÓN/A EMBARCACIÓN CARTAGENA

*** La información contenida en esta ficha no sustituye a la evaluación de riesgos realizada en los puestos de trabajo que están adscritos a este colectivo en la Relación de Puestos de Trabajo (RPT).**

	<p>Consejería de Economía, Hacienda y Administración Digital Dirección General de Función Pública Servicio de Prevención de Riesgos Laborales Coordinador</p>
<p align="center">FICHA INFORMATIVA DE RIESGOS LABORALES POR COLECTIVO (RPT)</p>	

<p>CUERPO/ESCALA/OPCIÓN EN LA RELACIÓN DE PUESTOS DE TRABAJO (RPT) DFX12 CUERPO TÉCNICOS AUXILIARES, OPCIÓN PESCA Y ACUICULTURA, PUESTO PATRÓN/A EMBARCACIÓN CARTAGENA</p>

En cumplimiento de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales (art.18), se informa de los riesgos derivados de su puesto de trabajo, y de las medidas correctoras que se deben respetar.

La finalidad de este documento es que el personal empleado público conozca los riesgos a los que pudiera estar expuesto.

<p>TAREAS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Tareas de inspección de obras en astilleros, puertos, etc.</u> - <u>Conducción de embarcación</u> - <u>Tareas que implican manipulación de pescado</u> - <u>Tareas de apoyo a las inspecciones de pesca</u> - <u>Tareas de conducción de vehículos y desplazamiento en diferentes medios de locomoción: barco, zodiac y helicóptero</u>
----------------------	--



FICHA INFORMATIVA DE RIESGOS LABORALES POR COLECTIVO (RPT)

RIESGOS ESPECÍFICOS POR COLECTIVO (RPT)

Riesgo	Medida preventiva (Medios humanos/materiales)
<p>CAÍDA DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL Acceso a barcos en varadero mediante escalera de mano.</p>	<p>Las escaleras de mano tendrán la resistencia y los elementos de apoyo y sujeción necesarios para que su utilización en las condiciones requeridas no suponga un riesgo de caída por rotura o desplazamiento de las mismas.</p> <p>Las escaleras de mano se utilizarán de la forma y con las limitaciones establecidas por el fabricante. No se emplearán escaleras de mano y, en particular, escaleras de más de 5 metros de longitud, de cuya resistencia no se tengan garantías. Queda prohibido el uso de escaleras de mano de construcción improvisada.</p> <p>Antes de utilizar una escalera de mano deberá asegurarse su estabilidad. La base de la escalera deberá quedar sólidamente asentada. En el caso de escaleras simples la parte superior se sujetará, si es necesario, al paramento sobre el que se apoya y cuando éste no permita un apoyo estable se sujetará al mismo mediante una abrazadera u otros dispositivos equivalentes.</p> <p>Las escaleras de mano simples se colocarán, en la medida de lo posible, formando un ángulo aproximado de 75 grados con la horizontal. Cuando se utilicen para acceder a lugares elevados sus largueros deberán prolongarse al menos 1 metro por encima de ésta.</p> <p>Cuando no quede garantizada la fijación de la escalera, tanto en su parte superior como en su base, deberá ser sostenida por un segundo trabajador durante el uso de la misma.</p> <p>El ascenso, descenso y los trabajos desde escaleras se efectuarán de frente a las mismas. El cuerpo se mantendrá dentro del frontal de la escalera. El trabajador nunca asomará el cuerpo sobre los laterales de la misma. Se desplazará la escalera cuantas veces sea necesario y nunca con el trabajador subido en ella.</p> <p>Se prohíbe el transporte y manipulación de cargas por o desde escaleras de mano cuando por su peso o dimensiones puedan comprometer la seguridad del trabajador. El ascenso, trabajo y descenso por una escalera de mano ha de hacerse con las manos libres, de frente a la escalera, agarrándose a los peldaños o largueros.</p> <p>Las escaleras de mano no se utilizarán simultáneamente por más de un trabajador</p> <p>Las escaleras de mano se revisarán periódicamente. Se prohíbe la utilización de escaleras de madera pintadas, por la dificultad que ello supone para la detección de sus posibles defectos. Otras medidas preventivas:</p> <p>En los trabajos con escaleras extensibles, hay que asegurarse de que las abrazaderas sujetan firmemente.</p> <p>Para ubicar una escalera en un suelo inclinado han de utilizarse zapatas ajustables de forma que los travesaños queden en posición horizontal.</p> <p>El apoyo en el suelo de la escalera siempre ha de hacerse a través de los largueros y nunca en el peldaño inferior.</p> <p>Antes de acceder a la escalera es preciso asegurarse de que tanto la suela de los zapatos, como los peldaños, están limpios, en especial de grasa, aceite o cualquier otra sustancia deslizante.</p> <p>Si la utilización de la escalera ha de hacerse cerca de vías de circulación de peatones o vehículos, habrá que protegerla de golpes.</p> <p>Debe impedirse el paso de personas por debajo de la escalera.</p> <p>Nunca se ha de mover una escalera manual estando el trabajador sobre ella.</p> <p><i>Ver recomendaciones en RICA, Prevención de Riesgos Laborales, Información, Folletos Divulgativos y Anexos. Escaleras de Mano. Anexos</i></p>



FICHA INFORMATIVA DE RIESGOS LABORALES POR COLECTIVO (RPT)

Riesgo	Medida preventiva (Medios humanos/materiales)
<p>Caídas durante las inspecciones en obras de construcción e instalaciones (astilleros, puertos, edificios, etc.).</p> <p>Caídas al mar en las labores de inspección desde los barcos inspeccionados. Durante el manejo de la zodiac u otros barcos pequeños, para transportar a los técnicos a los barcos.</p> <p>Durante los desplazamientos en helicóptero.</p>	<p>El empleado debe tener en cuenta que sólo deberá acceder a plataformas, andamios y pasarelas, así como a zonas con desniveles, huecos y aberturas, que supongan un riesgo de caída de altura superior a 2 m, siempre que estén debidamente protegidas mediante barandillas u otro sistema de protección colectiva de seguridad equivalente. Las barandillas serán resistentes, tendrán una altura mínima de 90 cm y dispondrán de un reborde de protección, un pasamanos y una protección intermedia que impidan el deslizamiento de los empleados, de acuerdo con lo dispuesto en el R.D. 1627/1997, de 24 de octubre, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y de salud en las obras de construcción.</p> <p>Cuando se acceda a los barcos a inspeccionar, se deben seguir en todo momento las medidas de seguridad del personal al mando y utilizar los medios de seguridad que se recomienden (auriculares de comunicaciones, chaleco salvavidas, equipo de supervivencia, etc.).</p> <p>Dentro del barco intente desplazarse siempre con las piernas flexionadas y el cuerpo inclinado hacia el centro del barco.</p> <p>No corra sobre la cubierta y utilice calzado con suela antideslizante.</p> <p>Se aconseja formar a los empleados respecto a cómo actuar en caso de caída al agua o caiga un compañero.</p> <p>Se aconseja la implantación de permisos de trabajo para los casos en que el empleado deba subir a un helicóptero.</p>
<p>CAÍDA DE PERSONAS AL MISMO NIVEL</p> <p>Circulación por suelos en mal estado, resbaladizos y en presencia de agua (barcos, puertos, lonjas, y otras instalaciones de transformación y comercialización).</p>	<p>Utilizar calzado cómodo con suela antideslizante al andar por suelos resbaladizos o en mal estado (barcos, puertos, lonjas, etc.).</p> <p>Circular con precaución por suelos mojados o con restos de pescado.</p> <p>En barcos o en lugares en presencia de agua se utilizarán las botas para agua.</p>
<p>CAÍDA DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO</p> <p>Caída de objetos por desplome, derrumbamiento o desprendidos en obras de construcción.</p>	<p>Se deberá facilitar y el personal utilizar casco de protección conforme a la norma UNE-EN 397. Los empleados deberán colocárselo previamente a la entrada en la obra.</p>
<p>PISADAS SOBRE OBJETOS</p> <p>Debido a la presencia de clavos y otros elementos punzantes en obras de construcción.</p>	<p>Durante las inspecciones a las obras de construcción se utilizará calzado de seguridad con suela que evite la penetración de clavos conforme a la norma UNE-EN 344.</p>
<p>GOLPES/CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS</p> <p>Al manejar cajas de pescado y al utilizar el cúter.</p>	<p>Facilitar a los empleados guantes resistentes e impermeables conformes a la norma UNE-EN 388 para manipular cajas de pescado u otros elementos que además de estar mojados o con restos de pescado, puedan suponer riesgo de corte, no</p>



FICHA INFORMATIVA DE RIESGOS LABORALES POR COLECTIVO (RPT)

Riesgo	Medida preventiva (Medios humanos/materiales)
	<p>utilizando para estas tareas guantes de cuero o de látex. Cuando las tareas realizadas supongan además exposición a contaminantes biológicos se deberán utilizar guantes conformes a la norma UNE-EN 374 para proteger frente a dicho riesgo.</p> <p>Utilizar calzado de seguridad con puntera reforzada conforme a la norma UNE-EN-ISO 20345:2012.</p> <p>Revisar los cúteres y sustituir los que estén oxidados, rotos o no corten con facilidad.</p> <p>Utilizar guantes resistentes cuando se utilice el cúter.</p>
<p>SOBRESFUERZOS</p> <p>Al manejar, ocasionalmente, cajas de pescado de 10 a 12 kg aproximadamente.</p>	<p>Conforme al R.D. 487/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores, se debe formar e informar al empleado sobre la correcta manipulación de cargas:</p> <ul style="list-style-type: none">• Realizar pausas de trabajo frecuentes y adecuadas a fin de evitar la fatiga.• Evitar giros del tronco, girar siempre con los pies.• Evitar flexiones del tronco hacia delante o encorvar la espalda.• Utilizar medios auxiliares adecuados a la carga transportada (utilización de carros, camareras o cualquier otro sistema auxiliar).• Agacharse doblando las rodillas (ponerse en cuclillas manteniendo la espalda recta).• Llevar la carga lo más pegada al cuerpo que sea posible. <p>El desplazamiento vertical ideal de una carga es de hasta 25 cm; siendo aceptables los desplazamientos comprendidos entre la “altura de los hombros y la altura de media pierna”.</p> <p>Se procurará evitar los desplazamientos que se realicen fuera de estos rangos. No se deberían manejar cargas por encima de 175 cm de desplazamiento, que es el límite de alcance para muchas personas, conforme al R.D. 487/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores.</p> <p>Se debe pedir ayuda a un compañero siempre que la carga presente dificultades por su peso, forma o tamaño o por el itinerario a recorrer.</p> <p>En el levantamiento, colocación, retirada y transporte de cargas de más de 3 kg se aconseja que se sigan las recomendaciones de manejo manual de cargas recogidas en la sección de Información; Folletos divulgativos y anexos, de la web del Servicio de Prevención: Manejo Manual de Cargas Anexos.</p>
<p>EXPOSICIÓN A TEMPERATURAS AMBIENTALES EXTREMAS</p> <p>Trabajos realizados a la intemperie.</p>	<p>Se deberá llevar a cabo una planificación que tenga en cuenta las condiciones climáticas en las que se van a ejecutar cada una de las tareas, con el fin de evitar daños a la salud del personal. Para ello, se recomienda designar una persona responsable de verificar las condiciones meteorológicas de la zona donde se va a desarrollar la tarea cuando estas lo requieran, con el fin de informar al personal y adoptar las medidas de protección que sean necesarias según las circunstancias.</p> <p>La Agencia Estatal de Meteorología (AEMET) desarrolla diversos planes operativos tendentes a facilitar la mejor información posible sobre la predicción y vigilancia de los fenómenos meteorológicos:</p>



FICHA INFORMATIVA DE RIESGOS LABORALES POR COLECTIVO (RPT)

Riesgo	Medida preventiva (Medios humanos/materiales)
	<p>Predicción Murcia.</p> <p>Interpretación de avisos.</p> <p>Avisos por superación de las temperaturas umbrales establecidas.</p> <p>La aclimatación previa del personal de nuevo ingreso y de aquellos otros que se reincorporen a su puesto de trabajo tras un periodo de ausencia prolongada, se llevará a cabo programando exposiciones sucesivas y de corta duración para ir progresando a lo largo de los días siguientes. La aclimatación al calor es un proceso gradual que puede durar de 7 a 14 días.</p> <p>Deberá cuidarse la alimentación y la ingesta de líquidos:</p> <p>En verano: se debe asegurar el suministro de agua fresca suficiente y aleccionar al personal para que incremente la ingestión de agua o bebidas isotónicas, evitando el consumo de alcohol y bebidas estimulantes (incluido café) y limitando especialmente la ingesta de alimentos ricos en grasas. Fomentar en los trabajadores expuestos la ingesta de pequeñas cantidades de agua fresca (aproximadamente un vaso) cada 20 minutos. Si se consumen medicamentos es conveniente leer el prospecto ya que algunos pueden afectar a las personas que trabajan a altas temperaturas.</p> <p>En invierno: aumentando la ingestión de bebidas templadas, dulces, sin cafeína y no alcohólicas y tratando de proporcionar al organismo la necesaria aportación de calorías.</p> <p>Organizar el trabajo atendiendo a la época del año:</p> <p>En las épocas más calurosas, programar los trabajos de manera que se reduzca la exposición al sol, intentando desarrollar a primera hora las tareas que requieran mayor esfuerzo o se desarrollen en zonas desprotegidas y a pleno sol. Limitar en lo posible el trabajo físico y proporcionar las ayudas o elementos mecánicos que disminuyan el esfuerzo físico.</p> <p>En épocas de bajas temperaturas, los trabajos en las zonas más frías deberán planificarse en las horas centrales y más cálidas del día, controlando la exposición directa a las corrientes de aire y la humedad.</p> <p>La organización del trabajo deberá permitir el descanso en lugar caliente y seco (invierno) o fresco y sombreado (verano). Deberán realizarse pausas y descansar siempre que sea necesario, permitiendo que el personal intercale a su libre albedrío los periodos de actividad y de reposo. Evitar el trabajo en solitario.</p> <p>Cuando sea necesario, hacer uso de prendas de protección:</p> <p>Utilizando ropa de verano, suelta, de tejidos frescos (algodón y lino) y colores claros que reflejen el calor radiante, gorra o sombrero de ala.</p> <p>Haciendo uso de prendas de abrigo adecuadas, combinando diferentes capas en lugar de una sola y tratando de no dificultar la capacidad de movimiento del personal.</p> <p>Informar y formar sobre los riesgos relacionados con el calor (estrés térmico y sobrecarga térmica) y el frío, los factores de riesgo, sus efectos y las medidas preventivas, instrucciones y procedimientos de trabajo, el uso de equipos de protección individual y las medidas de primeros auxilios que hay que adoptar, así programas de entrenamiento frecuentes.</p>
<p>CONTACTOS CON SUSTANCIAS CÁUSTICAS O CORROSIVAS</p> <p>Manejo de lejía para neutralizar el pescado.</p>	<p>El empleado debe leer y tener en cuenta los peligros y medidas que aparecen en la etiqueta del producto.</p>



FICHA INFORMATIVA DE RIESGOS LABORALES POR COLECTIVO (RPT)

Riesgo	Medida preventiva (Medios humanos/materiales)
	<p>Se utilizarán guantes de protección conforme a la norma UNE-EN ISO 374-1:2016 y pantallas faciales o gafas contra salpicaduras o proyecciones conformes a la norma UNE-EN 166.</p> <p>Se evitará todo contacto directo con la piel, ingestión e inhalación de vapores.</p> <p>Los recipientes con lejía u otros productos químicos, deberán mantenerse correctamente señalizados e identificados.</p>
<p>INCENDIOS. EVACUACIÓN Evacuación de los lugares visitados por declaración de una emergencia.</p> <p>Evacuación del barco en caso de emergencia en el mar.</p>	<p>En los centros de trabajo que se visiten, se deben seguir las indicaciones de los responsables en caso de emergencia o evacuación.</p> <p>En el barco se realizarán revisiones de mantenimiento de forma periódica, así como las revisiones reglamentarias que correspondan tanto al barco como a sus instalaciones y dispositivos.</p> <p>Se formará al empleado en lo relacionado con las emergencias y evacuación del barco.</p>
<p>ACCIDENTES CAUSADOS POR SERES VIVOS Por picaduras y pinchazos con las espinas, aletas y ostras.</p>	<p>Para evitar picaduras y pinchazos con espinas, aletas y ostras no basta con los guantes de látex, deben utilizarse guantes más resistentes conforme a la norma UNE-EN 388.</p> <p>En caso de corte o pinchazo se lavará, desinfectará y tatará la herida lo antes posible.</p> <p>Se dispondrá de un botiquín de primeros auxilios, con el equipo necesario y que cumpla con la legislación vigente.</p>
<p>ATROPELLOS O GOLPES CON VEHÍCULOS Accidentes de tráfico en desplazamientos en vehículos.</p>	<p>Respetar en todo momento las normas de Tráfico y Circulación Vial.</p> <p>Cuando el personal empleado público utilice vehículos automóviles en sus desplazamientos, al conducir aconsejamos que sigan las siguientes recomendaciones:</p> <ul style="list-style-type: none">• Todo empleado realizará una primera inspección visual: un examen del sistema de frenado, de los puntos de luz, principalmente de los exteriores, presión y profundidad del dibujo de las cubiertas, limpieza de cristales, retrovisores, etc.• Observancia escrupulosa de las normas de circulación.• Estar en buenas condiciones tanto físicas como psíquicas para conducir y en general todas aquellas indicaciones y recomendaciones emanadas de la Dirección General de Tráfico.• Se recomienda que cuando se den condiciones climáticas desfavorables (nieve, hielo, lluvia o viento fuertes), se evite la realización de desplazamientos en vehículos, especialmente vehículos no preparados.• Salir con tiempo suficiente para evitar una conducción precipitada y poco segura.• En caso de estar tomando medicamentos, extremar la precaución con la posible somnolencia que pueden causar los mismos, en especial los

Riesgo	Medida preventiva (Medios humanos/materiales)
<p>Durante los desplazamientos en helicóptero.</p>	<p>relacionados con los tratamientos de enfermedades tales como: depresión, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, insomnio, úlceras renales, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar prendas reflectantes conformes a la norma UNE-EN 471 que adviertan de la presencia en situaciones de difícil visibilidad y riesgo grave (avería en carretera, etc.). Igualmente, se deberá señalar mediante triángulos de avería la situación del vehículo. • Se deberá aparcar el vehículo en lugar seguro y donde no entorpezca la circulación, si es posible fuera de la calzada. Desconectar la llave de contacto e inmovilizar el vehículo mediante los órganos de frenado. • Los desplazamientos por pistas o caminos sin asfaltar, especialmente si están en mal estado, se deben realizar en vehículos todo terreno. • Se prohíbe que utilicen los teléfonos móviles o cualquier otro medio de sistema de comunicación mientras se conduce, por lo que se aconseja dotar a los vehículos de sistemas de telefonía con "manos libres". • Equipar con botiquín completo a todos los vehículos oficiales. • Nunca se utilizará un vehículo que presente riesgo para la conducción. Cualquier anomalía será comunicada por quien conduce a la persona que proceda. <p>Como viandante, se debe extremar la precaución en la circulación por las vías públicas, así como cumplir las normas de circulación establecidas al respecto.</p> <p>Puede consultar el Plan de Movilidad Vial Segura en el ámbito de Administración y Servicios así como material divulgativo en el siguiente enlace.</p> <p>De igual forma, también puede consultar los consejos de seguridad vial en el blog del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales Coordinador.</p> <p><i>Y otras recomendaciones adicionales sobre éste riesgo en la página Web: RICA: Prevención de Riesgos Laborales; Información y Formación; Información; Folletos divulgativos y anexos: "Seguridad vial."</i></p> <p>Se aconseja la implantación de permisos de trabajo para los casos en que el empleado deba subir a un helicóptero.</p>
<p>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</p> <p>Por el contacto con el pescado pueden aparecer reacciones alérgicas y otras enfermedades relacionadas con infecciones, así como enfermedades en la piel por la gelatina del pescado.</p> <p>El empleado, tras las inspecciones en barcos, lonjas, etc. y tras el contacto con el pescado, debe utilizar el automóvil que puede llegar a ensuciarse por dentro con restos de pescado.</p>	<p>En las tareas de apoyo a los inspectores se utilizarán guantes conforme a la norma UNE-EN 374, calzado con suela antideslizante conforme a la norma UNE-EN 345, calzas desechables, pantalón y chaqueta impermeable.</p> <p>Tras el contacto con pescado o sus restos se procederá a realizar una correcta higiene.</p> <p>Se recomienda dotar de fundas o protectores de papel o plástico a los empleados para que los coloquen en los asientos del automóvil y sobre las alfombrillas, y que sean desechados después de su uso.</p> <p>Mantener el automóvil en buenas condiciones de higiene y limpieza. El empleado deberá informar a su superior en el caso de que el vehículo no esté limpio.</p>
<p>RUIDO</p> <p>Ruido generado por motores o en salas de máquinas de los barcos, ruido del helicóptero.</p>	<p>Se dotará al personal expuesto a ruido de protectores auditivos (tapones, cascos u orejeras) conformes a la norma EN 352-2, EN 352-3 y EN 352-1 respectivamente, y contarán con marcado CE.</p> <p>De conformidad con lo establecido en el R.D. 286/2006 de 10 de marzo sobre exposición a los trabajadores a ruido, los protectores auditivos deberán utilizarse en todos los lugares en los que el nivel de ruido se considere molesto, o el nivel</p>



FICHA INFORMATIVA DE RIESGOS LABORALES POR COLECTIVO (RPT)

Riesgo	Medida preventiva (Medios humanos/materiales)
	<p>equivalente diario sea igual o superior a 80 dBA, siendo obligatorio su uso cuando el nivel equivalente diario alcance los 85 dBA.</p> <p>Observaciones para empleadas embarazadas: Según indica las directrices del INSST para la evaluación de riesgos y protección de la maternidad en el trabajo, entre los efectos para la madre se encuentra la hipertensión. El ruido puede aumentar la presión arterial y la fatiga de la mujer embarazada.</p> <p>El ruido puede aumentar el riesgo de accidente de trabajo al enmascarar las señales de alerta, dificultar la comunicación verbal y alterar la atención.</p> <p>No se describen riesgos específicos por lo que respecta a las trabajadoras que han dado a luz recientemente o que están en período de lactancia. No obstante, se debería tener en cuenta el efecto del ruido como agente estresante en la posible disminución de la producción de leche materna.</p> <p>El periodo de riesgo es todo el embarazo para la madre y a partir de 25 semanas de gestación para el feto.</p> <p>No debería exponerse a las trabajadoras embarazadas por encima de un nivel equivalente diario mayor de 85 dB(A). Puesto que los protectores auditivos pueden reducir la dosis recibida por la embarazada pero no reducen la exposición del feto, no son adecuados para cumplir con la limitación expuesta, que sólo podrá ser posible si se reduce el nivel de ruido o el tiempo de exposición al mismo. Es recomendable, además, evitar a las trabajadoras embarazadas exposiciones de 8 horas por jornada, repetidas día tras día, por encima de 80 dB(A), aunque se protejan con orejeras o tapones.</p>
<p>RADIACIONES NO IONIZANTES</p> <p>Durante las salidas en embarcación debido a la exposición de la piel y ojos a la radiación solar.</p>	<p>Se deberá llevar a cabo una planificación que tenga en cuenta las condiciones climáticas en las que se van a ejecutar cada una de las tareas, con el fin de evitar daños a la salud del personal. Para ello, se recomienda designar una persona responsable de verificar las condiciones meteorológicas de la zona donde se va a desarrollar la tarea cuando estas lo requieran, con el fin de informar al personal y adoptar las medidas de protección que sean necesarias según las circunstancias.</p> <p>La Agencia Estatal de Meteorología (AEMET) desarrolla diversos planes operativos tendentes a facilitar la mejor información posible sobre la predicción y vigilancia de los fenómenos meteorológicos.</p> <p>Predicción radiación ultravioleta.</p> <p>Interpretación índice ultravioleta.</p> <p>En condiciones climáticas de calor extremo, se debe moderar la exposición al sol, alternando actividades o sustituyendo a los trabajadores expuestos. Es recomendable reorganizar los horarios y tareas con el fin de evitar la exposición al sol entre la 12 y las 16 h, cuando el sol se encuentra en lo más alto y las temperaturas son más elevadas. Aún en un día nublado el riesgo de quemadura sigue existiendo, puesto que el 90% de los rayos UV son capaces de atravesar las nubes.</p> <p>Se deben utilizar prendas para la protección de la cabeza y la piel, un sombrero de ala ancha (8 – 10 cm) que adicionalmente pueden incorporar elementos de protección para la parte posterior del cuello, camisa de manga larga y pantalón largo de colores claros y tejido transpirable, así como gafas de sol (de uso laboral) conformes a la norma UNE-EN 166 y a la norma UNE-EN 172, con código y grado de protección 5 o 6 – 2 o 2,5.</p> <p>Si el índice ultravioleta es superior a 3, se deben aplicar cremas y lociones de protección solar en función de la sensibilidad de la piel de cada persona (foto tipo) (recomendado FPS 50+) sobre la piel limpia y seca y en cantidad suficiente (2 mg/cm²), 30 minutos antes de la exposición y renovar la aplicación cada 2 horas. Poner especial atención a la protección de las zonas sensibles como labios y nariz.</p>

Riesgo	Medida preventiva (Medios humanos/materiales)
	<p>Las cremas de protección solar deben ser de "amplio espectro", es decir, proteger la piel de los rayos UVB, que causan las quemaduras solares, y de los rayos UVA, culpables del envejecimiento prematura, así como, si es posible, protección frente a radiación infrarroja (IR). Se recomienda que sean de fácil aplicación y resistentes a la sudoración.</p> <p>Hay que tener en cuenta que los rayos solares se reflejan en muchas superficies tales como arena, agua, nieve, rocas, por lo tanto, se debe proteger la piel incluso en la sombra.</p> <p>Evitar las exposiciones prolongadas al sol estableciendo pausas de descanso a la sombra.</p> <p>Se recomienda leer el prospecto de los medicamentos que se consumen ya que algunos son capaces de producir fotosensibilización o aumentar el riesgo de reacción de la piel frente al sol.</p> <p>Si se advierte que un lunar cambia de tamaño, forma o color, o aparecen nuevos "lunares" de rápido crecimiento, se debe consultar al servicio médico.</p>
MEDIDAS DE HIGIENE UNIVERSAL	<p>El personal empleado público durante sus relaciones con otro personal o durante la atención a usuarios deberá adoptar las medidas higiénicas universales indicadas en la sección de información de la web del Servicio de Prevención, siendo las más importantes:</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Evite tocarse con las manos los ojos, la nariz o la boca. b) Lavarse las manos frecuentemente con jabón (durante 15-20 segundos). En caso de no ser posible lo anterior, se recomienda la utilización de soluciones hidroalcohólicas desinfectante, aplicándose esta cada vez que se entre en contacto con algún posible foco infeccioso. c) Lavarse las manos al llegar al trabajo y al llegar a casa. d) Modificar la frecuencia y tipo de contacto directo, como por ejemplo evitar darse la mano. e) Realizar una ventilación adecuada de los centros de trabajo. f) Minimizar en lo posible el contacto directo con otras personas. En caso de que el contacto sea inevitable, se debe mantener una distancia mínima de 1 metro. <p><u>SITUACIÓN EXCEPCIONAL CAUSADA POR CORONAVIRUS SARS-CoV-2</u></p> <p>Mientras continúe la situación de pandemia y con el fin de minimizar el riesgo de infección por coronavirus SARS-CoV-2, en los centros de trabajo de la Administración Regional se deberán adoptar las medidas de prevención del contagio establecidas por el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales Coordinador siguiendo las indicaciones y recomendaciones de la Autoridad Sanitaria. Estas medidas incluyen la adopción de medidas de higiene personal, respeto a la etiqueta respiratoria, distanciamiento interpersonal, uso de mascarilla, medidas organizativas, medidas de higiene de los centros etc. Puede encontrar todas estas medidas en el siguiente enlace.</p>
Observaciones:	
<p>Cuando el personal empleado público deba realizar tareas en centros pertenecientes a empresas externas, se deberá cumplir lo establecido en el apartado 2 "Concurrencia de personal de la administración regional en centros de trabajo pertenecientes a empresas externas" del <u>Procedimiento de Coordinación de Actividades Empresariales de la Administración Regional</u> (Acuerdo del Consejo de Gobierno, de 5 de diciembre de 2013, para la coordinación en prevención de riesgos laborales entre Administración y empresas que coincidan en el centro de trabajo). El deber de cooperación será de aplicación tanto a la empresa titular del centro de trabajo como a todas las empresas concurrentes en el mismo, existan o no relaciones jurídicas entre ellos.</p>	