

2023



MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS

ACTIVIDAD DE PESCA DE ALTURA: BUQUES POTEROS

Elaborado en el marco de la Comisión
Cuatripartita del sector



ÍNDICE

COMISIÓN DE TRABAJO CUATRIpartita	5
PRÓLOGO	7
INTRODUCCIÓN Y CONTEXTO DE LA ACTIVIDAD	9
SIMBOLOGÍA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS	12
FLUJOGRAMA: BUQUE POTERO	14
DESCRIPCIÓN DEL PROCESO – ANÁLISIS DEL FLUJOGRAMA	15
TRABAJOS EN CUBIERTA	16
MARINERO	19
TRABAJOS EN PLANTA	28
PLANTA - DESCRIPCIÓN GENERAL	29
PUESTOS DE PLANTA	37
PROCESADOR - CLASIFICADOR	37
TUNELERO	41
EMPACADOR	45
BODEGUERO	47
OTROS PUESTOS DE TRABAJO	53
OPERADOR DE PUENTE - CAPITÁN	53
MAQUINISTA	55
COCINERO	67
ASPECTOS GENERALES	72
ALIMENTACIÓN Y AGUA POTABLE	75
CAMAROTES	76
INCENDIO	77
CAPACITACIÓN Y FAMILIARIZACIÓN	
ACORDE AL MANUAL DE GESTIÓN	
DE SEGURIDAD DE LA COMPAÑÍA	78
ATENCIÓN SANITARIA	80
ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)	81
CONSUMO PROBLEMÁTICO DE SUSTANCIAS	83
FACTORES DE LA ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO	84
ANEXO: EVALUACION DE RIESGOS LABORALES	88

COMISIÓN DE TRABAJO CUATRIPARTITA

La Comisión Cuatripartita de la Actividad de Pesca de Altura ha conformado una mesa de trabajo a nivel regional, a partir de la cual se han realizado reuniones para la elaboración del presente Manual y discutir otros temas de interés sugeridos por los actores en la Ciudad de Mar del Plata.

Las instituciones y organismos que participaron en estas reuniones junto a la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) son:



Por el sector de los trabajadores, el Sindicato de Obreros Marítimos Unidos (SOMU), el Sindicato de Conductores Navales de la República Argentina (SICONARA) y el Centro de Patronos, Oficiales Fluviales, de Pesca y de Cabotaje Marítimo (Mar del Plata).



Por el sector empresario, el Consejo de Empresas Pesqueras Argentinas (CEPA), la Cámara de la Industria Pesquera Argentina (CAIPA), la Cámara de Armadores de Poteros Argentinos (CAPA) y la Cámara de Armadores de Pesqueros y Congeladores de la Argentina (CAPECA).



En representación de las Aseguradoras de Riesgos del Trabajo (ART), participó la Unión de Aseguradoras de Riesgos del Trabajo (UART).



Asimismo, colaboró la Escuela Nacional de Pesca de Mar del Plata, la Prefectura Naval Argentina (PNA) y, en algunas reuniones, participó la Cámara Argentina de Armadores de Buques Pesqueros de Altura (CAABPA).



PRÓLOGO

Con la finalidad de que este material sea de utilidad para los actores principales de esta actividad laboral, en especial trabajadores y empleadores, el documento está organizado en ocho apartados y un anexo. A continuación de este prólogo, podrá consultarse un apartado con la contextualización del sector de actividad que incluye índices de accidentabilidad procesados por la SRT (página 9). Seguidamente, detallamos la simbología que representa riesgos, cargas y exigencias consensuados en las Comisiones de Trabajo del PRONAPRE (página 12). Luego, encontrarán el flujograma correspondiente al proceso productivo y graficado como un sistema ordenado de bloques (página 14), acompañado posteriormente de una descripción detallada de los riesgos identificados y las buenas prácticas sugeridas para los empleadores y trabajadores, para los distintos puestos de trabajo identificados dentro de los buques poteros (a partir de página 15 y hasta página 71).

Tras la descripción detallada de puestos, se especificarán aspectos generales del proceso de trabajo como, por ejemplo, camarotes y alimentación (página 72). A continuación, los Elementos de Protección Personal (EPP) (página 81), para dar paso a aspectos que trascienden a esta actividad como el consumo problemático de sustancias (página 83) y los factores de la organización del trabajo (página 84). Finalmente, se incluye un anexo con una propuesta de evaluación de riesgos laborales (página 88).

INTRODUCCIÓN Y CONTEXTO DE LA ACTIVIDAD

El tipo de buque determina diferentes modos de exposición a los riesgos en el trabajo, como así también la modalidad de pesca. Este Manual de Buenas Prácticas es continuidad del anterior, abocado a buques tangoneros. En esta oportunidad se tendrá como eje a los buques poteros, partiendo de la base que ambos tipos de buques presentan diferencias en las condiciones de trabajo, aunque también similitudes.

La pesca de altura conforma una de las actividades de mayor riesgo de sufrir accidentes de trabajo a nivel mundial, lo cual puede ser explicado por varios factores, entre los que se encuentra las condiciones de los buques, la inclemencia climática y la fatiga¹.

En nuestro país se observan datos que acompañan esa acentuación. Considerando el CIU de la actividad "Pesca y elaboración de productos marinos realizada a bordo de buques procesadores", (ya sea tangoneros como poteros, 031120, revisión 4), arroja un índice de incidencia de 85.2, mientras que el promedio de todas las actividades reunidas presenta aproximadamente la mitad, 37.1 (2022)².

Esta situación puede explicarse por el modo de realizar el trabajo a bordo (actividades donde se ejerce carga física y en continuo movimiento) conjuntamente con la diagramación de la jornada de trabajo en espacios aislados, alejados de la costa y de tierra firme por un período de varios días. Cada puesto de trabajo presenta exposiciones diferentes, no obstante *"la única exposición común a estos grupos tiene lugar durante su estancia a bordo del buque y es el movimiento constante, tanto mientras trabajan como cuando*

1 Sector pesquero: análisis de literatura científica sobre salud laboral (2014), Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT), Madrid, España. Disponible en: <http://bit.ly/3ORvyGC>

2 Fuente: Área de Estadísticas SRT (2021).

*descansan*³. En tal sentido, los trabajadores permanecen en situación de trabajo, es decir, a disposición del empleador por un período prolongado, lo que incrementa la posibilidad de accidentes de trabajo y enfermedades laborales, debido a riesgos originados en la organización del trabajo (la extensión de la jornada laboral, la modalidad salarial y el ritmo de trabajo).

PERFIL DE RIESGOS LABORALES DEL SECTOR

El sector pesquero de flota roja (buques de altura, de importantes dimensiones) presenta condiciones de trabajo relacionadas con el tipo de especies y la modalidad de extracción de las mismas. Las consecuencias de los accidentes pueden leerse a partir de dos indicadores: la cantidad de días que generan las bajas y las secuelas incapacitantes. En el primer caso, el promedio de días caídos en la actividad de la pesca es 62.1 mientras que para el resto de las mismas es 33.1 días. En lo que atañe a las Incapacidades Laborales Permanentes (ILP) que generan los accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, en este recorte laboral se supera (19.2%) al resto de las actividades (11.6%). En relación a las partes del cuerpo donde mayor impactan los accidentes de trabajo, se observa que lideran los registros de notificación del Sistema de Riesgos del Trabajo, "dedos de las manos" en un 24%, seguido de "rodilla" en un 15.3%⁴.

ANTECEDENTES

Los antecedentes de este Manual de Buenas Prácticas (MBP) son -como se mencionó- el Manual realizado por esta mesa cuatripartita en Puerto Madryn para

³ Enciclopedia de Salud y Seguridad en el Trabajo, tomo 3, capítulo 66, Pesca, Organización Internacional del Trabajo (OIT). Disponible en: <https://www.insst.es/tomo-iii>

⁴ Fuente: Informe PRONAPRE SRT por actividad económica, en base a información estadística (Año 2021).

buques tangoneros y el trabajo de la Universidad Tecnológica Nacional (UTN), en convenio con la SRT, en la evaluación de exposiciones físicas y recomendaciones. Otro trabajo precedente es la encuesta sobre Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo, a los trabajadores pesqueros embarcados en la actividad, que se realizó en 2015 en los puertos de Mar del Plata y Puerto Madryn ⁵. Los relatos previos obtenidos de los actores sociales vinculados a la actividad, permitieron preparar este último estudio. Asimismo, el MBP contempla las directrices emanadas del Convenio 188 sobre el trabajo en la pesca de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), cuya entrada en vigor fue en noviembre del año 2017 (ratificado en el país en 2011).

Quedarán excluidos del presente Manual lo que atañe al mantenimiento estructural de la embarcación.

⁵ Encuesta SRT (2015), disponible en <https://www.argentina.gob.ar/srt/observatorio-srt/encuestas-salud-trabajo/pesca-altura-2014-2015>

SIMBOLOGÍA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS

El siguiente ordenamiento de riesgos, cargas y exigencias representados en esta simbología, fue consensuado en las Mesas Cuatripartitas de cada rama de actividad. En este apartado figura la tipificación de riesgos generales. Los específicos de los procesos descriptos para la actividad de pesca de altura de buques poteros se desarrollan en los apartados correspondientes al flujograma y su análisis.



Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo

1. Temperatura / 2. Ruido / 3. Iluminación / 4. Humedad / 5. Ventilación / 6. Vibraciones / 7. Radiaciones / 8. Presión barométrica / 9. Factores climáticos



Riesgos Químicos

1. Gases / 2. Vapores / 3. Humos / 4. Aerosoles / 5. Polvos / 6. Líquidos



Riesgos de Exigencia Biomecánica

1. Movimientos repetitivos / 2. Posturas forzadas / 3. Esfuerzo o Fuerza física / 4. Movimiento manual de cargas / 5. Posturas estáticas.



Riesgos de Accidentes

1. Caídas / 2. Torceduras / 3. Quemaduras / 4. Picaduras, mordeduras / 5. Cortes / 6. Golpes / 7. Atrapamientos / 8. Atropellamientos / 9. Choques / 10. Agresiones por terceros / 11. Electricidad / 12. Incendio / 13. Traumatismo de ojo / 14. Explosión / 15. Caída de hombre al agua



Riesgos Biológicos

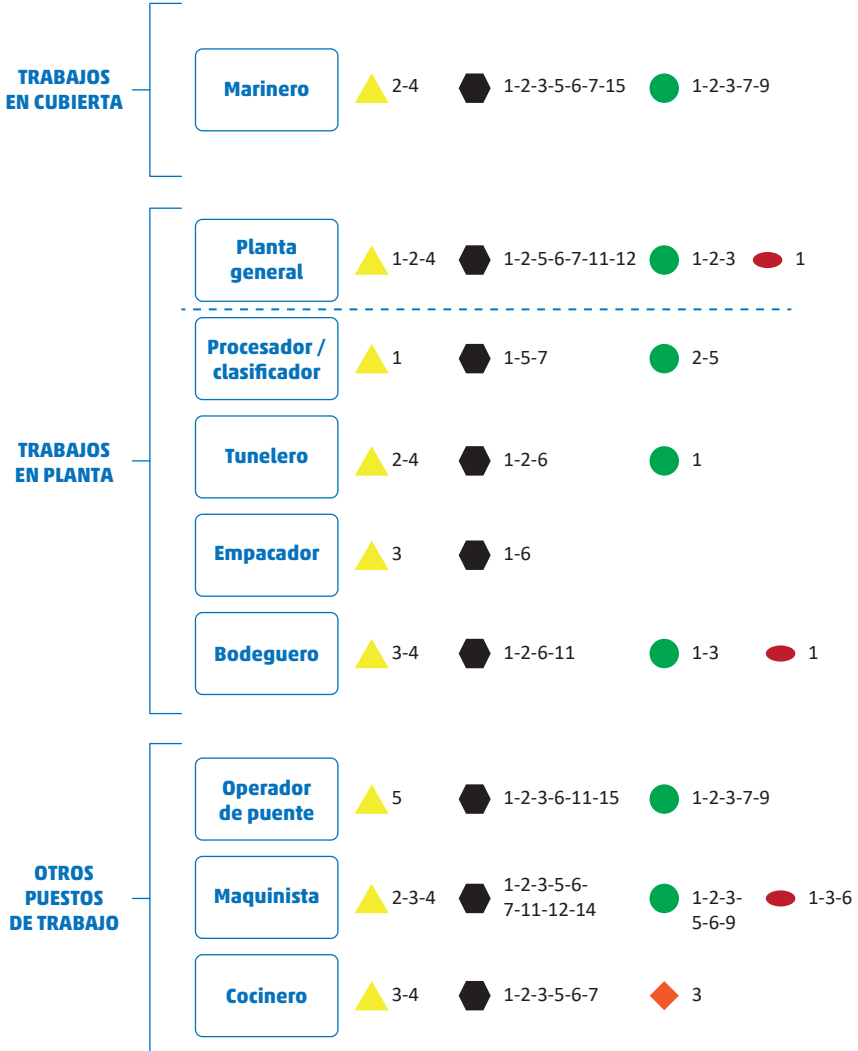
1. Hongos / 2. Virus / 3. Bacterias / 4. Parásitos.



Factores de la Organización del Trabajo

FLUJOGRAMA: BUQUE POTERO

A continuación, se detallan los distintos puestos de trabajo y tareas que tienen lugar en este tipo de embarcación, donde se realizan trabajos al aire libre (en cubierta) o en áreas bajo techo (en planta).



DESCRIPCIÓN DEL PROCESO – ANÁLISIS DEL FLUJOGRAMA

Esta descripción se estructura en dos bloques diferenciados a partir de las áreas principales del barco. En una primera instancia la descripción se iniciará con los trabajos que se llevan a cabo en *cubierta* (donde existe un solo puesto, el de marinero). Luego, se analizarán los trabajos en recinto cerrado, *la planta*, para luego especificar las tareas o puestos que se realizan en la parte inferior de la embarcación.



Cubierta

TRABAJOS EN CUBIERTA

En esta área del buque los puestos de trabajo se encuentran al aire libre, por lo cual son los que están expuestos a condiciones climáticas. Entre los dos extremos térmicos los trabajadores se encuentran mayormente expuestos a bajas temperaturas. Asimismo, existe la posibilidad que se pesque mientras existen vientos fuertes o tormentas. Esta situación aumenta la probabilidad de accidentes.

En la actividad de la pesca, en algunas situaciones, se supera el umbral de las doce horas, aunque en últimos años se redujo respecto de décadas pasadas. En tal sentido, tras pasar este umbral se encuentra una mayor probabilidad de sufrir accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

En esta área los trabajadores inicialmente arrojan las redes al mar, denominadas anclas de capa, arrojadas por la proa, siguiendo el procedimiento de fondeo para mantener al buque alineado con la corriente de modo que las líneas no se enreden.

Los trabajadores controlan que el mecanismo automático que trae las tanzas (y calamares) con las potas funcione correctamente. En caso que se enreden las líneas, los trabajadores las destraban subidos a las parrillas que se encuentran ligadas al barco, pero posicionadas fuera de él, por lo cual realizan ese movimiento con el riesgo relativo de sufrir caídas al agua. Tras ser atrapados en las potas, los calamares caen en canaletas que se encuentran por los lados internos de la embarcación ubicadas perpendicularmente a las parrillas. Finalmente, los moluscos son conducidos a la planta de procesado por medio de una cañería.

Las embarcaciones poseen lámparas que, al llegar la tarde, se encienden elevando el nivel lumínico del sector de trabajo, generando la posibilidad de

producir deslumbramientos o brillos. Debido a la cantidad de lámparas (180 aproximadamente) y a la potencia de 3kw en cada una de ellas, la posibilidad de generar destellos está presente, lo que afecta tanto los movimientos de los trabajadores como la correcta visión. Los focos de luz mencionados también pueden acarrear problemas dérmicos (erupción y quemaduras).

A estos riesgos, hay que adicionar que la posición que implica situarse parado sobre un piso de embarcación que se encuentra en permanente movimiento (rolido o cabeceo), puede generar problemas crónicos en zona lumbar y en rodillas. No obstante, por la estructura de los buques poteros, éstos presentan una mayor estabilidad que otras embarcaciones pesqueras.

En la cubierta pueden conformarse pliegues de cabos o rulos, denominados "cocas", que de ser pisadas por la tripulación pueden precipitar caídas y golpes importantes. Esta es una de las principales causas de fallecimiento en la actividad y está relacionada a que el trabajo se realiza a la intemperie con superficies húmedas, a veces con restos de calamar y por la fatiga que genera la cantidad de horas de trabajo.

Por otro lado, una falla en el sistema de virado de las poteras puede originar que se enreden y ocasionen el enganche en las prendas de un trabajador, lo que podría provocar un accidente grave.

En los espacios de trabajo pueden encontrarse elementos que no tienen utilidad allí, o dispuestos en forma desordenada (como cabos en el piso), lo que es causal de accidentes de trabajo.




El piso de la cubierta puede presentar superficies resbaladizas para el movimiento de los trabajadores, debido a la presencia de humedad y de residuos de calamares.

Finalmente, los trabajadores de cubierta se exponen a sufrir golpes⁶ como producto del cabeceo del buque, cuando éste enfrenta una ola o al rolado, lo que puede generar golpes imprevistos o algunas de las causas mencionadas precedentemente.

⁶ Siendo las contusiones, “la naturaleza de la lesión” más frecuente en la actividad. Fuente: Área Estadística, SRT.

MARINERO

DESCRIPCIÓN DE LOS RIESGOS

-  **Riesgos de Exigencia Biomecánica:** 2-Posturas forzadas, 4-Movimiento manual de cargas
-  **Riesgos de Accidentes:** 1-Caídas, 2-Torceduras, 3-Quemaduras, 5- Cortes, 6- Golpes, 7- Atrapamientos, 15-Caída de hombre al agua
-  **Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo:** 1-Temperatura, 2-Ruido, 3- Iluminación, 7- Radiaciones UV, 9-Factores climáticos

Sector: Cubierta		Puesto de trabajo: MARINERO	
Factor de Riesgo	Fuente generadora	Buenas prácticas	
A1. Caídas	<ul style="list-style-type: none"> • Falta de orden y limpieza. • Suelos resbaladizos y/o rolo de la embarcación. • Ocasional desenredo de líneas en parrilla exterior. • Movimientos producidos por el rolo de la embarcación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar el orden y la limpieza. • Colocación de productos antideslizantes en las zonas del piso de circulación común. 	<p>Elementos de Protección Personal (EPP):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilización de botas de PVC con suela antideslizante • Guantes de kevlar • Casco • Dispositivo personal de flotación
A2. Torceduras	<ul style="list-style-type: none"> • Movimientos producidos por el rolo de la embarcación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar a la tripulación el calzado adecuado para la tarea. 	

A5. Cortes	<ul style="list-style-type: none"> • Anzuelos poteros, elementos incorrectamente organizados en cubierta. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar el orden y la limpieza del espacio de trabajo. • Proporcionar a los tripulantes guantes acordes para la tarea a realizar.
A7. Atrapamientos	<ul style="list-style-type: none"> • Falla en el sistema de virado de las potas. • Polea de motores y/o compresores. • Volantes de inercia. • Manchones de bomba. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mantenimiento periódico de los aparejos o artes de pesca. • Señalizar correctamente la zona Es conveniente que la ropa sea ajustada y no se utilicen alhajas u otro elemento susceptible al enganche y/o atrapamiento.
F2. Ruido	<ul style="list-style-type: none"> • Mecanismo de líneas poteras. 	<ul style="list-style-type: none"> • De ser necesario, proporcionar con EPP necesarios para la protección sonora.
F3. Iluminación	<ul style="list-style-type: none"> • Fatiga visual y deslumbramiento producto de la exposición a las lámparas poteras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar el correcto nivel de iluminación según el Decreto N° 351/1979 Anexo IV. • Proveer a marineros de cubierta anteojos de sol y cremas de protección solar en zonas de piel desprotegidas.

F9. Factores climáticos	<ul style="list-style-type: none"> La tarea del marinero se realiza a la intemperie. 	<ul style="list-style-type: none"> Señalar correctamente los puntos de acceso al interior de la embarcación a fin de evitar amontonamientos en el caso de tener que abandonar el puesto de trabajo por un factor climático no previsto.
E3. Posturas Forzadas	<ul style="list-style-type: none"> La necesidad de realizar alguna tarea en posturas no ergonómicas. 	<ul style="list-style-type: none"> Capacitar en el movimiento manual de cargas.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Riesgos de Exigencia Biomecánica

- De acuerdo a Resolución MTEySS N° 295/2003, Anexo I, tener en cuenta que "la mejor forma de controlar la incidencia y la severidad de los trastornos musculoesqueléticos es con un programa de ergonomía integrado".⁷ Asimismo, sugiere medidas de ingeniería para eliminar o reducir los factores de riesgo del trabajo, pudiéndose considerar los siguientes:
 - Utilizar métodos de ingeniería del trabajo, por ejemplo, estudio de tiempos y análisis de movimientos, para eliminar esfuerzos y movimientos innecesarios.
 - Utilizar la ayuda mecánica para eliminar o reducir el esfuerzo que requiere manejar las herramientas y objetos de trabajo.
 - Seleccionar o diseñar herramientas que reduzcan el requerimiento de la fuerza, el tiempo de manejo y mejoren las posturas.
 - Proporcionar puestos de trabajo adaptables al usuario que reduzcan y mejoren las posturas.

⁷ Considerar Resolución SRT N° 886/2015.

- Ante la imposibilidad de contar con medios auxiliares en buques, respetar las consignas en levantamiento manual de cargas, especialmente mantener la espalda recta y las rodillas flexionadas. Dar formación sobre la correcta manipulación manual de cargas en contexto de barco en constante movimiento y en superficie no plana.
- Manipular las cargas pesadas entre dos o más personas.
- Introducción de pausas activas para alternar posturas y realizar ejercicios de elongación en miembros superiores e inferiores y columna vertebral cada dos horas aproximadamente.
- Realizar vigilancia médica periódica según Resolución SRT N°37/2010, para prevenir Trastornos Músculo-Esqueléticos (TME).
- Evaluar el puesto de trabajo, considerando las Resoluciones del Ministerio de Trabajo Empleo y Seguridad Social (MTEySS) N°295/2003 (ver tabla de valores límites para levantamiento manual de cargas) y de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) N°886/2015 y 3345/2015. En los casos en que, a través de dicha evaluación, se determine que el trabajador está expuesto a factores de riesgo de tipo ergonómico, incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Res. SRT N° 81/2019 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a riesgos ergonómicos se les realicen los exámenes médicos periódicos, según Res. N° SRT N° 37/2010.

*ESOP	Agente de Riesgo
80004	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo I (extremidad superior)
80005	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo II (extremidad inferior)
80011	Carga, posiciones forzadas y gestos repetitivos de la columna vertebral lumbosacra
80020	Otros agentes ergonómicos (no incluidos en el Decreto N° 658/1996 y sus modificatorios)

Riesgos de Accidentes

- La zona de circulación deberá estar demarcada y con material antideslizante. Previo al inicio de cada campaña, ejecutar un mantenimiento preventivo a la cubierta principal de modo que sea visible la zona de tránsito manteniendo el granallado, libre de obstáculos. En caso de haber salientes, la cubierta debe contar con protecciones móviles y señalización. A los fines de evitar caídas en escaleras, colocar barandas.⁸
- Las horas de trabajo y de descanso se adecuarán a los convenios aplicables.⁹
- Evaluar medidas de ingeniería para reemplazar el movimiento de los trabajadores en la parrilla. Se recomienda revisar el estado de los tejidos constitutivos, a fin de reemplazar y/o acondicionar aquellos que no se encuentren en óptimas condiciones. Hasta tanto no se implementen, los trabajadores deben moverse con extrema precaución para evitar caídas al agua.
- Procurar no pescar en condiciones de mal tiempo¹⁰. La PNA mantendrá actualizados los pronósticos sobre las condiciones de visibilidad de las principales vías de navegación y sus condiciones hidrometeorológicas. Estos datos serán los que cada empresa deberá considerar, además de la decisión del capitán del buque.¹¹
- Es obligación conocer los zafarranchos¹² de hombre al agua¹³¹⁴, de incendio¹⁵ y de abandono de la embarcación que la normativa establece. Se deberá dar

8 302.0602, Sección 6 del REGINAIVE, Prevención de accidentes a las personas.

9 En virtud de la fatiga en algunas ocasiones mientras se realiza la tarea laboral, la reducción del tiempo de trabajo puede repercutir en una mejor producción.

10 Arts. 130 (Atribuciones del capitán) y 131 (Obligaciones del capitán) de la Ley de Navegación (Ley N° 20.094).

11 Recomendación N° 1/2022 de PNA.

12 Art. 131 F). ART 410.0101/2/3 zafarranchos, 410.0103 Norma general, caso siniestro. REGINAIVE.

13 Art.105.0110, REGINAIVE.

14 También considerar Ordenanza N° 3/2018 de la Prefectura Naval Argentina.

15 Art. 104.0101, REGINAIVE.

cumplimiento a todos los procedimientos establecidos en los sistemas de gestión de seguridad, conforme establece la Ordenanza de PNA N° 5/2018.

- Así también se debe conocer la ubicación de los dispositivos de salvamento, tales como balsas salvavidas, chalecos salvavidas y salvavidas circulares¹⁶.
- Mantenimiento de las artes utilizadas y del buque en general (poleas, sistema de elevación, etc.).
- Prestar especial atención a la salida de los cabos.
- Tripulación ubicada en zona de seguridad, verificación de fondeo adecuado.
- Dentro de lo posible, mantener un mismo plantel para evitar falta de coordinación durante la acción de pesca. En caso contrario, ante nuevas incorporaciones, capacitar y acordar grupalmente los procedimientos antes de realizar las tareas. Para ello corresponde al capitán y/o oficiales familiarizar a la tripulación ingresante.
- El Servicio de Higiene y Seguridad podrá -en caso de requerirlo- realizar una evaluación diagnóstica al personal ingresante a fin de cerciorarse de que han adquirido los conocimientos básicos para efectuar el embarque.
- Deben ordenarse los elementos del puesto de trabajo, tratando que solo sean los utilizados en este lugar.
- En caso de derrame de aceites o combustibles, debe limpiarse con aserrín y arena, y/o material absorbente granulado, el cual deberá formar parte del kit antiderrame en la embarcación, ya que quedan los pisos muy resbalosos. En estos casos se deben utilizar los medios de comunicación establecidos por PNA, a fin de notificar dicha situación y registrarlo en el libro de navegación¹⁷.
- Se deberá colocar cartelería de seguridad, considerando los riesgos, según el área de trabajo.

¹⁶ Art. 131, Inc. e) Ley de Navegación.

¹⁷ Considerar plan de contingencia de Sistema Nacional de Preparación y Lucha contra la Contaminación por Hidrocarburos y otras Sustancias Nocivas y Sustancias Potencialmente Peligrosas (PLANACON).

Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo

- Para protegerse de las radiaciones UV, utilizar crema de protección solar como indica el prospecto médico, en zonas de la piel desprovistas de ropa, como rostro y orejas.
- Mantener los niveles adecuados de iluminación según lo establecido en la legislación vigente y de acuerdo con la tarea desarrollada (Decreto N°351/1979 anexo IV y Protocolo de Iluminación de la Resolución SRT N°84/2012), disminuyendo la probabilidad de ocasionar deslumbramiento directo o reflejado en el personal.
- Establecer un programa de mantenimiento preventivo y correctivo de las luminarias.

Ruido

- Medir el ruido en los puestos de trabajo de acuerdo al Protocolo de la Resolución SRT N°85/2012 y verificar los valores obtenidos con los establecidos en la Resolución MTEySS N°295/2003. Notificar al trabajador sobre el riesgo de exposición.
- Cuando el nivel de presión acústica supere los valores límites, se procederá a reducirlo adoptando las medidas que se detallan a continuación:
 - Aplicar técnicas de ingeniería acústica sobre las fuentes que lo generan.
 - Realizar modificaciones de ingeniería para atenuar o disminuir el ruido en la fuente generadora.
 - Aislar las partes de las máquinas que sean particularmente ruidosas.
 - Delimitar las zonas de ruido y señalizarlas.
 - Seleccionar el protector auditivo considerando su comodidad, practicidad, el nivel y la frecuencia del ruido.
 - Capacitar al personal sobre la forma correcta de uso e importancia de la utilización de los protectores auditivos donde esté presente este riesgo físico.

- De no ser suficientes las medidas anteriores, se debe reducir el tiempo de exposición.
- Se recomienda vigilancia médica del personal involucrado en las tareas por parte de los Servicios de Higiene y Seguridad y de Medicina del Trabajo del empleador.
- Incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el Código ESOP 90001 (Ruido), a fin de informar a la ART aquellas personas trabajadoras expuestas, para la realización de los exámenes médicos periódicos, según Res. SRT N°37/2010.
- Si el empleador declara al trabajador expuesto al agente de riesgo ruido, es una buena práctica trabajar junto al responsable de Medicina del Trabajo.

Elementos de Protección Personal (EPP)

Utilizar los EPP en función al puesto de trabajo y estipulados en el sistema de gestión de seguridad:

- Uso constante de chaleco salvavidas y casco mientras dure su trabajo en cubierta, ambos de uso obligatorio para evitar caídas a nivel por golpes con mamparo o máquina potera.
- Anteojos de sol tipo antiparras para protegerse de las lámparas.
- Botas antideslizantes con puntera de PVC inyectado / reforzado.
- Guantes.
- Cuando el ruido no pueda eliminarse o reducirse en la fuente, utilizar protección auditiva (certificada) considerando la comodidad de la misma y que el nivel de protección sea adecuado a la frecuencia de ruido a la que se está expuesto. Esta protección debe ser seleccionada por el responsable de Higiene y Seguridad, con la participación del Servicio de Medicina del Trabajo.

Ropa de trabajo

Se aplicarán los Convenios Colectivos de Trabajo (CCT) que correspondan para cada puesto. El capitán o quien éste designe verificará el correcto uso de estas ropas y registrará la constancia de entrega en el formulario correspondiente¹⁸. Se sugiere otorgar ropa de buena calidad y ser cuidada por el trabajador. Para la renovación de la ropa deberá tenerse en cuenta su desgaste.

18 Resolución SRT N° 299/2011.

TRABAJOS EN PLANTA

Inicialmente se hará una descripción general de estos trabajos, para luego identificar las tareas y exposiciones de riesgo de los distintos puestos de planta. En esta área pueden también trabajar los marineros de cubierta para reforzar el plantel, mientras no lo hacen en su puesto habitual.

En este espacio se realizan tareas que prosiguen a la captura del calamar. Es un recinto cerrado, por lo tanto, es importante la iluminación con que cuenta. Es la etapa de la clasificación y conservación del producto extraído, cuya intervención manual es importante, pudiendo generarse riesgos de cortes, golpes, atrapamientos y problemas ergonómicos.





Los trabajadores manipulan pastillas¹⁹ (de 10 kg. aproximadamente) donde se agrupan los calamares congelados y pueden impactar en las articulaciones de la cintura pelviana y en los miembros inferiores a nivel de las rodillas y tobillos. También al levantar, trasladar, mover o empujar se podrían desarrollar hernias inguinales por aumento de la presión intraabdominal, si no se realiza una correcta manipulación de cargas. Asimismo, en esta zona pueden ocurrir caídas a nivel o a distinto nivel, a través de una abertura desde donde se descarga a la bodega. Las caídas en situación de rolido se incrementan en caso que se vaya en dirección contraria.

De acuerdo a la mencionada encuesta realizada a los trabajadores, estos señalaron casi en su totalidad que en esta área se encuentran expuestos a elevados niveles de ruido. También, en algunas ocasiones, pueden estar expuestos a temperatura. Asimismo, puede existir olor a amoníaco o freón en la planta, emanado desde las cañerías de frío que comunica con bodega y de los túneles.

19 Conjunto de calamares en estado de congelación.

PLANTA - DESCRIPCIÓN GENERAL

DESCRIPCIÓN DE LOS RIESGOS

-  **Riesgos de Exigencia Biomecánica:** 1-Movimientos repetitivos, 2- Posturas forzadas, 4-Movimiento manual de cargas.
-  **Riesgos de Accidentes:** 1-Caídas, 2-Torceduras, 5-Cortes, 6-Golpes, 7-Atrapamientos, 11-Electricidad, 12-Incendio.
-  **Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo:** 1- Temperatura, 2- Ruido, 3- Iluminación.
-  **Riesgos Químicos:** 1-Gases.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Riesgos de Exigencia Biomecánica

- Procurar no levantar cargas pesadas.
- Ayudar entre dos o más personas al levantamiento de carga pesada.
- Adaptar el puesto de trabajo al trabajador, por ejemplo, colocando rodapié o tarimas en caso de corresponder.
- Alternar posturas, partiendo de la premisa que no existe una sola, en forma ideal.
- Disponer los pies de forma que la base de sustentación permita conservar el equilibrio.
- Los pies deben estar separados en una distancia equivalente a la anchura de los hombros.
- Situar un pie ligeramente adelantado sobre el otro. De ningún modo girar el cuerpo con los pies fijos dado que de esta manera se pueden lesionar los ligamentos de la rodilla.
- Evaluar el puesto de trabajo, considerando las Resoluciones del Ministerio de

Trabajo Empleo y Seguridad Social (MTEySS) N°295/2003 (ver tabla de valores límites para levantamiento manual de cargas) y de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) N°886/2015 y 3345/2015. En los casos en que, a través de dicha evaluación, se determine que el trabajador está expuesto a factores de riesgo de tipo ergonómico incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Res. SRT 81/19 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a riesgos ergonómicos se le realicen los exámenes médicos periódicos, según Res. SRT N° 37/2010.

*ESOP	Agente de Riesgo
80004	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo I (extremidad superior)
80005	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo II (extremidad inferior)
80011	Carga, posiciones forzadas y gestos repetitivos de la columna vertebral lumbosacra
80020	Otros agentes ergonómicos (no incluidos en el Decreto N° 658/1996 y sus modificatorios)

- Cuando los trabajadores sean convocados a realizarse exámenes periódicos es obligatoria su concurrencia, por lo que, el empleador debe diagramar las tareas para no obstaculizar la presencia de los trabajadores para cumplimentar con dicho examen.
- Implementar pausas activas dentro de la jornada de trabajo a fin de disminuir la probabilidad de lesiones musculoesqueléticas.
- Para evitar movimientos repetitivos se sugiere fomentar la rotación de puestos para evitar la fatiga por repetición.

Riesgos de Accidentes

- Fomentar el orden y la limpieza: no obstruir pasillos, escaleras, puertas o salidas de emergencia.
- En caso de que se finalice la tarea y no sea necesario seguir utilizando guantes, depositarlos en un lugar que no permita que finalicen en el suelo. Colocarlos en bolsones específicos para ese guardado.
- Los pisos deben ser antideslizantes, estar libres de obstáculos y demarcados, identificar salidas de emergencias, señalizar salientes de escaleras, mantener colocadas las protecciones de máquinas. Pintar las partes móviles como volantes, desniveles y cabezales, con los colores que determina la norma IRAM 10005.
- Cartelería de seguridad en el área de trabajo, según el análisis de riesgo de cada sector.



Ejemplos de señalética

- Los tableros eléctricos deberán contar con señalización y contratapa. Se sugiere indicar en cada interruptor a qué hace referencia, y las indicaciones deberán ser fácilmente legibles (en idioma español), de un material indeleble y adherentes a la superficie del tablero. De esta forma, se busca evitar el uso de señalizaciones provisionarias (cintas escritas con fibrones o lapiceras).



Tablero eléctrico

- Dejar libres los lugares de acceso a los matafuegos.



Extintor

- Realizar capacitación en el uso de matafuegos.
- Verificar las fechas de prueba hidráulica, comprobando su carga.
- Todas las aberturas o huecos, que puedan originar una caída a distinto nivel, deben estar cubiertos. En caso de no poder hacerlo, deberán estar protegidos con barandilla de seguridad en todo su perímetro.



Escalera con barandilla

- Previa solicitud, verificación y/o autorización de PNA, podrán instalarse pasamanos a un metro sobre el nivel del suelo, barra horizontal o listón intermedio y rodapié a nivel del suelo. Todos estos elementos han de estar sólidamente anclados entre sí. La PNA realiza inspecciones ordinarias y extraordinarias. Si detecta modificaciones o arreglos que no fueron solicitados a este organismo, dependiendo de la magnitud o temáticas de los arreglos o que éstos no fueron oportunamente autorizados, PNA conformará un sumario al capitán, armador o a quien encargó el trabajo²⁰.

Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo

- Realizar la medición de ruido, de acuerdo con el protocolo de la Resolución SRT N°85/2012, en los puestos de trabajo para verificar que no superen los valores límites establecidos en la Resolución del MTEySS N°295/2003.
- Evaluar el resultado de las mediciones en el puesto de trabajo para determinar si el trabajador se encuentra expuesto a una fuente de ruido que pudiera ocasionar daños en su salud. El estudio de ruido permitirá identificar la fuente. De esa manera, se podrá eliminar el problema de forma más eficiente.
- En primera instancia se recomienda hacer foco sobre la fuente de ruido, aplicando medidas correctivas tales como: reemplazar o sustituir máquinas, equipos, herramientas o procesos que pudieran estar generando ruido excesivo, colocar paneles o placas insonorizantes u otra medida colectiva para atenuar el ruido al que está expuesto el trabajador.
- Aislando sectores ruidosos, disminuye el ruido ambiente.
- Si no fuera posible aplicar las medidas anteriormente citadas, deberán entregarse Elementos de Protección Personal auditiva considerando la comodidad de los mismos y que el nivel de protección sea adecuado a la frecuencia de ruido a la que está expuesto.
- En los casos en que, a través de dichas evaluaciones, se determine que

20 Art 61 Ley de Navegación. REGINAIVE. 101.0201.

el trabajador está expuesto a ruido, se debe declarar en la Nómina de Trabajadores Expuestos (de acuerdo a las Resoluciones SRT N°463/2009, N°37/2010 y N°13/2018) con su correspondiente codificación: **90001-Ruido**.

- Si el empleador declara al trabajador expuesto al agente de riesgo ruido, es una buena práctica monitorear el puesto junto al responsable de Medicina del Trabajo.
- Mantener cerradas las puertas que vinculan esta área con otras que sean fuente de ruido, como sala de máquinas y compresores.

Iluminación

- Realizar mediciones para evaluar que los niveles de iluminación sean los correctos, según Decreto N° 351/1979, Anexo IV. Se sugiere que la Iluminación sobre el plano de trabajo se encuentre en los términos de la Tabla I, Anexo IV Dec. N° 351/1979, para evitar fatiga visual.

Riesgos Químicos

- Para aquellos buques que aún utilicen amoníaco como gas en el sistema de refrigeración, se recomienda el remplazo por productos menos nocivos y que pudieran utilizarse en sectores cerrados.
- Mantenimiento preventivo y correctivo para evitar fugas.




PUESTOS DE PLANTA

Habiéndose descrito en forma general el recinto de planta, en el presente apartado se detallarán sus puestos específicos. La mayoría de los puestos del buque potero se encuentran en este sector.

PROCESADOR - CLASIFICADOR

Se diagraman en la zona perimetral, por los lados del buque. Allí los trabajadores reciben de cubierta los calamares a través un sistema de ductos por gravedad. Los recogen de los pantanos o pozos que se encuentran frente a la línea continua donde los trabajadores se ubican en posición de parado. La distancia entre los puestos es poca. El objetivo en estos puestos es clasificar los moluscos por su tamaño. Lo hacen con la posición de ambas manos, en forma de garra, captando desde la cabeza de los calamares en los espacios que se forman entre los dedos extendidos. Esta tarea podría generar dolencias o malestares en las articulaciones de las manos (síndrome de túnel carpiano). Posteriormente los dejan caer por su propio peso en los moldes o bandejas. En algunos casos, cuando los recogen, los pasan por un dispositivo metálico para realizar la vaina. Y finalmente los colocan en una cinta transportadora que pasa por detrás de ellos, para luego colocarlos en placas/bandejas u otros. Esta cinta puede generar niveles de ruido elevados. Pueden atraparse dedos en cinta, teniendo relación con el ritmo de trabajo, el cual es elevado y continuo.

DESCRIPCIÓN DE LOS RIESGOS

-  **Riesgos de Exigencia Biomecánica:** 1-Movimientos repetitivos.
-  **Riesgos de Accidentes:** 1-Caídas, 5- Corte, 7- Atrapamientos.
-  **Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo:** 2-Ruido, 5-Ventilación.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Riesgos de Exigencia Biomecánica

- Considerar establecimiento de pausas para recuperar fatiga muscular, rotación y velocidad de ritmo de trabajo.
- Evaluar el puesto de trabajo, considerando las Resoluciones del Ministerio de Trabajo Empleo y Seguridad Social (MTEySS) N°295/2003 (ver tabla de valores límites para levantamiento manual de cargas) y de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) N°886/2015 y 3345/2015. En los casos en que, a través de dicha evaluación, se determine que el trabajador está expuesto a factores de riesgo de tipo ergonómico incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Res. SRT N° 81/2019 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a riesgos ergonómicos se le realicen los exámenes médicos periódicos, según Res. SRT N° 37/2010.

*ESOP	Agente de Riesgo
80004	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo I (extremidad superior)
80005	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo II (extremidad inferior)
80011	Carga, posiciones forzadas y gestos repetitivos de la columna vertebral lumbosacra
80020	Otros agentes ergonómicos (no incluidos en el Decreto N° 658/1996 y sus modificatorios)

Riesgos de Accidentes

- Deben estar colocadas las protecciones mecánicas en las partes móviles de las máquinas, a fin de prevenir riesgos de corte y/o atrapamiento. Solo permitir quitar las protecciones, en forma momentánea, en caso de reparación.
- Los peldaños de escaleras deben tener material antideslizante.

- Para subir escaleras²¹ debe seguirse la técnica de tres puntos.

Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo

Ruido

- Realizar la medición de ruido en los puestos de trabajo, de acuerdo con el protocolo de la Resolución SRT N°85/2012. Esto para verificar que no superen los valores límites establecidos en la Resolución del MTEySS N°295/2003.
- Evaluar el resultado de las mediciones en el puesto de trabajo, para determinar si el trabajador se encuentra expuesto a una fuente de ruido que pudiera ocasionar daños en su salud. El estudio de ruido permitirá identificar la fuente. De esa manera, se podrá eliminar el problema de forma más eficiente.
- Se recomienda en primera instancia hacer foco sobre la fuente de ruido aplicando medidas correctivas tales como: reemplazar o sustituir máquinas, equipos, herramientas o procesos que pudieran estar generando ruido excesivo, colocar paneles o placas insonorizantes u otra medida colectiva para atenuar el ruido al que está expuesto el trabajador.
- Aislando sectores ruidosos disminuye el ruido ambiente.
- Si no fuera posible aplicar las medidas anteriormente citadas, se deberán entregar al trabajador Elementos de Protección Personal auditiva, considerando la comodidad de los mismos y que el nivel de protección sea adecuado a la frecuencia de ruido a la que está expuesto.
- En los casos en que, a través de dicha evaluación, se determine que el trabajador está expuesto a ruido incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Res. SRT 81/2019 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a ruido se le realicen los exámenes médicos periódicos, según Res. N° SRT 37/2010.

²¹ Al sujetar la escalera mantener los tres puntos de apoyos y de sostén permanente (dos manos y un pie o dos pies y una mano).

*ESOP	Agente de Riesgo
90001	Ruido

- Si el empleador declara al trabajador expuesto al agente de riesgo ruido, es una buena práctica trabajar junto al responsable de Medicina del Trabajo.

Ventilación

- Realizar mantenimiento preventivo y correctivo de los equipos de ventilación y extracción.
- La ventilación contribuirá a mantener condiciones ambientales que no perjudiquen la salud del trabajador.
- Ventilarse preferentemente en forma natural.
- Mantener permanentemente las condiciones ambientales en todo el buque y en especial la concentración adecuada de oxígeno y la de contaminantes dentro de los valores admisibles. Esto evitará la existencia de zonas de estancamiento. Los buques deberán tener entradas de aire de capacidad y ubicación adecuadas para reemplazar el aire extraído. Realizar mediciones de acuerdo a las extensiones del recinto²².

Elementos de Protección Personal (EPP)

- Guantes.
- Botas de PVC con suela antideslizante.
- Ropa de trabajo: Manteleta o delantal.

²² Resolución MTEySS N° 295/2003 y Resolución SRT N°861/2015.




TUNELERO

Los trabajadores ubican las placas congeladas en tunelera. En este puesto los trabajadores acomodan los calamares en túneles de frío. Al desmoldarlas las colocan en bolsas de nylon. La incorrecta o inadecuada manipulación de cargas (por encima de sus hombros) podría ocasionar molestias musculares a los miembros superiores. Esta área es operada también por trabajadores de otros puestos, que en caso de no tener tareas colaboran con ésta. En la colocación de bandejas en túneles se pueden dar la probabilidad de traumatismos diversos como golpes en el rostro y/o extremidades superiores e inferiores por la acción del ruido o cabeceo. Por otro lado, los trabajadores están expuestos a bajas temperaturas y el peso de las cajas puede alcanzar entre 10 y 20 kg.



Túnel

DESCRIPCIÓN DE LOS RIESGOS

-  **Riesgos de Exigencia Biomecánica:** 2-Posturas forzadas, 4-Movimiento manual de cargas.
-  **Riesgos de Accidente:** 1- Caídas, 2- Torceduras, 6- Golpes.
-  **Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo:** 1-Temperatura.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Riesgos de Exigencia Biomecánica

- Evaluar el puesto de trabajo, considerando las Resoluciones del Ministerio de Trabajo Empleo y Seguridad Social (MTEySS) N°295/2003 (ver tabla de valores límites para levantamiento manual de cargas) y de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) N°886/2015 y 3345/2015. En los casos en que, a través de dicha evaluación, se determine que el trabajador está expuesto a factores de riesgo de tipo ergonómico incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Res. SRT 81/2019 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a riesgos ergonómicos se le realicen los exámenes médicos periódicos, según Res. SRT N° 37/2010.

*ESOP	Agente de Riesgo
80004	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo I (extremidad superior)
80005	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo II (extremidad inferior)
80011	Carga, posiciones forzadas y gestos repetitivos de la columna vertebral lumbosacra
80020	Otros agentes ergonómicos (no incluidos en el Decreto N° 658/1996 y sus modificatorios)

Ejercicios de calentamiento y elongación de miembros superiores
Se recomienda realizar 5 repeticiones cada 2 horas



- No levantar bandejas por encima de los hombros. No girar el torso dejando los pies fijos. Intentar levantar menos bandejas por vez.
- Realizar pausas alternando distintos movimientos y ejercicios de precalentamiento antes de iniciar la jornada.
- Se recomienda realizar la rotación del personal, no superando las cuatro horas en el puesto de trabajo.

Riesgos de Accidentes

- Apilar adecuadamente los objetos que puedan caer por el rolido o cabeceo.
- Fomentar el orden y la limpieza.
- Se sugiere que la acción de desmoldar pastillas de calamar se instrumente con sistemas mecánicos, a través de maquinaria correspondiente.

Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo

Temperatura

- Realizar estudios de carga térmica considerando lo que establece el Anexo III, Resolución MTEySS N° 295/2003. Determinar los EPP específicos para dicha tarea y capacitar sobre su uso y conservación.

Elementos de Protección Personal (EPP)

- Botas de PVC con puntera.
- Guantes de tejido para bajas temperaturas y látex.
- Ropa térmica (medias, pantalón o mameluco térmico).

EMPACADOR

En este puesto los trabajadores empaquetan las pastillas provenientes del túnel. Los trabajadores preparan en la mesa -ubicada en el centro de la planta- los calamares, agrupándolos para que el puesto siguiente los empaque en bolsas de nylon.

Posteriormente, otros trabajadores colocan los calamares enteros en placas de chapa y/o bandejas de plástico, con vainas o tentáculos.

Pueden golpearse con los *bandejones* (bandejas de aluminio, que puede ser una carga importante) al intentar manipularlos, manifestándose carga física.

DESCRIPCIÓN DE LOS RIESGOS

 **Riesgos de Exigencia Biomecánica:** 3-Esfuerzo o fuerza física.

 **Riesgos de Accidentes:** 1- Caídas, 6- Golpes.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Riesgos de Exigencia Biomecánica

- Evaluar el puesto de trabajo, considerando las Resoluciones del Ministerio de Trabajo Empleo y Seguridad Social (MTEySS) N°295/2003 (ver tabla de valores límites para levantamiento manual de cargas) y de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) N° 886/2015 y 3345/2015. En los casos en que, a través de dicha evaluación, se determine que el trabajador está expuesto a factores de riesgo de tipo ergonómico, incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Res. SRT N° 81/2019 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a riesgos ergonómicos se les realicen los exámenes médicos periódicos, según Res. SRT N° 37/2010.

*ESOP	Agente de Riesgo
80004	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo I (extremidad superior)
80005	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo II (extremidad inferior)
80011	Carga, posiciones forzadas y gestos repetitivos de la columna vertebral lumbosacra
80020	Otros agentes ergonómicos (no incluidos en el Decreto N° 658/1996 y sus modificatorios)

Riesgos de Accidentes

- Apilar adecuadamente los objetos que puedan caer por el roldo o cabeceo.
- Fomentar el orden y la limpieza.

BODEGUERO





Luego del túnel se desmoldan las bandejas para almacenarlas en bolsas rotuladas en la bodega.

En este puesto se acopian los empaques en cámaras de frío. Como se alcanzan temperaturas cercanas a los 32°C bajo cero, la permanencia de los trabajadores puede provocar congelamiento. El estrés térmico por exposición al frío presenta efectos en la salud de los trabajadores: se produce un efecto vasoconstrictor disminuyendo el flujo sanguíneo con las repercusiones generales y locales en el cuerpo. Sus principales efectos son la hipotermia y la congelación.

En este espacio la iluminación puede ser escasa, no ingresando luz natural. Los trabajadores levantan manualmente cargas que comprometen sus articulaciones. También pueden golpearse con productos de una estiba inadecuada. Durante el proceso de estiba las lesiones más comunes se manifiestan por golpes y resbalones.

En el descenso a las bodegas deben hacerlo a través de escaleras de pequeñas dimensiones, pudiendo producirse caídas. Los trabajadores pueden estar expuestos a inhalación de los gases por pérdidas, que suelen ser utilizados para refrigerar la bodega, son nocivos al momento de respirarlos y pueden generar el desplazamiento de oxígeno ocasionando irritación de los ojos.

DESCRIPCIÓN DE LOS RIESGOS

-  **Riesgos de Exigencia Biomecánica:** 3- Esfuerzo o fuerza física, 4-Movimiento manual de cargas.
-  **Riesgo de Accidentes:** 1-Caídas, 2- Torceduras, 6-Golpes, 11-Electricidad.
-  **Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo:** 1- Temperatura, 3- Iluminación.
-  **Riesgos Químicos:** 1-Gases.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Riesgos de Exigencia Biomecánica

- Evaluar el puesto de trabajo, considerando las Resoluciones del Ministerio de Trabajo Empleo y Seguridad Social (MTEySS) N°295/2003 (ver tabla de valores límites para levantamiento manual de cargas) y de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) N°886/2015 y 3345/2015. En los casos en que, a través de dicha evaluación, se determine que el trabajador está expuesto a factores de riesgo de tipo ergonómico incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Res. SRT N° 81/19 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a riesgos ergonómicos se le realicen los exámenes médicos periódicos, según Res. SRT N° 37/2010.

*ESOP	Agente de Riesgo
80004	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo I (extremidad superior)
80005	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo II (extremidad inferior)

80011	Carga, posiciones forzadas y gestos repetitivos de la columna vertebral lumbosacra
80020	Otros agentes ergonómicos (no incluidos en el Decreto N° 658/1996 y sus modificatorios)

- Recordar que, al levantar, trasladar, mover o empujar objetos pesados y/o que requieran de movimientos repetitivos y/o posiciones forzadas de la columna vertebral lumbosacra y/o con aumento de la presión intraabdominal, se podrían desarrollar distintos tipos de hernias si no se realiza una correcta manipulación de cargas.
- No levantar cajones por encima de hombros.
- Levantar peso flexionando las piernas, manteniendo recta la espalda.
- Evitar levantar cargas superiores a 25 kilogramos.
- Dar formación sobre la correcta manipulación de cargas en contexto de barco en constante movimiento y en superficie no plana.
- Manipular las cargas entre dos o más personas, en caso de corresponder.
- Se recomienda realizar ejercicios para el calentamiento de músculos previo a actividad de carga. Realizar precalentamiento de los músculos y generar una pausa activa a fin de distenderlos.
- Diseño de medidas de ingeniería para adaptar la tarea, de acuerdo a la ubicación y tamaño del trabajador.

Riesgo de Accidentes

- Los peldaños deben tener material antideslizante.
- Para subir escaleras²³ debe seguirse la técnica de tres puntos.
- Apilar en forma correcta las cajas.
- A los fines de evitar contactos eléctricos, en este lugar la tensión en cámara deberá ser de seguridad y configurarse en 24 voltios²⁴.

23 Al sujetar la escalera mantener los tres puntos de apoyos y de sostén permanente (dos manos y un pie o dos pies y una mano).

24 Punto 1.1.2. cap. 14 Decreto N° 351/1979.

- Se sugiere que la acción de desmoldar pastillas de calamar se instrumente con sistemas mecánicos, a través de maquinaria correspondiente.

Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo

Temperatura

- Se deben respetar las consideraciones de los trabajadores en el área, conforme lo establece el Anexo III de la Resolución MTEySS N° 295/2003.
- Bajo ningún aspecto se puede ingresar con ropa mojada, por lo cual es aconsejable que se tenga una muda atérmica para cambio.
- Tomar en consideración a los trabajadores de más edad o aquellos que tienen problemas circulatorios; entre las precauciones especiales, figuran el uso de ropa aislante adicional y/o la reducción de la duración del período de exposición.
- Las medidas preventivas a tomar dependerán del estado físico del trabajador, debiendo determinarlas con el asesoramiento de un médico.
- Sentir dolor en las extremidades puede ser el primer síntoma o aviso de peligro ante el estrés por frío.
- Cuando los trabajadores comiencen a tiritar de manera evidente, poner término de inmediato a la exposición al frío.
- Recubrir con material aislante térmico los mangos metálicos de las herramientas y las barras de control con temperaturas por debajo de -1°C .
- Para impedir la congelación por contacto, los trabajadores deben llevar guantes anticontacto.

Iluminación

- Realizar mediciones de iluminación, de acuerdo con normativa vigente (Decreto N° 351/1979, Anexo IV).
- Verificar el correcto funcionamiento de las luminarias.

Riesgos Químicos

- Utilizar sistema de vigía cuando el trabajador ingresa en la bodega, mediante otro trabajador que acompañe al que ingresa para advertir al puente de algún inconveniente. Establecer un mecanismo de comunicación y control eficiente, a fin de disminuir los tiempos de respuestas ante la ocurrencia de accidente y cerciorarnos por medio de éstas el correcto estado de salud de dicho trabajador.
- Dado que puede tratarse de un espacio confinado^{25 26} considerar Resolución SRT N°953/2010 y la norma IRAM 3625, para acceder a la bodega en condiciones de seguridad (ventilación previa, medición de atmósfera, etc.)
- Realizar mantenimiento preventivo de cañerías y sistemas de acumulación de gas refrigerante (compresores).
- Un elemento a considerar es el gas utilizado para enfriar la bodega. En este sentido, evitar pérdidas y capacitar al personal sobre el procedimiento de respuesta de emergencia, como así también, establecer por escrito el correcto proceder para el cierre del circuito de refrigeración.
- Para aquellos buques que aún utilicen amoníaco en el sistema de refrigeración, se recomienda su reemplazo por productos menos nocivos y que pudieran utilizarse en sectores cerrados.
- Ubicar indicadores de nivel de gas en lugares visibles, como el indicador (recibidor), con sistema de detección y aviso. Evaluar si hay niveles de exposición de acuerdo a concentración. Establecer niveles máximos de acumulación.
- Conforme establece el artículo 201 del Decreto N° 351/1979, *"En las tareas de*

25 Se denomina así a cualquier espacio con aberturas limitadas de entrada y salida donde la ventilación natural sea o pueda ser desfavorable, donde existe la posibilidad de acumulación de gases y/o vapores peligrosos de cualquier tipo (asfijante, inflamable, tóxico). Además, la presencia de oxígeno en el aire puede ser deficiente o enriquecida. No están preparados para que los trabajadores permanezcan largas jornadas de trabajo en forma continua.

26 <https://www.insst.es/documents/94886/326775/ntp-968w.pdf/6e8793fd-8ef8-4212-b55f-d1d246e3f4d6?version=1.0&t=1617978008854>

reparaciones, mantenimiento y carga y también cuando se hubieran producido escapes de gas, será exigencia ineludible penetrar en el interior de las cámaras con los equipos protectores respiratorios. Estos serán conservados en perfecto estado y ubicados en lugares fácilmente accesibles para los trabajadores. Periódicamente se capacitará al personal, adiestrándolo en el empleo de los mismos y verificando el estado de funcionamiento."

- Tener en cuenta que algunos factores (temperatura, humedad, radiaciones, presión, altitud, etc.) potencian al contaminante y pueden aumentar la agresión a la que se ve sometido el cuerpo.
- Considerar que el grado de riesgo depende de la concentración del contaminante y del tiempo de exposición (dosis), o sea que para reducir el riesgo habrá que actuar sobre ambos parámetros.
- Mantener las concentraciones de toda clase de contaminantes tan bajas como sea posible.
- El empleador deberá declarar en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP que corresponda²⁷, a fin de que la ART realice los exámenes médicos periódicos, según Resolución SRT N° 37/2010.

Elementos de Protección Personal (EPP)

- Los trabajadores usan delantales y guantes, pudiendo ser seleccionados de acuerdo al riesgo específico, como bajas temperaturas.
- Utilizar botas de PVC con puntera con suela antideslizante.
- Ingresar con mamelucos térmicos, ropa de abrigo con complemento térmico (del tipo medias especiales).
- Protección respiratoria, en caso de corresponder.
- Protección térmica para la cabeza (por ejemplo, gorros y pasamontañas de lana).
- Casco en caso de que la estiba supere la altura del trabajador.

²⁷ Resolución SRT N°81/2019.

OTROS PUESTOS DE TRABAJO




OPERADOR DE PUENTE - CAPITÁN

Si bien su puesto de trabajo se encuentra a cubierto, comparte los riesgos ambientales propios de cubierta cuando sale del puente. Realiza las guardias de mar y de puerto.



Operador de puente

DESCRIPCIÓN DE LOS RIESGOS

-  **Riesgos de Exigencia Biomecánica:** 5-Posturas estáticas.
-  **Riesgo de Accidentes:** 1-Caídas, 2-Torceduras, 3-Quemaduras, 6-Golpes, 11-Electricidad, 15-Caída de hombre al agua.
-  **Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo:** 1- Temperatura, 2-Ruido, 3- Iluminación, 7-Radiaciones UV, 9-Factores climáticos.

AGENTES DE RIESGOS ESPECÍFICOS

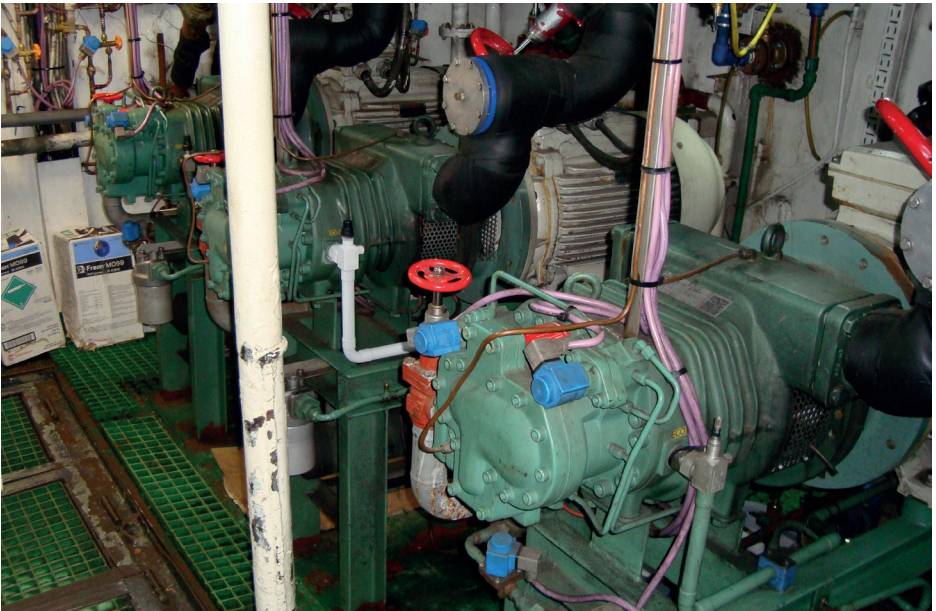
Sector: Puento		
Puestos de trabajo: CAPITÁN – OPERADORES DE PUENTE		
Factor de Riesgo	Fuente Generadora	Medidas correctivas
5. Posturas Estáticas	El personal permanece sentado y/o de pie con escasa deambulación	<ul style="list-style-type: none"> • Se recomienda la alternancia de la posición sentado – de pie. • Uso de sillas ergonómicas para posición de pie – sentado en los puestos de control del puente. • Establecer que los monitores se encuentren diseñados a la altura del trabajador.
3. Iluminación	Fatiga visual producto del trabajo nocturno	<ul style="list-style-type: none"> • Verificar el correcto nivel de iluminación según el Decreto N° 351/1979 Anexo IV. • Iluminación sobre el plano de trabajo 300 a 750 lux.
1. Caídas	<ul style="list-style-type: none"> • Falta de orden y limpieza. • Suelos resbaladizos y/o rolo de la embarcación 	<ul style="list-style-type: none"> • Mantener orden y limpieza.
11. Electricidad	Instalación y equipos eléctricos	<ul style="list-style-type: none"> • Canalizar correctamente el cableado. • Verificar llave térmica y disyuntores.

Para el resto de medidas preventivas, consultar el apartado correspondiente al puesto de MARINERO.

MAQUINISTA

En este puesto se realizan diferentes tareas de mantenimiento, valiéndose de herramientas y repuestos previstos, aunque también deben sortearse problemas con materiales no diseñados para la situación que se presentó.

Los pisos, en sala de máquinas, presentan en algunos buques, alteraciones y desgaste (conformando una superficie resbaladiza), lo que genera la posibilidad de tropezones por deslizamientos o el rolido que puede generar golpes o caídas en el paso (por ejemplo, por escaleras).



Sala de máquinas

Ante el mal funcionamiento de los motores pueden producirse pérdidas de gasoil, generando que los trabajadores aspiren estos gases, dada la permanencia en el área.

En esta sala de equipos y maquinarias los trabajadores están expuestos a sufrir golpes y atrapamientos de miembros superiores cuando no están protegidas sus partes móviles.

Asimismo, el recinto de trabajo suele tener elevadas temperaturas y son comunes las quemaduras por tocar ductos de calor. El almacenamiento de tubos que pueden contener gases inflamables, como los trabajos de soldadura, pueden generar incendios y explosión. Para hacer un arreglo fuera de esta sala se utilizan mangueras, que no están almacenadas dentro de ella. La soldadura eléctrica es portátil.

De acuerdo a la Encuesta SRT (2015)²⁸ realizada a los trabajadores, estos señalaron en valores casi totales de respuestas afirmativas que se encuentran en esta área expuestos a elevados niveles de ruido. Esto puede ser explicado por la presencia de motores y equipos como los compresores de frío. Con el paso del tiempo pueden reducirse los niveles auditivos, como también padecimiento de *tinnitus* (zumbidos). Otros estudios indicaron la exposición a vibraciones en los trabajadores de este sector.

En determinadas situaciones las horas de trabajo se exceden a los límites previstos, repercutiendo en fatiga y la carga de trabajo.

En algunas ocasiones pueden faltar las consolas, que son un espacio aislado donde se puede visualizar toda la sala de máquinas y destinadas a las guardias con menor exposición al riesgo de ruido y temperatura. Se utiliza pintura para





28 Disponible en <https://www.argentina.gob.ar/srt/observatorio-srt/encuestas-salud-trabajo/pesca-altura-2014-2015>

marcar cables y para mantenimiento de las máquinas. Asimismo, las personas que trabajan en este puesto pueden estar expuestas a riesgo eléctrico por tratamiento de bombas y tablero eléctrico, con la posibilidad de generar arco voltaico. Cuando reparan averías en cubierta pueden exponerse a condiciones de mal tiempo.

También levantan culatas, burros de arranque, bombas hidráulicas, manipulando al mismo tiempo, por ejemplo, aceites. También trasladan este producto en tambores de 200 litros o latas de 20 litros (aditivos), complicándose esta situación ante el mal tiempo. Manipulan estos productos no solo en mantenimiento y recambio. Estas herramientas comportan peso elevado y pueden ser trasladados manualmente; al encuadrarlas o encastrarlos con el aparato de izar (aparejo) se asumen posturas forzadas.

Finalmente, cuando se detiene por temporal el sistema de ventilación o extracción, los humos o gases de escape surgen en la sala.

DESCRIPCIÓN DE LOS RIESGOS

-  **Riesgos de Exigencia Biomecánica:** 2-Posturas forzadas, 3-Esfuerzo o fuerza física, 4-Movimiento manual de cargas.
-  **Riesgos de Accidentes:** 1- Caídas, 2-Torceduras, 3- Quemaduras, 5- Cortes, 6-Golpes, 7-Atrapamientos, 11- Electricidad, 12- Incendio, 14-Explosión.
-  **Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo:** 1- Temperatura, 2- Ruido, 3- Iluminación, 5-Ventilación, 6- Vibraciones, 9-Factores climáticos.
-  **Riesgos Químicos:** 1-Gases, 3- Humos, 6-Líquidos.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Riesgos de Exigencia Biomecánica

- Evaluar el puesto de trabajo, considerando las Resoluciones del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social (MTEySS) N°295/2003 (ver tabla 1 de valores límites para levantamiento manual de cargas) y de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) N°886/2015 y 3345/2015. En los casos en que, a través de dicha evaluación, se determine que el trabajador está expuesto a factores de riesgo de tipo ergonómico incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Res. SRT 81/2019 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a riesgos ergonómicos se le realicen los exámenes médicos periódicos, según Res. N° SRT 37/2010.

*ESOP	Agente de Riesgo
80004	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo I (extremidad superior)
80005	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo II (extremidad inferior)
80011	Carga, posiciones forzadas y gestos repetitivos de la columna vertebral lumbosacra
80020	Otros agentes ergonómicos (no incluidos en el Decreto N° 658/1996 y sus modificatorios)

- Evaluar el peso de los envases de pintura y la distancia a transportar. Es necesario capacitar al trabajador en el movimiento manual de cargas, distancia de traslado, técnicas de empuje y arrastre, entre otros.

Riesgos de Accidentes

- Para evitar golpes y caídas por la superficie, ésta debe ser antideslizante.

- Ascender y descender por escaleras con precaución, con la técnica de tres puntos²⁹.
- Fomentar el orden y la limpieza, manteniendo el sector ordenado y el piso libre de derrames y de cualquier obstáculo que pueda interrumpir el libre tránsito.
- Las partes salientes de herramientas o equipos, deberán estar protegidas y señalizadas para evitar enganches, cortes y/o atrapamientos.
- Los capitanes y empleadores deberán contemplar las observaciones de los trabajadores de esta área para el normal desenvolvimiento del trabajo³⁰. Registro y lectura de estas observaciones³¹.
- Mantener y no alterar las protecciones, cobertores, tapas, resguardos ni otros elementos protectores de partes móviles.
- Mantenimiento preventivo y correctivo de estas maquinarias.
- Realizar capacitaciones sobre el uso correcto de las herramientas que se utilicen, a fin de prevenir accidentes. En ningún caso puedan utilizarse para fines distintos a los que están destinadas.
- Proteger con fundas todos los elementos cortantes, punzantes o lacerantes, sin entorpecer las operaciones a realizar.
- Evitar llevar elementos corto punzantes en el bolsillo.

Respecto de los **aparejos** considerar los siguientes puntos:

- No se dejarán los aparatos para izar con cargas suspendidas.
- Revisar y ensayar cuidadosamente los aparatos para izar, por personal competente, antes de utilizarlo.
- Revisión diaria, antes de su utilización, por la persona encargada del manejo del aparato para izar; verificar el estado de todos los elementos sometidos a esfuerzo.

²⁹ Al sujetar la escalera mantener los tres puntos de apoyos y de sostén permanente (dos manos y un pie o dos pies y una mano).

³⁰ Según el listado de controles de equipos críticos que surjan del plan de gestión.

³¹ Título 2, Cap. 3, sección 3 del Libro diario de máquinas, REGINAIVE, Decreto N° 4516/1973.

Los cables serán de construcción y tamaño apropiados para las operaciones en las que se los emplearán. Inspeccionar diariamente el número de hilos rotos, desechándose aquellos cables que posean más del 10% de los mismos.

Quemaduras

- Delantal de cuero en la acción de soldar.
- Guantes adecuados al riesgo.

Atrapamientos

- No usar accesorios como anillos, pulseras, cadenas, pañuelos, etc.
- Recordar utilizar la ropa de trabajo de manera que no genere un riesgo, evitando las prendas sueltas.
- Utilizar sistema de bloqueo de seguridad al efectuar el mantenimiento de las partes móviles de las maquinarias.
- Los motores que originen riesgos serán aislados prohibiéndose el acceso del personal ajeno a su servicio.
- Los vástagos, varillas, manivelas u otros elementos móviles que sean accesibles al trabajador por la estructura de las máquinas, se protegerán o aislarán adecuadamente.

Incendio

El incendio es el resultado de un fuego incipiente no controlado, cuyas consecuencias afectan tanto a la vida y a la salud como a las condiciones estructurales del buque. El valor de la prevención radica en evitar la generación del fuego y en caso de que se produzca promover su rápida extinción.

- El orden y limpieza en esta área ayudará a disminuir el riesgo de incendio.
- No recargar los tomacorrientes, no utilizar "zapatillas".

- Prestar atención al trabajar con herramientas que generen chispas, tales como soldadoras, amoladoras, etc.
- En caso de utilizar trapos embebidos con aceite para limpiar, desecharlos en lugar adecuado.
- Evaluar la vida útil de las mangueras utilizadas para alcanzar distancias de los tubos de soldadura. Estas deben contener arrestallamas.
- El tubo de acetileno debe estar en lugar adecuado con ventilación forzada o cruzada.

Electricidad

- Evitar el contacto con equipos con tensión teniendo las manos o partes del cuerpo húmedas, ni trabajar sobre superficies de piso mojadas o húmedas.
- Los tomacorrientes, fichas y cables que sean utilizados en la instalación eléctrica, deben ser normalizados.
- No tirar de los cables al desenchufar los tomacorrientes.
- Revisar periódicamente que los cables no posean defectos en la aislación ni en los tomacorrientes. Si se detectase alguna anomalía, no utilizar los mismos e informar a su superior. Apartar máquinas y herramientas defectuosas para evitar el uso por otros compañeros, señalizarlas y de ser posible retirar del puesto de trabajo.
- Evitar el uso de alargues, los cuales deben ser de uso transitorio. Se recomiendan instalaciones fijas externas. El tendido de cables en altura mediante tendido eléctrico deberá ser en condiciones de uso seguras y el personal debe conocer su disposición evitando el traslado de herramientas que puedan entrar en contacto con la instalación.
- Los tableros eléctricos deben tener tapa, contratapa y estar conectados a puesta a tierra si su estructura es conductora. Deben estar señalizados, cerrados y en buenas condiciones.
- Conservar los equipos según diseño original.

Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo

Temperatura

- Evaluar el puesto de trabajo con estudios de carga térmica, considerando la Resolución del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social (MTEySS) N°295/2003 (Anexo III). En los casos en que, a través de dicha evaluación, se determine que el trabajador está expuesto a factores de riesgo por calor incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Res. SRT 81/2019 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a riesgos ergonómicos se le realicen los exámenes médicos periódicos, según Res. N° SRT 37/2010

*ESOP	Agente de Riesgo
80001	Calor

- Aislación de las fuentes de calor. Determinar mecanismos adecuados tendientes a reducir el contacto del trabajador con fuentes de calor efectuando el aislamiento de las mismas en caso de ser posible.
- Agua potable a disposición y en cantidades adecuadas.
- Considerar la presencia de consolas en buques que no la posean, de modo tal de aminorar la exposición a emanación de gases, ruido y temperatura.
- No retirar las protecciones ni bloquearlas para evitar el contacto con las partes calientes y posibles atrapamientos. Es una buena práctica señalar, por ejemplo: **¡Cuidado, Superficie Caliente! - Riesgo de Atrapamiento.**

Iluminación

- Controlar que el nivel y conformación de iluminación en el sector se encuentren dentro de los niveles exigidos por el Decreto N° 351/1979

(Anexo IV) y solicitar la adecuación necesaria de reemplazo/sustitución de luminarias, en caso de corresponder.

- Mantener limpias las luminarias, evitar la acumulación de polvo.
- Evitar deslumbramientos.

Ruido

- Reducir el ruido de las fuentes que lo generan, reparando rulemanes, bujes y salidas de aire comprimido.
- Realizar la medición de ruido en los puestos de trabajo, de acuerdo con el protocolo de la Resolución SRT N°85/2012, para verificar que no superen los valores límites establecidos en la Resolución del MTEySS N°295/2003.
- Evaluar el resultado de las mediciones en el puesto de trabajo para determinar si el trabajador se encuentra expuesto a una fuente de ruido que pudiera ocasionar daños en su salud. El estudio de ruido permitirá identificar la fuente. De esa manera, se podrá eliminar el problema de forma más eficiente.
- Se recomienda en primera instancia hacer foco sobre la fuente de ruido aplicando medidas correctivas tales como: reemplazar o sustituir máquinas, equipos, herramientas o procesos que pudieran estar generando ruido excesivo, colocar paneles o placas insonorizantes u otra medida colectiva para atenuar el ruido al que está expuesto el trabajador.
- Si no fuera posible aplicar las medidas anteriormente citadas, se deberán entregar al trabajador los Elementos de Protección Personal auditivos, considerando la comodidad de los mismos y que el nivel de protección sea adecuado a la frecuencia de ruido a la que está expuesto.
- En los casos en que, a través de dicha evaluación, se determine que el trabajador está expuesto a ruido incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Res. SRT 81/2019 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a ruido se le realicen los exámenes médicos periódicos, según Res. N° SRT 37/2010.

*ESOP	Agente de Riesgo
90001	Ruido

- Si el empleador declara al trabajador expuesto al agente de riesgo ruido, es una buena práctica trabajar junto al responsable de Medicina del Trabajo.

Vibraciones

- Realizar vigilancia médica periódica según Resolución SRT N° 37/2010 para evitar alteraciones auditivas y vibraciones.
- Efectuar el mantenimiento preventivo y correctivo de los equipos que pueden originar vibraciones³².
- Capacitar a los trabajadores sobre los riesgos que generan las vibraciones en el cuerpo y las medidas preventivas para evitar la exposición o minimizarlas.
- Controlar fijación de motores, que puede alterarse por el desgaste de los tacos.
- Como regla general los guantes son más eficaces para disminuir la vibración a frecuencias elevadas.

Ventilación

- Realizar mantenimiento preventivo y correctivo de los equipos de ventilación y extracción.
- La ventilación contribuirá a mantener condiciones ambientales que no perjudiquen la salud del trabajador.
- Ventilarse preferentemente en forma natural.
- Mantener permanentemente y en todo el buque las condiciones ambientales y -en especial- la concentración adecuada de oxígeno y la de contaminantes dentro de los valores admisibles, para evitar la existencia de zonas de estancamiento.

32 Según plan de gestión de mantenimiento informado a la PNA.

- Estas zonas poseerán entradas de aire de capacidad y ubicación adecuadas, para reemplazar el aire extraído.
- Realizar mediciones de acuerdo a las extensiones del recinto.

Riesgos Químicos

Líquidos

- Evaluar riesgos en depósitos y paños por acción de pinturas y tambores de aceites. Respetar lo especificado en la Ficha de Datos de Seguridad (FDS) de la pintura.
- Debe estar sectorizado el depósito según el riesgo de los productos almacenados, para evitar que estén juntos químicos que en el caso de rotura puedan tener una reacción química no deseada.
- El Servicio de Higiene y Seguridad en el Trabajo deberá evaluar los riesgos y condiciones de almacenamiento, para determinar las medidas de acción necesarias. Contar con herramientas a bordo para solucionar distintos problemas técnicos que se pudieran presentar.
- Implementar el etiquetado en envases de acuerdo al Sistema Globalmente Armonizado de Clasificación y Etiquetado de Productos Químicos (SGA), teniendo en cuenta lo siguiente:
 1. Identificación del fabricante / proveedor / distribuidor.
 2. Caracterización del producto químico.
 3. Pictogramas.
 4. Palabras de advertencia, indicación del peligro y consejos de prudencia, entre otras.
- Deberán estar etiquetados todos los productos químicos y sus mezclas en los lugares de trabajo.

Gases

- Para evitar la aspiración continua de vapores de combustibles (aceite de escape, ya que los motores pierden aceite, el gasoil circula en la sentina y está presente en el ambiente), en caso de corresponder, utilizar protección respiratoria durante todo el tiempo que dure la exposición.
- Existencia de consola para no respirar gases.
- Existencia de extractor.
- En caso de soldadura asegurar una adecuada ventilación e iluminación.

Elementos de Protección Personal (EPP)

- Utilizar guantes de acuerdo al riesgo específico, ropa de trabajo, protección ocular y respiratoria (en caso de corresponder), calzados de seguridad con puntera.
- Cuando el ruido no pueda eliminarse o reducirse en la fuente, utilizar protección auditiva, de copa. Ésta debe ser seleccionada por el Servicio de Higiene y Seguridad (en función del análisis técnico efectuado por el mismo), con la participación del Servicio de Medicina del Trabajo.
- El personal a emplear en soldadura será adiestrado, capacitado y provisto de equipos y elementos de protección personal adecuados, los cuales lo protegerán contra los riesgos propios del trabajo que efectúen y en especial contra la proyección de partículas y las radiaciones. En los trabajos de soldadura eléctrica y autógena se usarán pantallas para proteger los ojos y la cara.

COCINERO

La cocina de la embarcación, por sus dimensiones estrechas y el manejo de fuego, puede ser fuente de accidentes. Las tareas en la cocina pueden incrementar los habituales riesgos por manipular productos o herramientas calientes (quemaduras). Asimismo, debe considerarse en esa manipulación la acción del rolido, especialmente en el manejo de cuchillos, por la posibilidad de cortarse. Por otro lado, la desmenuzadora es una herramienta que cumple con la función de reducir y expulsar material fuera del espacio de la cocina. Los trabajadores de la cocina pueden realizar movimiento de cargas, al levantar determinados productos almacenados.



Cocina

Por otro lado, la manipulación de los alimentos es clave para la salud de los trabajadores embarcados, a fin de evitar intoxicaciones, infecciones y toxiinfecciones a causa de alimentos en inadecuado estado por estar mal cocinados o contaminados.

DESCRIPCIÓN DE LOS RIESGOS

- ▲ **Riesgos de Exigencia Biomecánica:** 3-Esfuerzo o fuerza física, 4-Movimiento manual de cargas.
- **Riesgos de Accidentes:** 1-Caídas, 2-Torceduras, 3-Quemaduras, 5-Cortes, 6-Golpes, 7-Atrapamientos.
- ◆ **Riesgos Biológicos:** 3-Bacterias.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Riesgos de Exigencia Biomecánica

- Evaluar el puesto de trabajo, considerando las Resoluciones del Ministerio de Trabajo Empleo y Seguridad Social (MTEySS) N°295/2003 (ver tabla de valores límites para levantamiento manual de cargas) y de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) N°886/2015 y 3345/2015. En los casos en que, a través de dicha evaluación, se determine que el trabajador está expuesto a factores de riesgo de tipo ergonómico incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Res. SRT 81/19 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a riesgos ergonómicos se le realicen los exámenes médicos periódicos, según Res. N° SRT 37/10.

*ESOP	Agente de Riesgo
80004	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo I (extremidad superior)
80005	Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo II (extremidad inferior)
80011	Carga, posiciones forzadas y gestos repetitivos de la columna vertebral lumbosacra
80020	Otros agentes ergonómicos (no incluidos en el Decreto N° 658/1996 y sus modificatorios)

- Capacitar sobre levantamiento manual de cargas.
- Levantar peso flexionando las piernas, manteniendo recta la espalda.

Riesgos de Accidentes

Cortes

- Se recomienda el buen funcionamiento de la desmenuzadora manteniendo las instrucciones impartidas por el fabricante.
- Capacitar (puede ser por medio de videos y/o folletería) al cocinero y al resto de la tripulación en marea sobre las medidas preventivas que deben implementarse en la cocina y áreas de producción a los fines de evitar accidentes. Particularmente el cocinero deberá tener conocimiento sobre elementos cortopunzantes y los diferentes cortes de alimentos con sus cuchillos específicos. Por ejemplo, realizar el corte desplazando el filo sin forzar en dirección contraria al cuerpo.
- Es importante observar que el mango se encuentre en buen estado, sin astillas ni rajaduras, la hoja bien afilada y -antes de utilizar el utensilio- verificar la correcta sujeción entre la hoja de corte y el mango.
- Secarse las manos antes de utilizar elementos de corte y verificar que el mango se encuentre libre de aceites.

- No guardar elementos cortopunzantes en los bolsillos.
- Asegurar que las tapas cortadas de las latas queden dentro de éstas al desecharlas.

Caídas y torceduras

- Evitar pisos sucios, húmedos y/o resbaladizos. Limpiar el área inmediatamente después que se haya derramado alguna sustancia.
- Fomentar el orden y la limpieza, evitando dejar acumulado en el piso cajas o bultos.

Quemaduras

- Evitar el contacto directo con las superficies calientes, mediante el uso de manoplas, trapos u otro material que permita una sujeción firme. Para el caso que se utilicen trapos se deberá verificar el estado de éstos, evitando hilos sueltos que puedan llegar a encenderse al estar próximos al fuego.
- El fuego de la hornalla en lo posible y de acuerdo al tipo de preparación, no debe superar la base de la olla, sartén, etc.
- Si se manipulan utensilios durante la cocción (cucharones, espumadera, etc.) retirarlos del recipiente una vez que dejen de utilizarse. No es recomendable dejarlos apoyados a fin de evitar su calentamiento y/o deterioro.
- Es recomendable utilizar las ollas a $\frac{3}{4}$ de su capacidad de llenado para evitar salpicaduras y disminuir el peso de la misma.

Golpes y atrapamientos

- Mantener la cocina ordenada y limpia.
- Coordinar las tareas y circulación entre las personas que trabajan allí.
- Uso de calzado con suela antideslizante.

- Evitar dejar cajones abiertos, ollas sueltas o contenedores de alimentos fuera de su lugar de guardado.
- Mantener una correcta iluminación sobre los puestos de trabajo.
- Colocar protecciones en máquinas que se encuentren con partes móviles a la vista y puedan originar atrapamientos.

Riesgos Biológicos

- Siendo que se considera a los buques como establecimientos manipuladores de alimentos y forman parte de la cadena alimentaria del pescado, es de vital importancia que la tripulación cuente con conocimiento y certificación oficial expedida por Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca del curso de manipulación de alimentos (Art. 21 del Código Alimentario Argentino -obligatoriedad de obtener Carnet Manipulador de Alimentos-) con el fin de conocer las formas correctas de manipulación y a su vez comprender la responsabilidad asociada al manejo de los mismos, como así también, conocer los puntos críticos en la elaboración de los productos alimenticios y buenas prácticas de manufactura.
- Fomentar el orden y la limpieza.

Elementos de Protección Personal (EPP)

- Guantes para evitar cortes.
- Delantal.
- Botas de PVC antideslizantes con puntera.

ASPECTOS GENERALES

La modalidad salarial adoptada en la actividad de la pesca tiene componentes relacionados con la producción obtenida en cada marea. Esta adopción puede incrementar el ritmo de trabajo con el consiguiente riesgo de sufrir accidentes. Otro factor que puede aumentar el ritmo de trabajo es la necesidad de colmar la capacidad de almacenamiento de calamar en las bodegas, para volver a puerto. En cualquiera de estas situaciones debe realizarse el trabajo con un ritmo que no implique poner en riesgo la salud de los trabajadores. O de acuerdo a OIT cuando se manifieste *"una tendencia a permanecer en el mar en condiciones meteorológicas desfavorables."*³³

Las condiciones de trabajo a bordo son responsabilidad del capitán³⁴, por lo cual recae en él tanto el control y registro de novedades, como el control del uso de EPP por parte de los trabajadores. Por ejemplo, ante una alteración o rotura de los mismos deberá registrarse esta situación y promover el reemplazo del equipo. Por ello deberán recoger cualquier tipo de quejas e incumplimientos, que serán volcados en un libro o parte de novedades por cualquier miembro de la tripulación. Prefectura Naval Argentina podrá recoger esas novedades, también de parte de los trabajadores, (en caso de que no sean contempladas por el capitán, a bordo) y pueden ser denunciadas ante esta autoridad marítima.

A los fines de consolidar una política preventiva *todos* los accidentes deben notificarse^{35 36} y el trabajador deberá solicitar que se deje constancia de los

33 Manual para la mejora de las condiciones de vida y trabajo a bordo de los buques pesqueros, pág. 5 (2011), Organización Internacional del Trabajo (OIT), disponible en ilo.org/wcmsp5/groups/public/-/ed_dialogue/---sector/documents/publication/wcms_162324.pdf

34 Punto 2, Artículo 8 del Convenio 188. OIT.

35 Artículo 31, punto d) del Convenio 188, OIT.

36 302.0601. Accidentes de navegación. Art. 203.0202 REGINAIVE. Art. 131 Ley Navegación –24 hs ante la PNA, labrar de Exposición del accidente o siniestro.

mismos en el LIBRO DE NAVEGACIÓN del buque. El capitán/patrón/oficial tiene la autoridad emanada a bordo siendo responsable de informar a la compañía todos los accidentes o situaciones de riesgo.

Es pertinente que la ART sea comunicada de accidentes de trabajo o enfermedades laborales ni bien se produzca el desembarco, debiendo guardar coherencia con las declaraciones a bordo, en libro correspondiente³⁷, siempre y cuando el malestar físico se presente embarcado. Las mareas duran entre 20 y 40 días.

En términos generales, a los fines de otorgar mayor fundamento a las medidas preventivas que se desarrollen a bordo, se sugiere conformar un Sistema de Gestión de Salud y Seguridad (ver anexo)^{38 39}. **El responsable de la embarcación a bordo es el capitán**, por lo cual debe estar notificado de todo tipo de novedades (tanto accidentes como quejas, faltantes o incumplimientos)⁴⁰. Es de buena práctica a los fines de prevenirlos que se registren los accidentes en forma inmediata tras haber ocurrido. Para evitar diferencias entre los accidentes que ocurran y los transcriptos en el *Libro Diario de Navegación*, permitir que estos últimos puedan ser consultados por los trabajadores.

Los relevamientos donde los empleadores tienen obligación legal de realizarlos, a manera de declaración jurada son los que establece la Resolución SRT N° 463/2009 (Relevamientos General de Riesgos Laborales, RGRL). Asimismo, deberán declarar las exposiciones riesgosas de los trabajadores, completando en ese caso con nombre y apellido en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE), relacionando a cada uno de ellos con código/s de agente de riesgo, conforme establece esta última resolución en el Anexo II, cláusula quinta y el modo de

37 302.0601. Accidentes de navegación. Art. 203.0202 REGINAIVE. Art. 131 Ley Navegación -24 hs ante la PNA, labrar de Exposición del accidente o siniestro.

38 Guía orientativa para la implementación de sistema de gestión de la seguridad en buques pesqueros.

39 Resolución SRT N° 523/2007.

40 Punto g) Artículo 26 del Convenio 188 OIT.

llenar la planilla, en la Resolución SRT N° 13/2018. También se deben completar los que no están expuestos, en esta planilla.

Por otro lado, la investigación de los accidentes bajo distintos métodos, entre los que se sugiere desde la SRT el *árbol de causas*, surgirán las medidas preventivas adecuadas. Se sugiere la participación del capitán en la investigación del accidente y colaborar en la capacitación.

Asimismo, a los fines de prevenir distintos tipos de enfermedades por agentes biológicos debe desratizarse⁴¹ y desinsectarse, por lo menos con una frecuencia semestral⁴².

⁴¹ Art 302.0309, REGINAVE.

⁴² Art. 39° Convenio Colectivo de Trabajo N° 708/15.

ALIMENTACIÓN Y AGUA POTABLE

Dado que las embarcaciones se encuentran a distancia de centros de aprovisionamiento, la calidad y cantidad de alimentación cobra relevancia. En tal sentido, es importante contar con profesionales idóneos que gestionen y recomienden hábitos saludables en la alimentación a fin de prevenir consecuencias en aquellas personas con patologías previas como diabetes, hipertensión, etc.

El empleador debe garantizar para la población embarcada que la alimentación, a cargo de aquel, sea otorgada en calidad y cantidad suficiente⁴³.

El agua deberá ser potable, estando embarcados, debiendo las empresas realizar el análisis de potabilidad una vez cada seis meses⁴⁴ y fisicoquímicos anualmente (Decreto N° 351/1979, art. 58). En caso de ser acumulado en tanques o recipientes debe estar libre de óxido, pudiendo desprenderse éste en el movimiento cotidiano del buque. Por lo tanto, se sugiere que estos tanques sean de acero inoxidable. De lo contrario ser provista en packs cerrados de botellas para distribuir/abastecer al personal.



Comedor

43 Punto 78, Anexo III, Convenio 188, OIT.

44 Art N° 41°, CCT 708/15.

CAMAROTES

Estos deberán ser confortables, con camas acorde a la altura de los trabajadores, siendo que *“el número máximo de personas que pueden alojarse en un dormitorio deberá indicarse, en forma legible e indeleble, en un lugar fácilmente visible de la habitación”*⁴⁵. Asimismo, los colchones deben tener un espesor que no ocasione molestias y sea reparador del esfuerzo físico de la tarea cotidiana. Se debe prohibir el encendido de artefactos de llama encendida y de estufas eléctricas por la posibilidad de generar incendios involuntarios, especialmente durante la noche.



Camarotes

⁴⁵ Punto 44, Anexo III, Convenio 188, OIT

Los camarotes deben disponer de luces individuales por cada cama, y una azul encendida. Deben existir bloqueadores de la luz natural para evitar deslumbramientos.

- Los dormitorios deben contar con un sistema de ventilación y de calefacción que tenga en cuenta las distintas condiciones climáticas.
- Debe disponerse de un lugar fuera de los dormitorios para colgar la ropa de trabajo.
- Los empleadores deben proporcionar sábanas, almohadas y colchón con sus correspondientes fundas, jabones, papel sanitario y desinfectantes⁴⁶.
- Los mamparos de los buques nuevos deben estar construidos con acero y ser estancos al agua y al gas.
- Finalmente, los baños deben encontrarse en condiciones higiénicas permanentemente y tener privacidad.

INCENDIO

- El Servicio de Higiene y Seguridad en el Trabajo deberá realizar y verificar anualmente el estudio de la carga de fuego de la embarcación.
- Verificar el tipo y ubicación de extintores en función del material combustible, de acuerdo a plano de lucha contra incendio certificado por PNA.
- En la cocina, por la presencia de aceites y las grasas, debe existir **extintor tipo K** en el sector.
- Recarga anual de extintores según Norma IRAM 3517, punto 3.5, Norma NFPQ 10 y, en el caso de la Provincia de Buenos Aires, indicación de recarga del Organismo Provincial de Desarrollo Sustentable (OPDS).
- Colocación de manera visible: tipo, número según plano y ubicación de extintores. Verificar fecha de vencimiento. Es responsabilidad del personal de a bordo en cada marea verificar el estado de conservación, (cilindro,

⁴⁶ CCT N° 708/2015, art. 35.

marbete, manómetro, manguera, etc.) como así también la fecha próxima de recarga y revisión de prueba hidráulica de éstos.

- La campana de extracción debe limpiarse periódicamente, ya que también es un foco de incendio, por lo cual deben cambiarse los filtros sucios.
- En los camarotes, suelen dejarse lámparas encendidas en forma continua, calentando el apoyo que, cuando es de madera, puede generar un incendio. La obstaculización de salidas de emergencia por desplegarse pertenencias personales, complica aún más ese escenario.
- En sala de máquinas, se debe fomentar el orden y la limpieza.
- No dejar bidones de combustible al sol en la cubierta.
- Mantenimiento preventivo de instalaciones eléctricas (evitar utilizar otras para las cuales no fueron diseñadas como la presencia de "zapatillas", por ejemplo).
- Prohibición de fumar a bordo por las implicancias que puede suponer en términos de la seguridad del buque. Asimismo, conspira contra el cuidado de la salud del trabajador.
- Los extintores deben situarse en lugares accesibles.

CAPACITACIÓN Y FAMILIARIZACIÓN ACORDE AL MANUAL DE GESTIÓN DE SEGURIDAD DE LA COMPAÑÍA

- Capacitar a las personas trabajadoras en materia de higiene y seguridad, en prevención de enfermedades profesionales y de accidentes de trabajo, de acuerdo a las características y riesgos propios, generales y específicos de las tareas que desempeña.
- Capacitar por medio de cursos, clases, charlas informativas con material gráfico, audiovisuales, avisos y carteles que indiquen medidas de seguridad.



Cartelería en sala de máquinas

- Capacitar a los distintos niveles, superior, intermedio y operativo, en materia de higiene y seguridad y medicina del trabajo.
- Planificar en forma anual programas de capacitación. Estos Programas deberán desarrollarse conjuntamente con los Servicios de Medicina y de Higiene y Seguridad en el Trabajo.
- Entregar por escrito al personal las medidas preventivas tendientes a evitar enfermedades profesionales y accidentes de trabajo.
- Capacitar sobre el correcto uso, mantenimiento y guardado de los EPP.
- Es una buena práctica promover las capacitaciones, recorridos y los controles en el uso correcto de los EPP del Servicio de Higiene y Seguridad, junto al acompañamiento de los representantes de los trabajadores (gremios).

Asimismo, los responsables del buque realizarán capacitaciones específicas de los procedimientos de respuesta a emergencia, derrame de hidrocarburos, colisión, buque sin gobierno, hombre al agua, varadura y abandono, entre otros.

Los buques poteros deberán dar cumplimiento a sus respectivos Sistemas de Gestión de Seguridad en donde se establecen los planes de Emergencias a bordo, establecidos en las Ordenanzas Marítimas dictadas por PNA, tales como la N° 03/2018 y 05/2018.

Es recomendable que el capitán utilice medios tecnológicos a los fines de mostrar videos o diapositivas relacionadas al plan anual de capacitación, realizando prácticas o simulacros durante la marea⁴⁷.

ATENCIÓN SANITARIA

A los fines de contar con una atención médica básica a bordo, los buques pesqueros deben contar con un botiquín remedios, considerando el tiempo de la marea, la cantidad de personas y la zona de operaciones, como así también, un trabajador responsable o encargado en esta materia, con capacidad para brindar primeras atenciones correspondientes a primeros auxilios⁴⁸.

Cada buque debe contar con posibilidad de realizar comunicaciones telefónicas, a tierra, durante las 24 horas, para poder consultar sobre una prestación médica o el tratamiento que debe continuarse a una determinada patología comunicada por un trabajador⁴⁹.

47 Las normas que prescriben la capacitación se encuentran comprendidas en artículos 208, 209, 210 y 213 del capítulo 21 de la Ley N° 19.587, Decreto N° 351/1979. Artículo 31, capítulo IX, de la Ley N° 24.557 de Riesgos del Trabajo y capítulo 1, convenio S.O.L.A.S. de 1974, OMI.

48 Artículo 29, Convenio 188, OIT.

49 Artículo 30, Convenio 188, OIT.

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

Los EPP son indispensables para mitigar y prevenir accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, ante la presencia de riesgos específicos que no pueden ser aislados o eliminados.

Los mismos deben ser provistos por el empleador y -según su categoría- deben estar certificados (a la fecha de esta publicación deben estar certificados los cascos, guantes, calzado de seguridad, protección ocular, protección contra caídas y protección auditiva) por uno de los entes certificadores reconocidos por la Secretaría de Comercio Interior en la Argentina: IRAM (Instituto Argentino de Normalización y Certificación), IQC (International Quality Certifications) y UL (Underwriters Laboratories).

Cada proceso/puesto de trabajo debe ser evaluado específicamente, para que el responsable de Higiene y Seguridad junto al responsable de Medicina del Trabajo determinen los EPP adecuados a la tarea, al ambiente de trabajo y a las características individuales de cada trabajador. Una vez seleccionados, se debe capacitar a las personas trabajadoras en su correcto uso, conservación y mantenimiento de estos.

Asimismo, el responsable de Higiene y Seguridad podrá indicar la utilización de EPP complementarios. Por ejemplo, en el caso de que se realicen tareas en altura se deberá utilizar un arnés anticaída con elemento de amarre incorporado, que conforma un sistema anticaída y/o de sujeción en sí mismo.

COMO PRINCIPIO BÁSICO LOS RIESGOS SE DEBEN ELIMINAR O NEUTRALIZAR EN SU FUENTE DE ORIGEN. LOS EPP SON LA ÚLTIMA BARRERA ENTRE EL TRABAJADOR Y LOS RIESGOS.

A continuación, se detalla el tipo de EPP recomendado para cada bloque del flujoograma correspondiente para buques poteros en Pesca de Altura:

BLOQUE	ROPA DE TRABAJO	CALZADO DE SEGURIDAD	GUANTES DE SEGURIDAD	PROTECCIÓN AUDITIVA (*)	CASCO DE SEGURIDAD	PROTECCIÓN OCULAR	PROTECCIÓN RESPIRATORIA
Trabajos en Cubierta	Chaleco salvavida	Botas de PVC antieslizante con puntera	Guantes de kevlar	-	Casco	Anteojos de sol	-
Planta general/ Procesador/ clasificador/ Empacador	Manteleta o delantal	Botas de PVC antieslizante con puntera	Guantes	Protección auditiva	-	-	-
Tunelero	Ropa térmica/ mameluco	Botas de PVC antieslizante con puntera	Guantes de tejido y de látex	-	-	-	-
Bodeguero	Ropa o mameluco térmico	Botas de PVC antieslizante con puntera	Guantes para bajas temperaturas	-	-Protección térmicas (ej pasamontañas o gorros) - Casco	-	Protección respiratoria (considerando espacio confinado)
Maquinista	Ropa de trabajo	Botas de PVC antieslizante con puntera	Guantes antivibratorios, que prevengan de cortes y golpes	Protección auditiva, de copa	-	Protección ocular	Protección respiratoria
Cocinero	Delantal	Botas de PVC antieslizante con puntera	Guantes anticortes	-	-	-	-
Operador de puente	Delantal	Botas de PVC antieslizante con puntera	Guantes anticortes	-	-	-	-

(*) Protectores auditivos según la medición del nivel de ruido, las frecuencias y el nivel de atenuación requerido.

CONSUMO PROBLEMÁTICO DE SUSTANCIAS

Los problemas relacionados con el consumo de alcohol y de drogas pueden originarse por factores personales, familiares y sociales, por ciertas situaciones en el medio ambiente laboral, o bien por una combinación de estos elementos. Tales problemas no sólo repercuten en la salud y el bienestar de los trabajadores, sino que también afectan políticas organizativas y de productividad del sector.

Dada la multicausalidad de estos problemas, hay muchas maneras de enfocar la prevención, asistencia, tratamiento y rehabilitación. La eliminación del abuso de esas sustancias es un objetivo deseable pero difícil de lograr, según lo indica la experiencia.

No obstante, mediante las políticas en el lugar de trabajo para ayudar a personas con esos problemas (incluido el uso de drogas ilegales) se obtendrán los resultados más positivos, tanto para los trabajadores como para los empleadores. Siendo una problemática compleja, creciente y sentida por sindicatos, cámaras y organismos del estado, hemos definido un menú de buenas prácticas generales, cuya profundidad y alcance dependerá del nivel de articulación multisectorial.

Establecer una política preventiva sobre el consumo de sustancias que puedan alterar el trabajo seguro en el ambiente laboral. En esta línea, el empleador junto a los gremios del sector debe desarrollar un programa de contención que garantice el derecho de los trabajadores a la información, asistencia y confidencialidad.

Está terminantemente prohibido ingresar a la embarcación bajo los efectos de sustancias psicotrópicas ilegales o legales (alcohol, drogas y medicamentos no prescritos por un médico matriculado o el Servicio de Medicina del Trabajo), que pudieran alterar:

1. La atención,
2. la relación con los otros,
3. la concentración,
4. los reflejos
5. la estabilidad,
6. la precisión de los movimientos del cuerpo,
7. y cualquier otra función psicofísica que impida el normal desempeño laboral.

La prohibición del consumo se extiende a toda la jornada laboral y debe regir para todos los trabajadores que se encuentren implicados en el diagrama de trabajo.

Los trabajadores que se encuentren bajo tratamiento con psicofármacos y cualquier otra medicación que pudiera alterar los puntos mencionados precedentemente, deben informar esta situación al Servicio de Medicina del Trabajo o responsable médico disponible en la empresa para su canalización y tratamiento correspondiente.

Para los casos de adicciones manifiestas, se recomienda asumirlas como enfermedades inculpables, debiendo implementar una estrategia integral de recuperación y contención de los trabajadores afectados, acordada entre empresas, sindicatos y organismos estatales pertinentes.

FACTORES DE LA ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO

Los factores que derivan de la organización del trabajo se encuentran ponderados en diferentes magnitudes en los distintos países, ya sea en cuanto a la normativa para su diagnóstico, reparación y prevención, como en la posibilidad que los actores sociales relacionen ciertas patologías con la organización.

Dentro de las CyMAT, la organización del trabajo es una dimensión importante, ya que refiere a la modulación del empleador sobre el contenido de las tareas y el contexto en el que deben llevarse a cabo.

Los factores de la organización del trabajo pueden tener efectos tanto positivos como negativos. Cuando se considera que pueden alterar la salud, se conceptualizan como factores de riesgo.

Sin desconocer las características individuales que pueden preexistir al trabajador en el marco de su situación de trabajo, cuando la influencia de un factor psicosocial es intensa, es menor la importancia de la variabilidad individual. Cuando los factores de riesgo superan los recursos que a manera de defensa sostienen los trabajadores/as, generan efectos negativos en ellos/as y en la organización, y producen alteraciones a la salud, los cuales tienen efectos a nivel fisiológico, emocional, cognoscitivo, del comportamiento social y laboral.

A continuación, se resumen los factores relacionados con la organización del trabajo. Los mismos se expresan de diferente manera según rama de actividad, empresa y los puestos de trabajo:

Tiempo de trabajo

Comprende todas aquellas disposiciones diagramadas por el empleador respecto de los tiempos (horarios, pausas y días) que el trabajador debe estar en condición de servicio.

Trabajo por turnos

Es una estrategia para ampliar las horas de producción o servicios de una empresa que puede afectar el ritmo circadiano del cuerpo humano y repercutir en la vida social de los trabajadores.

Ritmo de trabajo

Representa la velocidad con que la producción es llevada a cabo a los fines de obtener los productos o servicios.

Autonomía

Refiere a los márgenes que posee el trabajador para determinar por sí mismo algunos aspectos inherentes a la pauta de trabajo, tales como: el orden, los métodos, las pausas, el ritmo, los horarios, las vacaciones.

Carga mental

Tiene que ver con el contenido y la cantidad de tareas que un trabajador debe afrontar, relacionadas con el tiempo de trabajo disponible para hacerlo.

Modalidad salarial

Las remuneraciones representan una compensación por el esfuerzo realizado por el trabajador con el objetivo de transformar un producto u otorgar un servicio. En ocasiones el salario tiene componentes variables (horas trabajadas y/o franjas relacionadas con la productividad o "premios") cuyo peso puede implicar un riesgo para la salud.

Apoyo social /reconocimiento

Es un conjunto de situaciones que se manifiestan en las relaciones laborales vinculadas con la valoración horizontal y vertical de los trabajadores.

Cambios en el lugar de trabajo

Los cambios deben prepararse tecnológica y psicológicamente previo a su implementación.

Claridad de rol

Este término refiere a la posible ambigüedad en el reparto y asignación de tareas y funciones.

Conflicto de rol

Aparece como riesgo cuando los valores del trabajador se contradicen con el contenido de las tareas que debe realizar.

Posibilidades de desarrollo

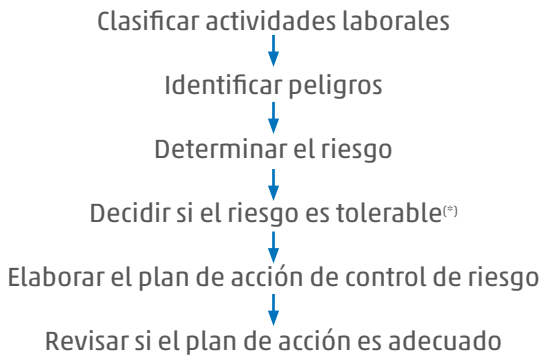
Se verá influenciada por la existencia y grados de implementación de reconocimiento, carrera administrativa, escalafones o calificación otorgada por el empleador.

ANEXO: EVALUACION DE RIESGOS LABORALES⁵⁰

La evaluación de riesgos laborales es uno de los componentes de los principios básicos de la política nacional de salud y seguridad en el trabajo, junto con la acción de combatir en su origen los riesgos del trabajo y desarrollar una cultura nacional de prevención en materia de seguridad y salud que incluya información, consultas y formación. (art. 3 Convenio 187 de OIT).

La implementación de Sistemas de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo por parte de los empleadores, trae beneficios para la salud de los trabajadores, quienes de hecho y derecho son los beneficiarios indiscutidos de este importante "tablero de herramientas". Los empleadores también se benefician al fijar un norte en la mejora continua y poder demostrar su compromiso con la Seguridad y Salud en el Trabajo. En tal sentido, podrá consultarse este tema en <https://www.argentina.gob.ar/srt/prevencion/sistemas-gestion-salud-seguridad>

Proceso



(*) Tolerable aquí significa que se ha reducido el riesgo hasta el nivel más bajo razonablemente factible.

⁵⁰ BS 8800:1996 Guide to occupational health and safety management systems.

Todos los hipervínculos mencionados en este documento fueron verificados en agosto de 2023.

ACTIVIDAD DE PESCA DE ALTURA: BUQUES POTEROS

Elaborado en el marco
de la Comisión Cuatripartita
del sector

www.argentina.gob.ar/srt

Redes Sociales: @SRTArgentina

Sarmiento 1962 (C1044AAD) | Ciudad Autónoma de Buenos Aires