



# PREVENCIÓN E SAÚDE LABORAL ANTE O CORONAVIRUS NA EXTRACCIÓN DE RECURSOS ESPECÍFICOS

### ANTES DE IR AO TRABALLO



**PERSOAS SENSIBLES** Coñecer que persoas traballadoras son especialmente sensibles ao coronavirus e adoptar as medidas específicas para minimizar o risco de contaxio. No caso de dúbida consulte co seu médico.



**FEBRE** Non ir traballar con febre (>37°) ou síntomas da COVID-19 ou se houbo contacto próximo cunha persoa infectada.



**INFORMACIÓN** Informarse das recomendacións da autoridade sanitaria ante o coronavirus.



**DESPRAZAMENTO** Os desprazamentos faranse mellor individuais seguindo as indicacións de mobilidade. No transporte colectivo é obrigado o uso da máscara.

### DISTANCIA DE SEGURIDADE



**DISTANCIA** Gardar a distancia de seguridade de 1,5 metros entre persoas, puntos de control e na lonxa. Utilizar os equipos de protección adecuados ao nivel de risco.



**POSICIÓN NA EMBARCACIÓN** Durante a navegación, os tripulantes colocaranse en sentido babor/estribor, coa maior separación posible.



**EVITAR CONTACTO FÍSICO** Evitar o saúdo con contacto físico.



**ACTIVIDADES GRUPAIS/ ESPAZOS REDUCIDOS** Evitar actividades grupais en pantaláns, así como coincidir en espazos reducidos, como poden ser as casetas de armadores.

### HIXIENE E LIMPEZA



**LAVADO DE MANS** Facilitar o lavado frecuente das mans ou o uso de solucións hidroalcohólicas. Lavalas antes de poñer e logo de quitar as luvas. As uñas levaranse curtas e coidadas e o cabelo recollido. Evitar o uso de xoias.



**MATERIAL DE HIXIENE** Dispoñer de xabón ou solucións hidroalcohólicas, panos desbotables e contedores con tapa e pedal.



**VÍAS RESPIRATORIAS** Cubrir as vías respiratorias cun pano desbotable ou co antebrazo ao tusir ou esberrar e desbotalo de xeito adecuado.



**OLLOS, NARIZ E BOCA** Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca, xa que as mans facilitan a transmisión, tamén cando se usen luvas e máscara.



**LIMPEZA E DESINFECCIÓN** Reforzar as tarefas de limpeza e desinfección da embarcación, incidindo nas superficies de contacto habitual como manillas, pomos, varandas, temón, motor foraborda, etc.



**EQUIPOS DE PROTECCIÓN** Utilizar os equipos de protección individual (EPI) adecuados a súa actividade laboral. Contar, ademais, con luvas desbotables e máscaras.



**FERRAMENTAS** Evitar compartir ferramentas (rasqueta, trueiro, etc) e outros obxectos sen limpalos previamente. En actividades de mergullo non compartir nunca o equipo de respiración.



**HIXIENE DO PRODUTO** Protexer o produto extraído de xeito que se garanta a súa hixiene, en recipientes apropiados.



**COMIDA** Evitar compartir comida, bebida e outros obxectos.

### MEDIDAS ORGANIZATIVAS



**SINALIZAR** Sinalizar o chan dos puntos de control e da lonxa mediante cintas adhesivas ou postes separadores que proporcionen distancias mínimas.



**ORDENAR ACCESOS** Ordenar o acceso aos puntos de control e ás lonxas, se é posible, gardando sempre a distancia de seguridade.



**CASO SOSPEITOSO DE COVID-19** Se aparece un caso sospeitoso de COVID-19, contactar co centro de saúde ou chamar ao teléfono 900 400 116.



**DIFUSIÓN DE INFORMACIÓN** Difundir material informativo nas confrarías e asociacións sobre os riscos de contaxio e a propagación do coronavirus.

### INSTITUTO DE SEGURIDADE E SAÚDE LABORAL DE GALICIA (ISSGA)

A Coruña  
981 182 329  
issga.coruna@xunta.gal

Lugo  
982 294 300  
issga.lugo@xunta.gal

Ourense  
988 386 395  
issga.ourense@xunta.gal

Pontevedra  
886 218 101  
issga.pontevedra@xunta.gal

Santiago  
881 999 332  
issga@xunta.gal