



XUNTA  
DE GALICIA

PREVENCIÓN  
E SAÚDE LABORAL  
ANTE O CORONAVIRUS

MARISQUEO A FLOTE

[ceei.xunta.gal/coronavirus](http://ceei.xunta.gal/coronavirus)

Liña Empresas  900 815 600

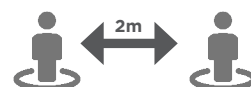
## ANTES DE IR AO TRABALLO

- ▶ **Non ir traballar con febre (> 37°)** ou **síntomas respiratorios** ou se houbo contacto próximo cunha persoa infectada.
- ▶ **Informarse das recomendacións** da autoridade sanitaria e do servizo de prevención ante o coronavirus.
- ▶ **Coñecer que persoas traballadoras son especialmente sensibles ao coronavirus.** No caso de dúbida consulte co seu médico.
- ▶ **Os desprazamentos** faranse mellor individuais seguindo as indicacións de mobilidade. No transporte colectivo é obrigado o uso da máscara.



## DISTANCIA DE SEGURIDADE

- ▶ **Gardar sempre que sexa posible, a distancia de seguridade de 2 metros** entre persoas na embarcación, puntos de control e na lonxa. Se non é posible, valoraranse outras alternativas como o uso de equipos de protección individual.
- ▶ **Durante a navegación,** os tripulantes colocaranse en sentido **labor-estribor** e **durante a extracción do recurso,** os tripulantes colocaranse en **sentido proa-popa,** maximizando a distancia de seguridade.
- ▶ **Evitar o saúdo con contacto físico.**
- ▶ **Evitar actividades grupais** en pantaláns, así como coincidir en espazos reducidos, como poden ser as casetas de armadores.



## MEDIDAS ORGANIZATIVAS

- ▶ Tanto nos locais destinados aos puntos de control como na lonxa, **signalizar as distancias mínimas no chan** mediante cintas adhesivas ou postes separadores. Se o control se realiza a flote, gardar a distancia de seguridade. Se non é posible, empregar máscara.
- ▶ **Difundir material informativo nas confrarías e asociacións** sobre os riscos de contaxio e a propagación do coronavirus, con especial atención ás vías de transmisión, as medidas da autoridade sanitaria e a actuación ante un caso sospeitoso.
- ▶ **Ordenar o acceso** aos puntos de control e ás lonxas, se é posible, gardando sempre a distancia de seguridade.
- ▶ Procurarase un **uso individual dos equipos de traballo** (raño, gancha, etc.) e evitarase, na medida do posible, a rotación do persoal.
- ▶ **Dispoñer de material** de limpeza, hixiene e protección persoal.
- ▶ **Se aparece un caso sospeitoso de COVID-19,** contactar co centro de saúde ou chamar ao teléfono **900 400 116.**



## HIXIENE E LIMPEZA

- ▶ **Lavar sempre as mans** antes de poñer as luvas de traballo e despois de quitalas. Evitar o uso de aneis, pulseiras, reloxos, etc. Secar as mans con panos desbotables. **As uñas** levaranse curtas e coidadas e o cabelo recollido.
- ▶ **Evitar tocar** os ollos, o nariz e a boca, xa que as mans facilitan a transmisión. Evitalo igualmente cando se usen luvas e máscara.
- ▶ **Cubrir as vías respiratorias** cun **pano desbotable** ou co antebrazo ao tusir ou esberrar e depositalo en bolsas e contedores de xeito adecuado.
- ▶ **Evitar compartir** ferramentas, utensilios e outros obxectos, sen limpalos previamente. Se non é posible, lavar as mans despois.
- ▶ **Protexer o produto extraído** de xeito que se garanta a súa hixiene, en recipientes apropiados.
- ▶ **Reforzar as tarefas de limpeza e desinfección** da embarcación, incidindo nas superficies de contacto habitual como manillas, pomos, varandas, temón, motor foraborda, etc. Pódense empregar os deterxentes habituais ou dilucións de lixivia comercial (aprox. 30 ml/litro auga).
- ▶ Dispoñer de xabón ou **solucións hidroalcohólicas,** panos desbotables e contedores con tapa, pedal e bolsas recambiables.
- ▶ **Evitar compartir comida, bebida e outros obxectos.**
- ▶ **Utilizar os equipos de protección individual (EPI) adecuados** a súa actividade laboral. Contar, ademais, con **luvas desbotables e máscaras.**
- ▶ **As máscaras hixiénicas ou cirúrxicas, son unha recomendación para a poboación xeral** cando non é posible manter a **distancia de seguridade** no traballo, na compra, en espazos pechados e na rúa.



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

A Coruña **981 182 329** [issga.coruna@xunta.gal](mailto:issga.coruna@xunta.gal)  
Lugo **982 294 300** [issga.lugo@xunta.gal](mailto:issga.lugo@xunta.gal)  
Ourense **988 386 395** [issga.ourense@xunta.gal](mailto:issga.ourense@xunta.gal)

Pontevedra **886 218 101** [issga.pontevedra@xunta.gal](mailto:issga.pontevedra@xunta.gal)  
Santiago **881 999 332** [issga@xunta.gal](mailto:issga@xunta.gal)