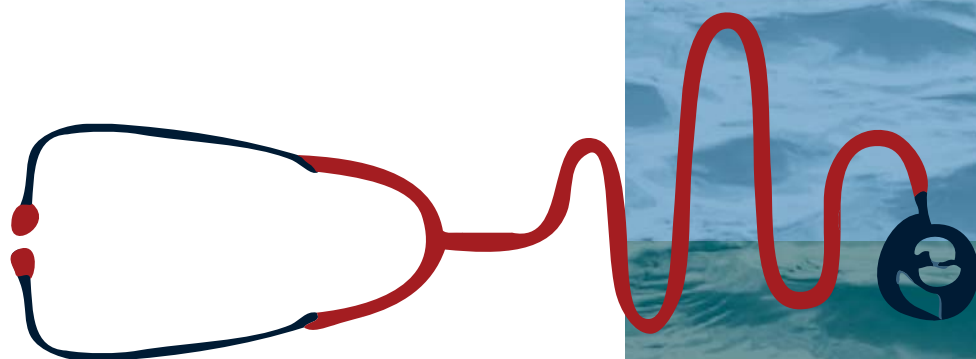




ARRANTZA SEKTOREAN OSASUNA ZAINZEKO GIDA

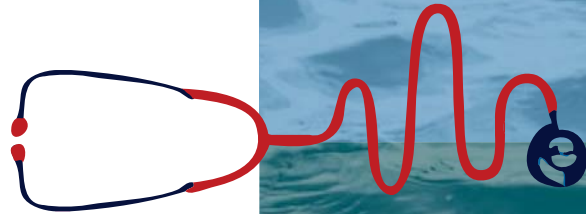


Instituto Galego
de Seguridade
e Saúde Laboral

INSTITUTO ASTURIANO DE
PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



OSALAN
Laneko Segurtasun eta
Osasunerako Euskal Erakundea
Instituto Vasco de Seguridad y
Salud Laborales



EGILEAK

GIDA HAU HONAKO HAUEK EGIN DUTE:

Medikuntza-arloan:

Egileak:

Aitor Guisasola Yeregui. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

Nieves Lorenzo Espeso. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. ISSGA – Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral.

Iñigo Fernández Fernández. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. Osasun eta Gizarte Zerbitzuetako Kontseilaritza. Kantabriako Gobernua.

Helena Abigail Rodríguez González. Laneko erizaintzako erizain espezialista. IAPRL – Laneko Arriskuen Prebentziorako Asturiasko Erakundea.

Honako hauen lankidetzarekin:

Carlos Rodríguez Borrajo. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. IAPRL – Laneko Arriskuen Prebentziorako Asturiasko Erakundea.

Dulce M^a Platero García. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. IAPRL – Laneko Arriskuen Prebentziorako Asturiasko Erakundea.

Conchita Gutiérrez Cervera. Prebentzioko teknikaria. Osasun eta Gizarte Zerbitzuetako Kontseilaritza. Kantabriako Gobernua.

Arantza Lijó Bilbao. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

Arlo teknikoan:

Egileak:

José Antonio Rodríguez Arribe. Prebentzioko teknikaria. ISSGA – Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral.

Iñaki Zubia Díaz. Prebentzioko teknikaria. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

M^a Isabel García Leal. Prebentzioko teknikaria. ICASST – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Kantabriako Erakundea.

Koordinazioa:

Aitor Guisasola Yeregui. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

Ikuskapena:

José Rega Piñeiro. Prebentzioko teknikaria. ISSGA – Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral.

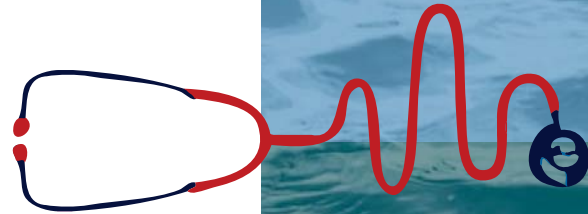
Pedro Pablo Uriarte Astarloa. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

José Antonio Vázquez Grueiro. Prebentzioko teknikaria. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

AURKIBIDEA

Sarrera	7
Sektorearen ikuspegia	10
Justifikazioa.....	15
Helburuak.....	19
Aplikazio-eremua.....	21
Metodologia.....	24
Osasunaren zaintza	35
Definizioa	36
Zaintza indibiduala	41
Zaintza kolektiboa	48
Prebentzioko diziplinen jardura koordinatua.....	60
Lehen laguntzak	63
Osasunaren sustapena	66
Osasunaren zaintza haurdunaldian eta edoskitzaroan.....	69
Fase, zeregin, azpizeregin eta arriskuen matrizea	73
Txaneleko akuikultura.....	74
Kazaco arrantza.....	75
Beita biziko arrantza	76
Ingurasarea.....	77
Mailasarea	78
Lerro bertikala.....	79
Ur gaineko itsaski-bilketa (atoian eramandako arrantza-tresnak)	80
Ur gaineko itsaski-bilketa (eskuzkoa)	81
Otarreak	82
Tretza	83
Osasun-azterketako fitxak arriskuen arabera.....	84
Arrisku ergononimikoa	85
Kargak eskuz manipulatzea eta indarren aplikazioarekin bultzatzea eta arrastatzea	85
Mugimendu errepikatuak, jarrera behartuak eta presioagatiko neuropatiak.....	86
Bi oinen gainean luzaroan egotea.....	92
Arrisku higienikoa	93
Zarata	93
Gorputz osoko bibrazioak	94
Erradiazio ultramorea (eguzkia)	96
Hotza	97

Hezetasuna	99
Beroa	100
Dermatosia.....	102
Asma okupazionala	103
Arrisku psikosoziala.....	104
Glosarioa	106
Bibliografia.....	114



SARRERA

SARRERA

EAE, Kantabria, Asturias eta Galiziako Laneko Segurtasun eta Osasunerako Erakundeek urteak daramatzate jarduerak garatzen euren autonomia-erkidegoetan laneko arriskuen prebentzioaren arloan enpresari eta langileen mesedetan. Baina badakite aurre egin beharreko errealitate asko komunak direla eta, horregatik, premiazkoak dira lankidetzaren eta ahaleginetan bat egitea, are gehiago bizi garen une honetan, derrigorrezkoa baita eskura ditugun baliabideak ahalik eta ongien baliatzea eta jarduera-arlo eta -sektore guztietan elkarlanean lan egitean sortzen diren baturak eta sinergiak lehenetsi behar baitira.

Lau autonomia-erkidego horietako bizitza sozial eta ekonomikoari oso lotuta dagoenez, arrantza da errealitate komun horietako bat. Horrela, Espainiako Ipar-mendebaldeko Kantauriko itsasertzean kokatutako Laneko Segurtasun eta Osasun Erakundeek zuzendaritzek sektorean elkarlanean aritzea erabaki zuten: sektoreak, dudarik gabe, bere espezifikotasunak ditu erkidego bakoitzean, baina bere alderdi komunak dira gauzarik esanguratsuena eta erabakigarriena.

Arriskuko jardueren artean LANEk (Lanaren Nazioarteko Erakundea) arriskutsuenetakotzat jotzen duen sektoreetako bat da arrantza. Batetik, arrantza-ontzietako baldintza espezifikoak, batez ere lan egiteko eta bizitzeko baldintza gogorak eta, bestetik, lan hori, askotan, eguraldi txarraren, eguraldi txarrak berekin dituen arriskuen eta itsasoko indarren suhertasunaren eraginpean egoteagatik, arriskuko egoeretan egin behar izatea dira itsasoko arrantzarekin lotutako lanbideetan izaten diren heriotzen eragin-indizea hain handia izatearen kausak (2. taula eta 3. taula). Arrantzak, egia esan, ekoizpen-sektore guztien arteko ezbehar-tasa handienetakoa du, batez ere istripu larrien kasuetan, lehen adierazi dugun bezala, itsasoko ezbehar bat izaten denean areagotu egiten dena. Hori dela eta, itsasoko segurtasuna betidanik izan da arlo horretan egindako ahaleginak bereganatu dituen kezketako bat.

Langile horiek gainazal mugikor baten gainean egiten dute lan, etengabeko oreka ezegonkorreko egoeran. Askotan, gainera, eguraldi-baldintza txarretan aritzen dira, "parteko soldatarekin" ordainduta eta, oro har, bizigarritasun- eta bizikidetasun-baldintza oso txarretan. Hala, bizkarreko jardueraren, arrantza-tresnen erabileraren eta agente fisiko, kimiko eta biologikoen eraginpean egotearen ondoriozko arrisku-egoerak sortzen dira arrantza-ontzian, brankatik popara eta ababorretik istiborrera. Lanak ahalegin handia eskatzen du eta harrapaketen arabera garatzen diren lanegun luze eta gogorretan luzatzen da, espazio eta denboren etenik gabe lan egiteko eta atsedean hartzeko erabiltzen den leku txiki batera mugatutako bizikidetzaren ondoriozko arrisku psikosozialeko faktoreen eraginpean egoteko larrigarriarekin.

Arrantza-jardueraren arriskuak arrantza-tresnak askatu eta biratzeko erabiltzen den askotariko tresneriarekin egindako lanaren, eguraldi-baldintza txarren eraginpean egotearen eta harrapaketak manipulatzeko, arrantza-tresnetatik askatzean, bizkarrean edo sotoetan estibatzean edo portuan deskargatzean egiten diren gehiegizko esfortzuen ondoriozkoak dira gehien bat. Arrantza-mota bakoitzak maniobra espezifikoak egitea eta makina desberdinak erabiltzea eskatzen du eta, horregatik, arriskuak ere aldatu egiten dira batzuetatik besteetara. Arrantza-mota guztietan, lanak hainbat fase ditu eta fase bakoitzean hainbat zeregin daude, aldi berean azpizereginetan banatzen direnak. Hala, azpizeregin, zeregin eta fase bakoitza betetzearekin lotutako arriskuak daude.

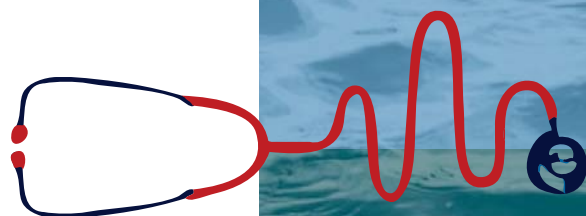
Galizia, Asturias, Kantabria eta EAEko laneko segurtasun eta osasunerako erakundeek, euren autonomia-erkidegoetako ekonomietan garrantzi handia duen sektore honetan prebentziozko beste proiektu batzuk lehendik garatzen ari ziren arren, Osasuna Zaintzeko Gida hau egiteko erabakia hartu zuten. Horretarako, Erakunde horietako teknikari eta medikuek osatutako diziiplina anitzeko talde bat eratu zen eta talde horrek egin du gida, urratsez urrats, Laneko Arriskuen Prebentzioko Legearen printzipioei erreparatuta, hau da, lanpostuen eta lanpostu horiekin lotutako arriskuen ezagutzari eta lanpostu horietako osasunaren zaintzari erreparatuta.

Lanpostua eta langileak jasaten dituen arriskuak xehetasunez ezagutzeak aukera ematen die laneko medikuari eta erizainari haien ondorioz langileak osasunean izan ditzakeen kalteak arriskuekin erlazionatzeko eta osasunaren zaintza espezifiko egiteko oinarria ematen diote. Horrela, goiz identifika dezakete kalte horien sorrera eta, prebentzioko teknikariarekin batera, lanposturako prebentzio-neurri egokienak gomendatzen dituzte.

Gida hainbat fasetan garatuko da eta orain aurkeztutako lana fase horietako lehenengoari dagokio. Lan honetan osasunaren zaintza jorratu da **baxurako arrantzaren eta artisau-arrantzaren floten** esparruan. Hainbat lanek osatuko duten sailaren lehen atala da. Oinezko itsaski-bilketarekin eta arrantzako jarduera laguntzaileekin eta alturako eta altura handiko arrantzarako flotekin amaituko da.

Baxurako arrantzako eta artisau-arrantzako flotekin hastearen arrazoia, batetik, jende kopuru handienari enplegu ematea da eta, bestetik, era horretako artisau-ontzietan lan egiten duten arrantzaleek osasuna babesteko sistema gutxiago antolatuta izatea, gehienak norbere konturako langileak direlako eta, ondorioz, jardueren koordinazioari buruzko Errege Dekretua aplikatzearen ondoriozko prebentziozko erantzukizunak soilik hartu dituztelako.

Espero dugu arrantza-sektorean Osasuna Zaintzeko Gidaren lehen atal hau tresna baliagarria izango dela laneko arriskuak prebenitzeko arloan.



SEKTOREAREN IKUSPEGIA

ITSASERTZA, LANGILEAK ETA FLOTA

Espainiak **kosta-luzera** handia du; gutxi gorabehera 4.830 km-ko itsasertza penintsulan eta 4.405 km-koa uharteetan. Aipaturiko lau autonomia-erkidegoen artean (Galizia, Kantabria, Asturiasko Printzerria eta EAE) 2.429 km-ko itsasertza dute.



Iturria: lanketa propioa Sustapen Ministerioaren datuetan oinarrituta. Institutu Geografiko Nazionala

Itsasoko Gizarte Institutuak emandako datuen arabera, gure herrialdean Itsasoko Erregimen Berezian alta emandako **langile** kopurua 39.861 lagunekoa zen 2011ko ekainaren 7an. Horietatik, 19.169 lagunek Kantauriko ipar-mendebaldeko itsasertzeko autonomia-erkidegoetan egiten dute lan. Horrek esan nahi du herrialde osoan itsasoan lan egiten duten langileen ia erdiak direla. Baina ez dute denek lan bera egiten. Batzuk ontziratu egiten dira eta beste batzuk ontziratu beharrik ez duten lanetan aritzen dira. Hala, batzuk itsaskiak biltzen aritzen dira, beste batzuk sareak konpontzen eta beste batzuk arraina deskargatzen, garbitzen, paketatzen eta portuetan banatzeko prestatzen, esaterako, paketatzaileak eta neskatilak. Euskal Herrian horrela deitzen zaio emakumez osatutako kolektibo horri.

Itsasoko Gizarte Institutuaren arabera, Erregistro Gordineko 10 Tona (EGT) baino gutxiagoko ontzietan egindakoa da baxurako arrantza, 10 eta 50 EGT arteko ontzietan egindakoa itsasbazterreko arrantza eta 50 EGT baino gehiagoko ontziek egindakoa alturako edo altura handiko arrantza.

Saillkapen horren arabera, Kantauriko ipar-mendebaldeko autonomia-erkidegoetan Itsasoko Erregimen Berezian afiliatutako langile kopurua honako hau da:

- Itsasertzeko eta baxurako arrantzan:
 - Galizia: 7.618 langile
 - Asturias: 670 langile
 - Kantabria: 287 langile
 - EAE: 246 langile

- Alturako eta altura handiko arrantza:

- Galizia: 6.296 langile
- Asturias: 385 langile
- Kantabria: 576 langile
- EAE: 2.102 langile

Iturria: Itsasoko Gizarte Institutua. Lan eta Immigrazio Ministerioa

Flotaren tamainari dagokionez, hurrengo taulak erakutsiko digu Kantauriko ipar-mendebaldeko autonomia-erkidegoetan errolatutako ontzi kopurua. “Operatibotzat” jo dira erreferentziako datan aktibo-egoeran eta arrantza-modalitate bateko errolda bati esleituta zeuden ontziak.

I. taula - Flotaren tamaina

	ONTZI KOP.		ETG		POTENTZIA CV		LUZERA OSOA
	GUZTIRA	%	GUZTIRA	%	GUZTIRA	%	BATEZ BESTEKOA
 GALIZIA	5.198	% 46,76	187.431	% 42,70	450.374	% 33,86	8,95
 ASTURIAS	339	% 3,05	9.372	% 2,13	32.867	% 2,47	11,52
 KANTABRIA	168	% 1,51	10.726	% 2,44	34.733	% 2,61	18,15
 EAE	263	% 2,37	84.040	% 19,14	192.027	% 14,44	27,73

Iturria: lanketa propioa Ingurumen, Landagune eta Itsas Inguruetako Ministerioaren (ILIIM) datuetan oinarrituta

EZBEHAR-TASA

Bajadun **lan-istripuen** intzidentzia-indizeek, istripu kopuruaren arabera, eta horien larritasunak, ondorioen arabera, arrantza-sektoreak gainerako ekoizpen-jardueren artean duen kokapenaren arrastoa ematen digute.

2. taula - Istripu kopurua ehun mila langileko

		2006	2007	2008	2009
	GUZTIRA	5.880	5.760	5.069	4.131
	SEKTOREAK				
	Nekazaritza	2.558	2.653	2.654	2.563
	Nekazaritzaz kanpokoak	6.132	5.983	5.236	4.253
	Industria	9.582	9.427	8.380	6.573
	Eraikuntza	12.735	12.393	10.684	8.980
	Zerbitzuak	3.945	3.874	3.588	3.141
	DIBISIOAK				
01	Nekazaritza, abeltzaintza, ehiza eta horiekin loturiko zerbitzuak	2.111	2.157	2.175	2.084
02	Basogintza eta baso-ustiapea	26.787	19.084	16.335	15.868
03	Arrantza eta akuikultura	6.593	6.884	6.427	6.668

Iturria: lanketa propioa LIMMren ezbehar-datueta oinarrituta

2010eko datuek, istripuen larritasunaren arabera xehatuta, aurreko urteko datuen antzeko zifrak dituzte.

3. taula - Intzidentzia-tasak – 2010

		Guztira	Arinak	Larriak	Hilgarriak
ESPAINIAN GUZTIRA	LI KOP.	553.915	548.554	4.805	556
	INTZIDENTZIA-INDIZEA	3764,80	3728,36	32,66	3,78
ARRANTZA	LI KOP.	2.877	2.778	87	12
	INTZIDENTZIA-INDIZEA	6591,47	6364,65	199,32	27,49

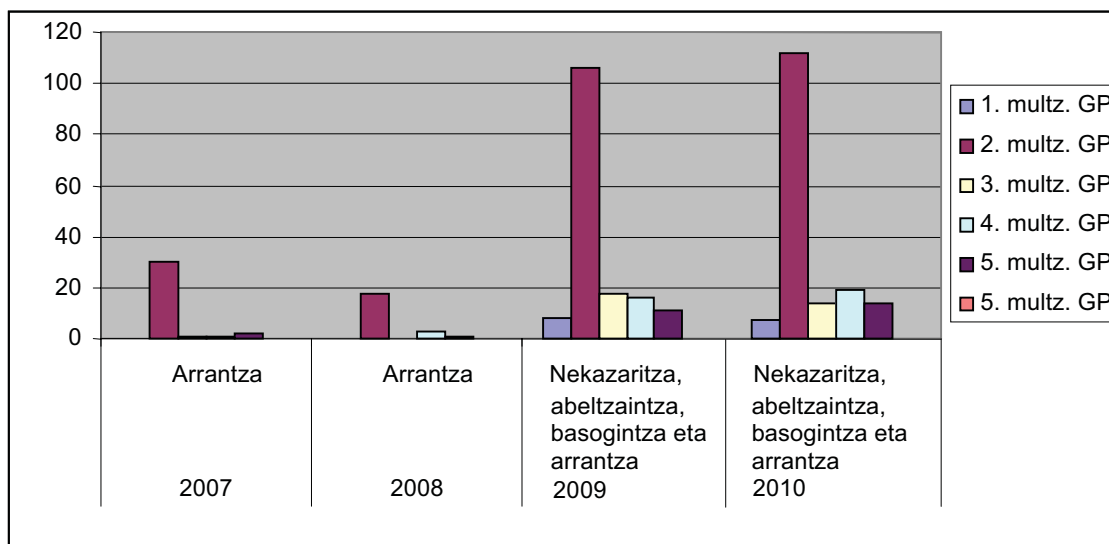
Iturria: lanketa propioa LIMMren ezbehar-datueta oinarrituta

Zifra horiek erakusten dute arantza-sektoreko lanak, basogintza eta eraikuntza garatutako beste lan batzuekin batera, ezbehar-tasa handienetakoa duela eta, horregatik, ahalegin handiak egin behar direla ezbehar horiek eragiten dituzten arriskuak prebenitzeko. Administrazioa ari da ahalegin horiek egiten, sektorerazuzendutako prebentzio-plan eta -programa bihurtzen ari diren ahaleginak.

Deklaratutako **gaixotasun profesionalak** ezagutzeak, bestalde, agente fisikoek eragindako gaixotasunen multzoan zentratutako prebentzioa ezartzeko premia adierazten digu: zarata, jarrera behartuak eta mugimendu errepikatuak dira gaixotasun profesionala deklaratzeko kausa nagusiak.

Beharrezkoa da langileek jasaten dituzten agente biologikoek eragindako arriskuen inguruko prebentzioa ezartzea ere. Baita azalari eragiten dioten agenteek eragindako arriskuen ingurukoa ere, esaterako, eguzki-argiaren eraginpean egotearen ingurukoa, eta itsasoan erabiltzen diren tresna eta produktuak manipulatzeko baldintzekin zerikusia duten arriskuen ingurukoa.

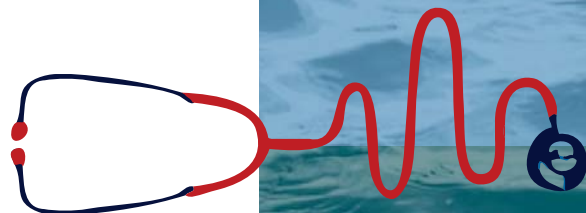
I. irudia - Gaixotasun profesionalak



4. taula - Bajadun gaixotasun profesionalak

BAJADUN GAIXOTASUN PROFESIONALAK, MULTZOKA, ARRANTZA-SEKTOREAN CEPROSS-I JAKINARAZITAKOAK				
	2007	2008	2009	2010
	Arrantza	Arrantza	Nekazaritza, abeltzaintza, basogintza eta arrantza	Nekazaritza, abeltzaintza, basogintza eta arrantza
1. multzoko GP			8	7
2. multzoko GP	30	18	106	112
3. multzoko GP	1		18	14
4. multzoko GP	1	3	16	19
5. multzoko GP	2	1	11	14
6. multzoko GP				

Iturria: lanketa propioa Gaixotasun profesionalen behatokiaren datuetan oinarrituta



JUSTIFIKAZIOA

JUSTIFIKAZIOA

Langileen osasunaren zaintza espezifikoaren kalitatea hobetzeko helburuarekin sortu da Gida. Lan-baldintzei eta lan-baldintza horiek langileen osasunean dituzten ondorioei lotutako zaintza da.

Arrantza-ontzietan egiten den lan-jardueraren eta ekoizpen-jardueraren beste adar batzuetan egiten denaren artean alde handiak daudela adierazten duen errealitatetik abiatzen da, izan ere, itsasoko jarduerak, hasteko, lan egiten den ingurunea ezartzen du. Horregatik, itsasoko segurtasuna betidanik izan da arlo horretan egindako ahaleginak bildu dituen kezka eta, hein batean, horrexegatik, marinelek ontzietan egiten duten lanari lotutako segurtasunak bigarren mailako tokia izan du nabigazioko arriskuen ondoan. Baina itsasoko ezbeharren ondoriozko heriotzen kopuruak ez du gainditu flota osoan izaten direnen % 25. Heriotzen % 75 ontzian egiten den lan-jardueraren ondoriozkoak dira. Beraz, itsasoko istripuen prebentzioaren kalterik gabe, arriskuak prebenitzeko ahaleginak lan-jarduerara eta horren ondorioetara zuzendu behar dira batik bat.

Laneko Arriskuak Prebenitzeko Legeak xedatzen ditu laneko segurtasunaren eta osasunaren gaineko jarduerak bete behar dituzten printzipio orokorrak. Legea indarrean sartzeak, beste lorpen batzuen artean, lan-esparruko prebentzio-jarduerak nahitaez **langile guztietara** hedatzea eragin zuen eta legea arrantza-sektorean aplikatzeak langile guztiak, ontziratzen direnak eta ez direnak, gure gizarteko gainerako ekoizpen-sektoreetako langileekin berdintzea eragin du.

Lege horrek eta **Prebentzio Zerbitzuen Araudia** onartzen duen **Errege Dekretuak**, langileen osasuna babesteko maila egokia lortzeko ezinbestekoak diren berme eta erantzukizunen oinarritzko gorputza zehaztuta, laneko arriskuen prebentzioa proiektatzen den une beretik enpresa-jardueran txertatzea xedatzen dute eta enpresariari esleitzen dizkiote enpresako prebentzio-jarduera antolatzeko erantzukizunak. Hori dela eta, **enpresaria behartuta dago prebentzioa antolatzeko** eredu bat ezartzera, prebentzioko lau diziplinetan egin beharreko funtzio, jarduera eta zeregin guztiak gauzatuko dituela bermatzen duena, laneko medikuntza barne.

Laneko Arriskuen Prebentziorako Legeko 14. artikulua xedatzen du langileen osasun-egoera zaintzeko eskubidea, eta baita zaintza hori bermatzeko enpresariaren betebeharra ere. Osasunaren zaintzaren ezaugarriak eta edukia Lege horretako 22. artikuluan eta Prebentzio Zerbitzuen Araudiko 37.3 artikuluan daude zehaztuta.

Libro Blanco de la vigilancia de la salud para la prevención de riesgos laborales deitukoak, Osasunaren Lurralde arteko Kontseiluaren Osasun Publikoko Batzordearen Laneko Osasunaren Lantaldeak onartu eta Osasun eta Kontsumo Ministerioak 2004ean argitaratutakoak, langileen osasunaren zaintzak nolakoa izan behar duen garatzen du, osasun-azterketa soiletara ezin dela mugatu argitzen du eta laneko arriskuen prebentzioaren parte izan behar duela xedatzen du; horren arabera, laneko medikuntzak bere arloko jarduera eskusiboak eta prebentzio-zerbitzuaren gainerako arloekin koordinatuta egiten dituenak gauzatu behar ditu.

Arrantza-sektorean, ontziratzen diren pertsonak ezinbestekoa dute euren laneko zereginak betetzeko gaikuntza lortzea. Gaikuntza hori lortzeko aurretiko eta aldizkako osasun-azterketak gainditu behar dira, langileari bere okupazioa betetzen jarraitzeko aukera ematen diotenak eskatzailearen baldintza

psikofisikoak lanpostuaren ezaugarriekin bateragarriak direla eta langile horren eta tripulazioko gainerako kideen osasuna eta segurtasuna arriskuan jartzen ez dituztela bermatzen duten heinean.

Itsasontzietan ontziratze osasun-azterketak arautzen dituen Errege Dekretuak honako hau dio 1.2 artikuluan: “errege-dekretu honetan aurreikusitako osasun-azterketak egin behar dira, Laneko Arriskuen Prebentziorako Legeko 22. artikuluan eta bere garapen-arauetan xedatutakoa betez, enpresariaren eskumeneko gainerako betebeharren kalterik gabe”.

Ontziratze osasun-azterketak egiteak esan nahi du jakineko jarduketa bat, esaterako, osasun-azterketa bat, jakineko une batean joko dela egindakotzat eta langileen osasunaren zaintza definitzen duten laneko arriskuen prebentziora zuzendutako norbanako nahiz kolektibitateen inguruko gainerako jarduerak gauzatu gabe geratuko direla, Prebentzio Legeko 22. artikulua jasotzen duen bezala.

Beraz, osasun-azterketa bat egiteko jardura puntuala osatu egin behar da. Eta osasuna zaintzeko osasun-azterketen oinarria eta helburuak ontziratzearen desberdinak diren arren, ontziratze osasun-azterketak osatu egin behar dira beste hainbat konturekin: osasun-arrazoiengatik lanetik luzaroan falta izan ondoren egin beharreko langileen osasunaren ebaluazioa, prebentzio-zerbitzuko pertsonal sanitarioak osasun-arrazoiengatik lanera joan gabe geratutako aldiak ezagutzea, langileen osasunaren zaintzaren eta arriskuen ebaluazioaren emaitzak irizpide epidemiologikoekin aztertzea, laneko arriskuen eraginpean egotearen eta osasunerako kalteen arteko erlazio posibleak ikertu eta aztertzeko xedez, prebentzio-zerbitzuko gainerako kideekin elkarlanean aritzea eta laneko baldintzak eta ingurumena hobetzera zuzendutako neurriak proposatzea. Osasunaren zaintzan sartzen dira, batetik, osasunerako arrisku berriak dituzten zeregin espezifikoak esleitu ondoren hasierako osasun-azterketak egiteko eskaintza, bestetik, haurdunaldi-egoeran edo erditu berriko egoeran dauden langileei, adingabeei eta arrisku jakin batzuekiko bereziki sentikorrak diren langileei eragin diezaieketen arriskuen azterketa eta balorazioa, eta baita prebentzio-neurri egokien proposamena ere. Langileen osasuna zaintzeko osasun-azterketak lan-baldintzetan antzemandako arriskuen arabera egiten direnez, kontuan izan behar da horien periodikotasuna administrazioak ontziratze osasun-azterketetarako finkatutako periodikotasunaren desberdina dela.

Ontziratzen ez diren langileen kasuan, enpresariak osotasunean hartu behar du bere gain haien osasunaren zaintza, hau da, hitzarmena sinatu duen prebentzio-zerbitzuak hasierako eta aldizkako osasun-azterketak ere egin beharko ditu.

Arrazoi horiek medio, beharrezkotzat jotzen da oinarritzko gida hau egin eta argitaratzea, izan ere, sektoreko arrisku espezifikoetan oinarrituta eta arrantza-modalitateen arabera bideratzen ditu langileen osasuna zaintzeko jarduerak. Gidak **leiala da prebentzio-zerbitzuek betetzen dituzten prebentzio-jardura sanitarioak bideratzen dituzten printzipioekiko**. Lanpostuaren eta lanpostu horrek berekin dituen arriskuen ezagutza xehatuaren parte batek lanpostuak deskribatzeko moduari buruz orientatzen du eta arriskuen ebaluazioa egiteko oinarria ezartzen du, lanpostu bakoitzak eta ontzi bakoitzak izan beharko luketena.

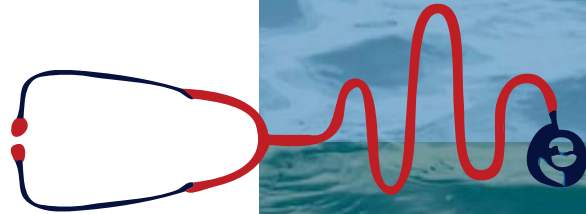
Prebentzio Zerbitzuen Araudiko 37.3 artikulua adierazten du osasunaren zaintzak protokolo espezifikoak bete beharko dituela edo langileak dituen arrisku-faktoreekiko beste bitarteko batzuk.

Osasun-azterketetan historia kliniko eta laborala ere sartuko dela xedatzen du. Anamnesi, azterketa kliniko eta kontrol biologikoari buruzko datuez eta **lanak berekin dituen arriskuen araberako** azterlan osagarriez gain, **lanpostuaren deskripzio xehatua**, lanpostuan egindako denbora, lan-baldintzen azterketan aurkitutako arriskuak eta **hartutako prebentzio-neurriak** ere jasoko dira historian.

Lan egiteko modu hori **diziplina anitzekoa** soilik izan daiteke eta prebentzio-teknikariek eta laneko medikuek euren arteko elkarlanaren fruituak azaldu beharko lituzkete. Hala, laneko medikuak eta erizainak, zereginen eta arriskuen jakitun, osasunari zer kalte-mota eragin diezazkieketen jakin ahal izango dute eta osasunaren zaintza espezifikoa egin ahal izango dute, kalte horiek goiz identifikatzeko eta prebentzio-neurri egokienak gomendatzeko aukera emanda, prebentzio-teknikariarekin batera egiten duten lanari egiten dioten ekarpen gisa. Zentzu horretan, **osasunaren zaintza kolektiboan** jarritako enfasiak funtsezko balioa hartzen du, nabarmendu egin behar dena.

Espiritu horretan oinarritu da gida eta prebentzioko teknikarien eta laneko mediku eta erizainen arteko elkarlanean dago bere balio handiena, langileen osasunaren zaintza espezifikoaren oinarria baita.

Horixe da aurkeztu nahi den lana eta espero dugu langile eta enpresarien onerako izango dela laneko arriskuen prebentzioaren arloan.



HELBURUAK

HELBURUAK

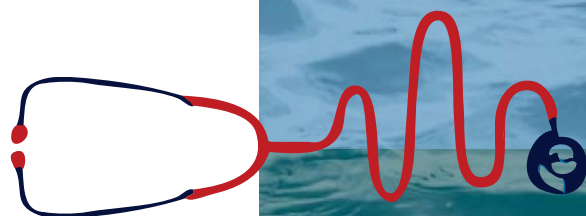
Gidaren helburu nagusia arrantza-sektoreko langileen osasunaren zaintza espezifiko modu egokian ezartzeko orientazio zuzena eta tresnak eskaintzea da, laneko segurtasun eta osasun arloan babes eraginkorra izateko eskubidea berma dadin.

- Jarduerak eta sektoreko langileen lanpostuek eurekin dituzten arriskuen inguruan osasunaren zaintza espezifiko eta indibiduala lortzeko tresna gisa sortu da gida.
- Osasunaren zaintza kolektibo eta espezifiko gauzatzeko tresnak jartzen ditu, arrantza-sektoreko lanean segurtasun- eta osasun-adierazle batzuk lortzeko helburuarekin, bai enpresan eta bai autonomian, estatuan eta erkidegoan. Adierazle horien bitartez, prebentzio-estrategiak ezarri ahal izango dira eta sektoreko lan-baldintzak hobetzeko ezarritako helburuen lorpen-maila baloratu.
- Gaixotasun profesionalak eta sektoreko lanarekin zerikusia duten gaixotasunak detektatzeko tresnak ematen ditu eta, modu horretan, haien ezagutza eta komunikazioa eta haien inguruko prebentzio-jarduerak martxan jartzea errazten dira.

Gida honen helburua da sektoreko arriskuen ebaluazioa errazteko mekanismoak eskaintzea ere.

- Sektorearen zati bat osatzen duten flota, arrantza-tresna eta azpitresna motaren arabera laneko arriskuak identifikatu eta ebaluatzen laguntzeko gida garatzen da bertan.
- Tresna hori ezinbestekoa da langileen osasunaren zaintza jasaten dituzten arriskuen arabera izan dadin.

Azkenik, gidaren helburua da arrantza-sektoreko langileen osasunaren zaintzan nahasitako agenteen arteko koordinazioa erraztuko duten mekanismoak eta tresnak ezartzeko premia, prebentzio-zerbitzu bakoitzaren egituraren barruan nahiz kanpoan.



APLIKAZIO-EREMUA

APLIKAZIO-EREMUA

Langileen osasunaren zaintzaren inguruko alderdi guztiak hartzen ditu gidak. Bere kontzeptuaren garapenetik abiatzen da eta prebentzio-zerbitzuen osasun-arloak laneko arriskuei buruzko gure araudian oinarrituta dituen jarduera guztiak gauzatzen ditu.

Langileen osasunaren zaintza espezifikoa langile horiek jasaten dituzten laneko arriskuen ezagutza oinarrituta egon behar du eta arrisku horiek saihesteko aukera emango duen prebentziozko erantzuna eman ahal izateko, haietatik sor daitezkeen osasun-arazoetan zentratzea eskatzen du.

Ontzietako arriskuen ebaluazioa egiteko eredia eskaintzen du gidak, **ezinezkoa delako arriskua modu generikoan ebaluatzea**. Arrantza-ontzietako aparailuen eta tresnen aniztasunak ezinezkoa egingo luke hori gauzatzea. Arriskua lokalizatzeko aukera ematen duen tresna bat eskaintzen du, arrisku hori ezagutu eta neurtu ahal izateko. Horrela egiteak gidaren erabiltzaileari **zorrozatasun** handiagoa ematen diola ulertzen da.

Deskribatutako edozein arrisku mehatxu bihur daitekeela pentsatzetik hasita eta bere tamaina kontuan izan gabe, kasu bakoitzean **osasuna zaintzeko** zer protokolo aplikatu daitekeen xedatzen du gidak, erabil daitezkeen osasun-proba eta -azterketei buruz orientatuta, medikuaren aginduz gehitzearen kalterik gabe.

Arriskuen ebaluazioaren kasuan bezala, ezinbestekoa da azpimarratzea **osasunaren zaintza** jakineko osasun-proba batzuk zeregin-multzo batean sartutako **langileei orokorrean esleitzetik ezin dela atera**. Langile horien osasunaren zaintza nola egingo den erabakitzeko, euren lanpostuaren deskripzio xehatua, jasaten dituzten arriskuak eta horien handitasuna, arriskuaren eraginpean igarotako denbora eta hartutako prebentzio-neurriak ezagutu behar dira, Prebentzio Zerbitzuen Araudiko 37.3 artikuluan jasota dagoen bezala.

Horregatik, gidak, arrantza-moten eta arrantza-mota bakoitzeko zeregin eta azpizereginen arabera lanpostuen deskripzioari eskaintzen dio bere edukiaren zati bat, berekin dituen **arriskuak** deskribatuz. **Arriskuen ebaluazioa** kasu partikular bakoitzean ezagutu beharko du gidaren erabiltzaileak, kasu bakoitzerako **osasun-proba** egokien aplikazioa zehaztu beharko dutenak.

Honako arrantza-mota hauetan aritzen diren baxurako flotako eta artisau-flotako langileen osasuna zaintzea da gida honen helburua:

	Txaneleko akuikultura
	Kazako arrantza
	Beita biziko arrantza
	Itsasertzeko ingurasarea
	Mailasarea
	Lerro bertikala
	Ur gaineko itsaski-bilketa, atoiari eramaneko arrantza-tresnak
	Ur gaineko itsaski-bilketa, eskuzkoa
	Otarreak
	Hondoko tretza



METODOLOGIA

METODOLOGIA

Gidak hiru zati bereizten ditu: Laneko Arriskuen Prebentziorako Legea betez prebentzio-zerbitzuetako osasun-arloak egin behar dituen jarduerak planteatzen dituen, lanpostua ezagutu arterainoko bidea garatzen duena eta, lanpostuaren deskripzio xehatutik eta arriskuen identifikaziotik abiatuta, langileen osasunaren zaintza espezifiko, indibidual eta kolektiboraino iristen dena.

Lan horren premisek honako hauek eskatzen dituzte:

- ✓ Sanitarioen eta prebentzioko teknikarien diziiplina anitzeko lana gida honen garapenean
 - ✓ Osasunaren zaintzaren espezifikotasuna
- ❖ Gidaren lehen zatiak Laneko Arriskuen Prebentzioko Legearen ondoriozko kontzeptuak jaso ditu, Langileen Osasunaren Zaintzaren Liburu Zurian jasota dauden bezala, baina arrantza-sektorerara egokituta.

Osasunaren zaintzaren epigrafearen pean honako kontzeptu hauek garatzen dira:

- Osasunaren zaintza
 - Osasunaren zaintza indibiduala
 - Osasunaren zaintza kolektiboa
 - Prebentzioko diziplinen jarduera koordinatua
 - Lehen laguntzak
 - Lanean osasuna sustatzea
- ❖ Gidaren bigarren zatiak arrantza-sektoreko langileen osasunaren zaintza modu egokian ezartzeko tresnak bideratu eta garatzen ditu.

Gida honen aplikazio-eremuaren atalean azaldu den bezala, langileen osasunaren zaintza espezifiko langile horiek jasaten dituzten laneko arriskuen ezagutza oinarrituta egon behar du eta arrisku horiek saihesteko aukera emango duen prebentziozko erantzuna eman ahal izateko, haietatik sor daitezkeen osasun-arazoetan zentratzea eskatzen du.

Laneko Arriskuen Prebentziorako Legeko 4. artikulua honela definitzen du **laneko arriskua**: langile batek bere lanaren ondorioz kalte jakin bat jasateko duen posibilitatea. Gertakari edo esposizio arriskutsu bat izateko aukeraren eta gertakariak edo esposizioak osasunean eragin dezakeen kalte edo narriaduraren konbinazioa da arriskua (OHSAS 18001).

Mehatxua osasunaren giza kalte edo narriadura gisa edo bien konbinazio gisa kaltea eragiteko ahalmena duen iturri bat, egoera bat edo ekintza bat da (OHSAS 18001). Iturri edo egoera batek ondorio kaltegarriak eragiteko duen ahalmena definitzen du.

Mehatxua egote hutsak ez du arrisku bihurtzen. Arriskua esposizioaren ondorioa da. Ez da nahikoa zerbait lantoki batean dagoela eta kaltea eragin dezakeela suposatzea. Ezinbestekoa da

mehatxuaren eraginpean egotea arriskuaz hitz egin ahal izateko, hau da, **probabilitateaz** hitz egin ahal izateko. Errealitate horretatik abiatuta, kontuan izan behar dira esposizio horretatik etor daitezkeen **ondorioak**. Orduan zehaztu ahal izango da arriskuaren handitasuna, prebentziozko jarduera planifikatzeko gida saihestezina.

Luzera bereko eta arrantza-mota berean aritzen diren bi ontziren adibidea jarriko dugu: antzeko ontziak direnez, bietako langileek itsasora erortzeko **mehatxua** dutela esan genezake, ingurune horretan lan egiten dutelako eta gerta litekeelako. Baina bi ontzietako batek baranda du karelean eta besteak ez. Beraz, langile bat itsasora erortzeko **probabilitatea** desberdina da bi ontzietan. **Ondorioak** dramatikoak izan daitezke. Arriskuaren handitasunaren ebaluazioa moderatua izango litzateke bi ontzietako batean eta jasanezina bestean. Horregatik aurreikusten da gidan arriskuen “identifikazioa” eta ez ebaluazioa. **Arriskuen ebaluazioa** kasu partikular bakoitzean ezagutu beharko du gida honen erabiltzaileak.

Aurkeztu den eta arriskuen ebaluazioaren lanean gida gisa erabili nahi den **arriskuen identifikazioa** egiteko honako urrats hauek egin dira:

- Elementu komunak elkartzea
- Flota hautatzea
- Arrantza-motak
- Faseak, zereginak eta azpizereginak
- Langileak
- Ontziko Arriskuen Forma Kodeak
- Fase, zeregin, azpizeregin eta arriskuen matrizea

Elementu komunak elkartzea

Kontuan izan behar da ontzien artean alde handiak daudela (luzera, pisu, etab.), askotariko arrantza-motak daudela eta lurralde-kokapenaren arabera ere, portuen ezaugarriak desberdinak direla. Aldakortasun handi horrek gomendagarri egiten du elementu komunen elkartzeak sortzea lan egin ahal izateko.

Kostatik ontziak lanean aritzen diren lekurainoko distantziak eta distantzia horri lotutako arrantza-motak aukera ematen dute horien lehen elkarketa egiteko, erabilitako ontziak nahiz arrantza-motak determinatzaile horiekin erlazionatuta daudelako. Hala, flota-motaren arabera lehen elkarketa egiten da:

- Artisau-arrantza
- Baxurako arrantza
- Alturako arrantza
- Altura handiko arrantza

Ontziratutako gabeko arrantza-modalitateak eta laguntza-lanetan aritzen diren langileak ere badaude.

Flota hautatzea

Flota bakoitzak hartzen dituen arrantza-mota ugariak eta arrantza-sektoreko ontziratutako gabeko langileak daudela kontuan hartuta, gomendagarria egiten dute gida hau egiten duen taldearen ahaleginak lehenestea, haietako batekin hasi eta ondorengo faseetan gainerakoekin jarraituta.

Artisau-flotarekin eta baxurako flotarekin eman zaio hasiera, batetik, pertsona gehien enplegatzen dituzten flotak direlako eta, bestetik, artisau-ontzietan lan egiten duten arrantzaleek osasuna babesteko sistema hain sistematizatua ez dutelako.

Arrantza-motak

Beste flotezikiko elementu komun eta bereizle bat aurkitu arren, baxurako artisau-arrantza ez da guztiz uniforme. Hain zuzen ere beste sailkapen bat egin behar izan da erabiltzen dituzten arrantza-moten arabera.

Kantauriko ipar-mendebaldeko baxurako artisau-flotak honako arrantza-mota hauek hartzen ditu batik bat:

- Txaneleko akuikultura
- Kazako arrantza
- Itsasertzeko ingurasarea
- Beita biziko arrantza
- Mailasarea
- Lerro bertikala
- Ur gaineko itsaski-bilketa, atoiaren eramandako arrantza-tresnak
- Ur gaineko itsaski-bilketa, eskuzkoa
- Otarreak
- Hondoko tretza

Faseak, zereginak eta azpizereginak

Arrantzan egiten diren lan guztiak fase, zeregin eta azpizereginetan bana daitezke. Honela definitzen dira:

- **Fasea:** une jakin batean egin behar den maniobraren arabera ontziko tripulatzaleek talde gisa egin behar duten etapa bakoitza hartzen du (adib: arrantza-tokirainoko nabigazioa, harrapaketa, etab.)
- **Zeregina:** laneko fase bakoitzeko lehen zatiketa hartzen du (adibidez, harrapaketa-fasean, beste batzuen artean, aparailua askatu eta biratzeko zereginak daude).
- **Azpizeregina:** zeregin bakoitza osatzen duten lan sekuentziatueta bakoitza hartzen du (adibidez, harrapaketa fasean eta aparailua askatzeko zereginaren barruan, buiak askatzeko eta aingurak askatzeko azpizereginak, beste batzuen artean).

Lanaren zati hori egiteko orduan arrantza-mota bakoitzeko faseak, zereginak eta azpizereginak ahal den neurrian homogeneousatu nahi izan dira, sortutako informazioaren tratamendu errazagoa egiteko aukera ematen duten antzeko blokeak identifikatzea bilatuz.

Estrategia horrekin arrantza-sektorean egiten den lan guztiaren jarraipen globala egitea lortzen da, arrantzaleek ontziratu aurretik, ontzian eta lehorreratzean egiten dituzten mugimenduak alde batera utzi gabe. Gida honen erabiltzaileari errealitatearen ideia argia izateko aukera ematen dion xehetasunezko ahalegin bat eskatzen duen lan-mota bat da.

Langileak

Lana pertsonak egiten dute eta laneko fase bakoitzeko zereginak eta azpizereginak langileek burutzen dituzte euren lanbide-espezializazioaren arabera. Hala ere, gauza jakina da baxura edo artisau-arrantzako ontzi batean tripulatzale guztiek egiten dituztela lan asko eta beste batzuk titulazioen arabera esleitzen direla. Hori dela eta, lau langile-talde definitzea erabaki zen, fase bakoitzeko zereginak eta azpizereginak batzuek ala besteek egiten dituzten kontuan hartuta. Horrek aukera ematen du pertsona bere lanean identifikatzeko, horretara zuzenduta baitago osasunaren zaintza. Honako hau da ateratzen den sailkapena:

- **TG:** “tripulazio guztiaren” erantzukizunak
- **PA:** “patroiaren” erantzukizun eksklusiboak
- **MO:** “motoristaren” erantzukizun eksklusiboak
- **MA:** “marinelaren” erantzukizun eksklusiboak

Zatiketa hori behar diren ñabardura guztiekin egiten da, zeregin eta azpizeregin askotan ontziaren egoeraren arabera orokortzeko erantzukizun eksklusiboa desegin

egiten delako. Hori dela eta, gidak ematen dituen tresnak erabilia, ontzi bakoitzeko lanpostu bakoitzeko arriskuen ebaluazioa egiten duenak kontuan hartu beharrekoa da hori.

Langileen osasunaren zaintza espezifikoki dagokionez, lan-metodo honek abantaila handia ematen du, osasunaren zaintza egingo zaion langilearen lanpostua xehetasunez ezagutzeko aukera ematen duelako. Langileak zer egiten duen, non, nola, zerekin, noiz eta zenbat denboran egiten duen adierazten duen xehetasuna emateak Prebentzio Zerbitzuen Araudiko 37.3 artikulua langilearen historia kliniko eta laborari buruz adierazten duenari erantzuten dio, hau da, behar den bezala ebaluatutako arrisku-faktoreek langileengan nola eragiten duten jakiteko ezinbestekoa den **lanpostuaren deskripzio xehatuari** erantzuten dio.

Ezagutza hori funtsezkoa da lan-baldintzek langileen osasunari nola eragiten dioten ulertzeko eta laneko medikuak enpresariari eta prebentzio-arloan erantzukizunak dituzten pertsonen langileak bere lanpostua betetzeko jarreraren inguruan edo babes- edo prebentzio-neurriak sartu edo hobetzeko premiaren inguruan egindako azterketetatik ateratzen diren ondorioen berri emateko, prebentzio-arloan dituzten betekizunak behar den bezala gara ditzaten.

Ontziko Arriskuen Forma Kodeak

Arrantza-modalitate bakoitzeko lan-fase bakoitzeko zereginak eta azpizereginak ezagutu ondoren, horiek gauzatzean sor daitezkeen arriskuak identifikatzea behar dugu. Horretarako zehaztu da **“Ontziko Arriskuen Forma Kodeak”** deiturikoa.

Laneko Segurtasun eta Higieneko Institutu Nazionalaren (LSHIN) Arrisku Kodeei buruz Euskal Autonomia Erkidegoko Arrantza Sektorean Laneko Arriskuen Prebentziorako Plan Integralaren (ITSASPREBEN) esparruan egindako aldaera batetik abiatzen da. Aldi berean, aldaera horretan beste aldaketa batzuk egin dira kode horiek gidaren errealitatera egokitzeko, item batzuk banatuz eta beste batzuk gehituz egoera hobeto definitu ahal izateko.

Aldatu eta eranstean diren kodeek honako hauekin dute zerikusia:

- Arrisku termohigrometrikoen eraginpean egotea
 - Bero handiaren eraginpean egotea
 - Hotz handiaren eraginpean egotea
 - Hezetasun-baldintza desegokiaren eraginpean egotea

- Erradiazioen eraginpean egotea
 - o Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea
 - o Ekipamenduek igorritako erradiazioen eraginpean egotea
- Arrisku ergonomikoak
 - o Bultzatzea eta arrastatzea
 - o Jarrera behartuak
 - o Mugimendu errepikakorrak
 - o Kargak eskuz manipulatzeko
- Pertsona oso sentikorrak
- Amatasuna
- Adingabeak
- Itsasora erortzea (gizakia uretara)

Kodeen behin betiko taula honako hau da:

Arriskuen Forma Kodea	
1	Beste maila batera erortzea
2	Maila berean erortzea
3	Lurreratzearen edo behea jotzearen ondorioz objektuak lurrera erortzea
4	Manipulatzen diren objektuak erortzea
5	Askatutako objektuak erortzea
6	Objektuen gainean zapaltzea
7	Geldirik dauden objektuen kontra talka egitea
8	Mugitzen ari diren objektuen kontra talka egitea
9	Objektu edo tresnekin kolpeak, ebakiak edo zulatuak egitea
10	Partikula-zatiak jaurtitzea
11	Objektuek edo objektu artean harrapatuta geratzea
12	Laneko ekipamenduak eta ibilgailuak iraulita harrapatuta geratzea
13	Gas edo lurrunengatiko asfixia
14	Arrisku termohigrometrikoen eraginpean egotea
14.1	Bero handiaren eraginpean egotea
14.2	Hotz handiaren eraginpean egotea
14.3	Hezetasun-baldintza desegokiaren eraginpean egotea
15	Ukipen termikoak
16	Ukipen elektrikoaren arriskuan egotea
17	Substantzia kaltegarrien eraginpean egotea
18	Substantzia kaustikoak ukitzea
19	Erradiazioen eraginpean egotea
19.1	Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea
19.2	Ekipamenduen erradiazioen eraginpean egotea
20	Leherketak
21	Suteak
22	Izaki biziek eragindako istripuak (hozkadak, helduak,...)
23	Ibilgailuek harrapatzea edo kolpatzea
24	In itinere
25	Kausa naturalak (bihotzekoak, enboliak,...)
26	Arrisku ergonomikoak
26.1	Bultzatzea eta arrastatzea
26.2	Jarrera behartuak
26.3	Mugimendu errepikakorrak
26.4	Kargak eskuz manipulatzea
27	Arrisku psikosozialak
28	Itsasora erortzea
29	OS- oso sentikorrak
30	AMA- amatasuna
31	AD- Adingabeak
32	Agente kimikoak
33	Agente fisikoak
33.1	Zarataren eraginpean egotea
33.2	Bibrazioen eraginpean egotea
34	Agente biologikoak
35	DBPengatiko edo argiztapen-baldintzengatiko arriskuak

Fase, zeregin, azpizeregin eta arriskuen matrizea

Arriskuak zer egoeratan gerta daitezkeen zehazteko, fase, zeregin eta azpizereginen zatiketaren emaitza eta "Ontziko Arriskuen Forma Kodeak" dituzten lanbide-esleipenak gurutzatu egiten dira eta taula edo matrizeak sortzen dira, azpizeregin horietako bakoitza arrisku bakoitzarekin uztartuz.

ISSGAk bere VIXÍA planean eta OSALANek ITSASPREBEN planaren esparruan egindako aurretiko lanen arabera matrize hori erabilia, azpizeregin bakoitzari elkartutako arriskuak esleitzen zaizkio.

Lan konplexua da, zenbait fase, zeregin eta azpizeregin berraztertu eta berrantolatzea behartzen duena baina, aldi berean, arrantza-mota bakoitzak autonomia-erkidego bakoitzean dituen berezitasunak kontuan hartzeko balio izan duena. Sektore osorako eskema komuna lortzea izan da azken emaitza, ontzi bakoitza eta lanpostu bakoitza ebaluatzen lagunduko duena.

Fase, zeregin, azpizeregin eta arriskuen matrizeak gidako dagokien atalean daude garatuta.

Une horretara arte garatutako lan teknikoa, azken batean, langileen osasunaren zaintzaren zati bat da eta prebentzio-zerbitzua osatzen duten prebentziozko diziplinetako diziplina anitzeko elkarreragin-eta osagarritasun-erlazio gisa deskribatu den horretan txertatu da.

- ❖ Gidaren hirugarren zatia lanpostuaren deskripzio xehatua dago oinarrituta, fase, zeregin, azpizeregin eta arriskuen matrizeetatik ondorioztatzen den bezala eta langileen osasunaren zaintza indibidualean aplikatu daitezkeen protokolo medikuei eta proba espezifikoek buruzko jarraibideak ematen ditu.

Gidaren zati honek ez dituen arriskuak ebaluatzen, identifikatu soilik egiten dituen, bere erabilgarritasuna **jarraibide orokorra** soilik izatera mugatzen da.

Protokolo eta proba medikuen aplikazioa arriskuen ebaluazioak eta haiek kontrolatu eta murrizteko programek hura aplikatzea komenigarri bihurtzen badute soilik justifikatzen da, arriskuen eraginpean egotearen ondorioz osasunean izan ditzakeen eraginei buruzko ezagutza sortzeko eta, modu horretan, hura sortzea edo narriatzea saihestuko duten prebentziozko neurriak ezartzeko aukera ematen dutelako.

Arriskuen ebaluazioaren kasuan bezala, osasunaren zaintza langileei zeregin generikoak esleituta ezin dela egin nabarmendu behar da. Langile horien osasunaren zaintza nola egingo den erabakitzeke, lanpostuaren deskripzio xehatua, jasaten dituzten arriskuak eta horien handitasuna, arriskuaren eraginpean igarotako denbora, hartutako prebentzio-neurriak eta langilearen ezaugarri pertsonalak ezagutu behar dira.

Gidaren zati hau fitxa bidez antolatu da. Fase, zeregin, azpizeregin eta mehatxuen matrizeetan jasotako mehatxuen azterketa egin ondoren, gida hau zuzentzen zaien langile gehienen inguruan sor litezkeen jakineko arriskuekin zerikusia duen osasun-azterketa mota jasotzen dute fitxek.

Gida egiteko langileen osasunaren zaintza espezifikorako protokoloak erabili dira, Osasun, Gizarte Politika eta Berdintasun Ministerioak eta Autonomia Erkidegoek xede horretarako argitaratutakoak, formatu honetara egokituta. Erabiltzaileari jakinarazi behar diogu ez dituztela ordeztzen. Protokolorik argitaratuta ez dagoenerako, hainbat osasun-proba orientatzaile prestatu dira, gida egin duen taldearen adostasunez.

Arrisku psikosozielen kasuan, Kataluniako Generalitateko Direcció General de Salut Pública del Departament de Salut-ek argitaratutako ***Guia de bona praxi per a la vigilància de la salut mental relacionada amb els factors de risc psicosocial*** (Lanarekin zerikusia duen osasun mentalaren zaintzarako jardunbide egokiaren gida) deiturikoan oinarritu da oso-osorik. Gida horretan proposatutako osasun-azterketaren urratsak garatzen dira, diagnostikorako erabil daitezkeen tresnak erakusten dira eta jokabide-algoritmo bat eskaintzen da prebentzio-zerbitzuko osasun-pertsonalari erabakiak hartzen laguntzeko.

Egindako fitxak arrisku-faktoreei dagozkienak dira:

- Ergonomikoak
 - Kargen eskuzko manipulazioa eta indarren aplikazioarekin bultzatzea eta arrastatzea
 - Mugimendu errepikatuak, jarrera behartuak eta presioagatiko neuropatiak

Arrisku horien inguruan honako hauek aztertzen dira:

- Bizkarrezurra
- Goiko gorputz-adarra
- Beheko gorputz-adarra
- Bi oinen gainean luzaroan egotea

- Higienikoak
 - Fisikoak
 - Zarata
 - Gorputz osoko bibrazioak
 - Erradiazio ultramoreak (eguzkia)
 - Hotza
 - Hezetasuna
 - Beroa

- Kimikoak
 - Dermatosia
 - Substantziak inhalatzearen ondoriozko asma

- Psikosozialak

Agente kimiko eta biologikoen eraginpean egotearen ondoriozko arrisku higienikoko faktoreak ez dira garatu fitxa gisa, dermatosiak eta asma okupazionala izan ezik, haietan kalte lokala sortzen baita. Honako hau da ez egiteko arrazoia: agente kimikoen kasuan, egin daitezkeen probak indibidualizatu egin behar dira eta ez da gomendatzen “probak lehenetsita” egitea.

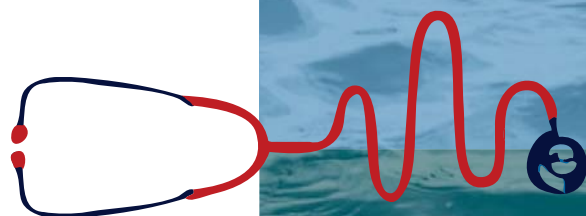
Agente kimiko edo biologikoa ezagutu eta haren arriskua ebaluatzen denean, laneko medikuari dagokio agente horiek langileen osasunean dituzten eraginak baloratzeko behar diren anamnesia, azterketa, kontrol biologikoa eta azterlan osagarriak erabakitzea. Osasuna Zaintzeko Protokolo bat argitaratuta egonez gero, hura aplikatuko da.

Osasun-azterketen periodikotasuna Osasun Zaintzeko Protokoloetan finkatutakoan oinarrituta ezarriko da, arriskuen ebaluazioaren arabera eta osasuna zaintzeko mediku arduradunaren irizpidea errespetatuz. Periodikotasuna erabakitzeak honako hauek hartuko dira kontuan:

- Langilearen ezaugarri pertsonalak
- Lanak sortu edo larritu ditzakeen azterna edo sintomak agertzea
- Osasunaren zaintzaren emaitzak

Haurdun dagoen, erditu duen edo edoskitzaroan dagoen emakumearen kasuan, alderdi hori arriskuen ebaluazioan sartzeko aukera ematen duten taulak ditu dokumentuak, laneko medikuari gomendioak ematen lagunduko diotenak lanpostua egokitzeari buruz, lehengo lanpostutik arriskurik gabeko beste batera aldatzeari buruz edo, formula horiek posible ez direnean, haurdunaldiko edota edoskitzaroko arriskuagatik kontratua eteteari buruz informatzeko.

Oro har, hemen aurkezten den gidak aukera ematen dio laneko medikuari langileen osasunaren zaintza espezifikoaren inguruan beharrezkoak diren protokolo eta proba mediko espezifikoak erabakitzeak. Horretarako, lanpostuen eta detektatutako arrisku-faktoreen deskripzio xehatutik abiatzen da, ezinbesteko urratsa baita osasunaren zaintzaren espezifikotasun egokia lortzeko.



OSASUNAREN ZAINZA

DEFINIZIOA

“**Langileen osasunaren zaintza**” terminoak hainbat jarduera biltzen ditu, norbanako nahiz kolektiboei zuzendutakoak eta laneko arriskuen prebentziora zuzendutakoak. Horien helburu orokorrek zerikusia dute osasun-arazoen identifikazioarekin eta prebentziosko esku-hartzeen ebaluazioarekin.

Lanbide-jatorriko gaixotasun eta lesioen zaintza langileen osasunarekin zerikusia duten gertakarien kontrol sistematiko eta etengabea da, arriskuen eraginpean egotearen ondorioz osasunean izan daitezkeen ondorioei buruzko ezagutza sortzeko eta horiek sortzea edo narriatzea ekidingo duten prebentziosko neurriak ezarri ahal izateko.

Kontzeptu horiek hobeto ulertu ahal izateko, osasunaren zaintzak bi jarduera-multzo handi biltzen dituela esan dezakegu:

- Osasunaren **zaintza indibiduala**:

Langileei prozedura medikoak aplikatzea eta probak ezartzea hartzen ditu, lanaren ondoriozko kalteak goiz aurkitzeko helburuarekin, eta baita kasu bakoitzarekin zerikusia duen lantokian faktoreen bat egotea ere.

Faktore ezaguna eta prebentziosko neurriak proposatuta dituen bada, osasunaren zaintzak aukera ematen digu neurri horiek egokiak izan diren edo ez-nahikoak izan diren jakiteko.

Garrantzitsua da nabarmentzea osasunaren zaintza indibiduala ez dela mugatzen osasun-azterketara. Langileak berak egindako kontsulta bakoitza eta osasun-arrazoiengatik lanera joan gabe gelditutako aldi bakoitza bitarteko garrantzitsuak dira lantokian dauden agenteen eta horiekin lotuta dauden gaixotasunen arteko erlazioak ezagutzeko.

- Osasunaren **zaintza kolektiboa**:

Langileen osasunari buruzko informazio kolektiboa eskuratu eta aztertzeo posibilitatea ezinbesteko tresna da laneko osasuna behar den bezala zaintzeko.

Zaintza-mota horrek aukera ematen du arriskuko egoera posibleei buruz ohartarazteko, laneko arriskuen eta horien ondoriozko osasun-arazoen arteko kausa-efektu erlazioa ezartzeko, zer prebentzio-jarduera gauzatu behar diren ezagutzeko, horien lehentasuna ezartzeko (adibidez, maiztasunaren eta larritasunaren arabera) eta prebentzio-neurri horien eraginkortasuna eta prebentzio-planaren efikazia ebaluatzeo.

Osasunaren zaintza kolektiboa osasun-adierazleetan eta kalteen ikerketan oinarritzen da.

Laneko Arriskuen Prebentzioko Legeak jasotzen duen bezala, langileen osasunaren zaintzak honelakoa izan behar du:

- Enpresariak **bermatutakoa**, bere eremu-aplikazioa lanak berekin dituen arriskueta mugatuta.
- **Espezifikoa**, arriskuen ebaluazioan identifikatutako arriskuaren edo arriskuen araberakoa.
- Langilearen baimenarekin soilik gauzatu ahal izango da zaintza. Horrek esan nahi du **boluntarioa** izango dela langilearentzat, baldin eta honako inguruabar hauetakoren bat izaten ez bada:
 - Arrisku espezifikoaren eta arrisku bereziko jardueren babesari buruzko lege-xedapen bat egotea.
 - Azterketak ezinbestekoak izatea lan-baldintzek langileen osasunaren gainean dituzten eraginak ebaluatzeko.
 - Langilearen osasun-egoera arriskutsua izatea bere buruarentzat eta hirugarrenentzat.
- **Konfidentziala**, langilearen osasunaren zaintzaren ondoriozko informazio medikorako sarbidea bere buruari, bere osasunaren ardura duten zerbitzu medikoei eta osasun-agintaritzari mugatuta egongo delako. Enpresariari eta beste pertsona batzuei ezin zaie eman langilearen berariazko baimenik gabe.

Aurrekoa alde batera utzita, enpresariari eta prebentzio-arloan erantzukizunak dituzten pertsona eta organoei langileak bere lanpostua betetzeko jarreraren inguruan edo babes- edo prebentzio-neurriak sartu edo hobetzeko premiaren inguruan egindako azterketetatik ateratzen diren ondorioen berri eman behar zaie, prebentzio-arloan dituzten betekizunak behar den bezala gara ditzaten.
- **Etikoa**, intimitatea, duintasuna eta osasun-arrazoiengatik laneko diskriminazio-eza errespetatzeko printzipioekin koherentea den jardun profesionala bermatu ahal izateko.
- Egoki denean, lan-harremana baino gehiago **irauten duena**, Osasunaren Sistema Nazionala arduratuko delarik lanbide ondorengo azterketez.
- Araudi aplikagarrian definitutako ezaugarrietara **doitutako edukia**.

Azterketa horietan, gutxienez, historia kliniko eta laborala sartuko da, anamnesi, azterketa fisiko, kontrol biologiko eta azterketa osagarrien datuez gain, lanpostuaren, lanpostuan iraundako denboraren, antzemandako arriskuen eta hartutako prebentzio-neurrien deskripzio xehatua jasoko duena.

Dena den, langileari ahalik eta eragozpen gutxien eragingo dizkion eta arriskuaren proportzionalak diren azterketak edo probak aukeratu beharko dira.

Langileen osasunaren zaintzak, bestalde, honelakoa izan behar du:

- **Gaitasun tekniko, prestakuntza eta ahalmen egiaztatua duen pertsonal sanitarioak** egindakoa, hau da, Laneko Medikuntzan espezializatutako medikuek edo Enpresako Medikuntzako diplomatuek eta Laneko Erizaintzan espezializatutako erizainek edo Enpresako Erizaintzako diplomatuek egindakoa.
- **Planifikatua**, osasuna zaintzeko jarduerak argi eta garbi definitutako eta ezabatu ezin izan diren arriskuen eraginpean egoteagatik edo langileen osasun-egoera beragatik justifikatutako helburuei erantzun behar diete.
- **Eta honako hauek hartuko ditu:**
 - Langileen osasunaren **hasierako** ebaluazioa, lanean hasi ondoren edo osasunerako arrisku berriak dituzten zeregin espezifikoak esleitu ondoren.
 - Osasunaren **aldizkako** ebaluazio espezifikoa, jakineko produktu batzuekin edo hala eskatzen duen legeria espezifikoak araututako baldintza jakin batzuetan lan egiteagatik edo arriskuen ebaluazioak finkatutako arriskuen arabera, edo langileak eskatuta, bere osasunaren aldaketak lan-jarduerak eragindakoa direla uste duenean. Periodikotasunak ez dauka zertan bitarte erregularretara doitu; kasu bakoitza protokolo espezifikoetan ezartzen da eta gaixotasunaren historia naturalaren eta esposizioaren baldintzen baitan ere egongo da.
 - Osasunaren ebaluazioa osasun arrazoiengatik **lanera joan gabe luzaroan** egon ondoren, balizko lanbide-jatorriak aurkitzeko eta langileak babesteko ekintza egokia gomendatzeko.

Prebentzio-zerbitzuko pertsonal sanitarioak langileen artean izaten diren gaixotasunen eta osasun arrazoiengatik lanera joan gabe geratutako aldien berri izan beharko du, gaixotasunaren kausaren edo faltaren eta lantokietan sor daitezkeen osasunerako arriskuen artean egon litekeen harremana identifikatu ahal izateko.

Osasunaren zaintzan sartuko da honako **langile hauen babesa**:

- Oso sentikorrak. Enpresariak bermatu egin behar du euren ezaugarri pertsonalengatik, egoera biologikoagatik edo desgaitasunen bat izateagatik lanpostuan identifikatutako arriskuren batek modu berezian eragin diezaiekeen langileen babesa.
- Adingabeak. Guztiz garatu gabe daudelako eta euren laneko arriskuak identifikatzeko esperientzia falta dutelako.
- Haurdun, edoskitzaroan eta erditze osteko aldian dauden langileak.

Halaber, langileen osasunaren zaintzak honelakoa izan behar du:

- **Sistematikoa**, osasuna zaintzeko jarduerak dinamikoak izan behar dutelako eta etengabe eguneratu behar direlako, datuak bilduta eta aztertuta, “aldizkako” ezaugarriak iradoki dezakeen puntualtasuna baino haratago.
- **Dokumentatua**, langileen osasunaren egoera kontrolatzen dela egiaztatzen duena eta kontrol horien ondorioak jasotzen dituena.
- Langileak **banan-banan informatzen dituen**a, langileei ondo ulertzeko moduan azaldu behar zaizkien osasunaren zaintzaren helburuei zein metodoei buruz, eta baita emaitzei buruz ere.
- **Doanekoa**, laneko segurtasunari eta osasunari buruzko edozein neurriren eta, ondorioz, osasunaren zaintzak eragindako edozein neurriren kostu ekonomikoak ez duelako langilearen bizkar joan behar.
- **Partaidetsua**, langileen edo Prebentzio Legean ezarritako ordezkarien kontsulta eta parte-hartzeari buruzko printzipioak errespetatzen dituena.
- Betetzen diren funtzioetarako **baliabide material egokiak** dituena.
- Enpresaren prebentzio-planean **integratua**.

Osasunaren zaintza indibiduala nahiz kolektiboa, bai Prebentzio Legeak eta bai Araudiak prebentzio-zerbitzuen osasun-arloari arriskuen arabera esleitzen dioten prebentziozko lau jardueretako bat da, honako hauekin batera:

- Prebentzioko diziplinen jarduera koordinatua
- Urgentziazko arreta
- Laneko osasunaren sustapena

Osasunaren zaintzak arriskuek langilearen ongizate fisiko eta mentalean izan ditzakeen ondorio kaltegarriak ahalik eta lasterren identifikatzea ahalbidetu behar du, haren osasunerako kalte larriago bat ekiditeko. Osasuna zaintzeko ekintzek sortutako informazioa irizpide epidemiologikoekin eta diziplina anitzeko taldearen gainerako kideekin lankidetzan aztertu behar da lan-baldintzetan hobekuntzak proposatzeko. Horren zati batek laneko osasuneko informazio-sistema sanitarioa elikatuko du, Prebentzio Zerbitzuen Araudian ezarrita geratu den bezala.

Arriskuen inguruko osasun-zaintza espezifikoak eskatzen du zaintza hori arrisku horietara mugatu behar dela; horretarako, lanpostuak ezagutu behar dira eta langile bakoitzaren historia kliniko eta laboralean honako hauek jaso:

- Lanpostuaren deskripzio xehatua
- Lanpostuan iraundako denbora
- Lan-baldintzen analisisian detektatutako arriskuak
- Hartutako prebentzio-neurriak

Hori dela eta, osasunaren zaintzak diziplina anitzeko elkarreragin- eta osagarritasun-erlazioa izan behar du prebentzio-zerbitzua osatzen duten gainerako prebentzio-diziplinekin. Prebentzio-zerbitzuko beste espezialista batzuek sortutako informazioz elikatzea behar du eta, aldi berean, bere jardura espezifikoaren emaitzak arriskuen ebaluazioaren eta prebentzioaren plangintzaren diziplina anitzeko esparruari gehitzen dizkio. Beraz, osasunaren zaintzak, enpresaren prebentzio-jardueraren plangintzan txertatuta egon behar du.

ZAINZA INDIBIDUALA

KONTZEPTUA

Osasunaren zaintza indibiduala laneko arriskuen prebentzioko zeregin garrantzitsuenetako bat da eta langilearekin erlazio zuzena izatea eskatzen du. Horregatik, agian jarduera ezagunena da enpresaren prebentzio-esparruan egiten direnen artean.

Osasunaren zaintza indibiduala honako hauetan dago oinarrituta:

- enpresaren osasun-egoera eta bere prebentzio-politika definitzeko duen ahalmena
- protokoloak lan-tresna gisa erabiltzea
- bere prebentzio-ikuspegia
- langileekin duen konpromiso etikoa

Arrisku-faktore ezagun baten aurrean, prebentzio-zerbitzuko sanitarioek langilearen osasunaren ebaluazioa egiten dute, modu kolektiboan erabilita, enpresak arriskuko faktore horren aurrean duen prebentzio-egoeraren termometro bihurtzen dena. Baina ikuspegi indibidualetik erabilita, lanpostu baten egoeraren eta norbanakoa arriskuaren eraginpean egoteak sortzen dituen ondorioen neurria da.

Protokolo baten bidezko azterketa espezifikoak anamnesi bat, azterketa bat eta langilea arrisku-faktore jakin baten eraginpean zenbateraino egon den eta esposizio horrek eragin dizkion ondorioak modu egokian baloratzeko aukera ematen duten proba osagarriak biltzen dituen historia kliniko-laboral bat sistematizatzeko ahalegina egiten du.

Protokoloa langileek jasan behar duten arrisku-faktore baten inguruan osasunaren zaintza indibidualerako jarduketa-plan zehatza eta xehatua da. Protokoloaren erabilera Prebentzio Legeko 5. artikulua eta Araudiko 5. artikulua abalatzen dute, eta osasun-arloan eskumena duten administrazio publikoei dagokie prestatzea.

Arrisku-faktore jakin baten gaineko jarduketa sekuentzial bat sistematizatu duen dokumentua da protokoloa. Generikoa da definizioz, izan ere, lan-baldintza desberdinak dituzten eta langile askori eragiten dien askotariko lan-egoerei erantzuna emateko sortutakoa da. Aurreko guztiaren ondorioz, protokoloak eskaintzen duen esparru orokorrera egokitze prozesua bete behar dute profesional sanitarioek protokolo hori baliagarria izan dadin langile jakin batentzat lanpostu jakin batean, ikuspegi generikoko protokolo espezifikoetik ikuspegi indibidualeko protokolo espezifikora pasatuz.

Arriskuen ebaluazio zorrotzetik aplikatutako, argi eta garbi definitutako xede-biztanleria bati zuzendutako eta arrisku-faktore jakin baterako protokolo espezifikoa funtsezko tresna da osasunaren zaintzan.

Langileen osasunaren zaintza aldizkako jarraipenaren ikuspegitik bideratu behar da. Baina jakin behar dugu osasunaren zaintza denboran zehar egindako osasun-azterketa medikoen batura ez dela, langile bakoitzaren osasunaren zaintza indibidualaren inguruan denboran zehar egindako plangintza baizik.

Azterketa edo screeningetan oinarritutako ikuspegietan ez bezala, planteamendu honen abantaila bat da osasunaren zaintza **etapa anitzeko prozesu** batek diseinatu eta gara dezakeela. Prozesu horretan, azterketen helburuek eta edukiek, aldaketa teknologikoen edo prebentzio-neurriak ezartzearen ondorioz lan-baldintzetan izaten diren aldaketetara egokitutako prozesu sekuentzial bati jarraituko diote.

Lanak sortzen dituen arriskuek eta osasunean eragiten dituen kalteek herrialde industrializatueta izan duen eboluzioak laneko patologia aurkezteko moduaren ezaugarriak aldatu ditu garapen bizkorregi baten ondorioz. Teknologia berriak eta prozesu berriak sartzea, produktu kimikoen hazkunde ikusgarria eta lana antolatzeko modu berriak oraindik oso ezagunak ez diren laneko patologia berriak sortzeko orduan eragiten duten faktoreetako batzuk dira. Sortzen ari diren arriskuak dira. Horrek beharrezkoa egiten du prebentzio-zerbitzuko sanitarioek prebentzio-ikuspegia indartzea eta eboluzioaren isuri bikoitzari adi egotea, hau da, lan-baldintzen eboluzioari eta laneko patologiarenari.

Egoera hori dela eta, garrantzi handiagoa ematen zaio datu bilketari osasun-azterketako azterketa klinikoari baino.

Langileak adierazitako sintomatologia subjektiboa egungo lanaren patologiari aurre egiteko daukagun tresnetako bat da. Patologia horrek, askotan, alferazio ez-espezifikoak edo diagnostikora iristeko azterketa osagarriak behar dituztenak ditu. Laneko medikuntzan eta are gehiago gaur egun, anamnesiaren eta datu kliniko-laboralen garrantziak handitu egin behar du. Anamnesia indartzearen ondorioz, osasun-zerbitzuetako profesionalak lan-baldintzak ebaluatzeko zerbitzu bihurtzen dira eta laneko ingurumena detektatzen diren edo langileek adierazten dituzten osasun-alterazioekin uztartzen ahalegintzen dira.

Langileen osasunaren zaintza indibidualak osagai etiko bat dauka, araudiak xedatutakotik haratago doana. Zaintzaren helburua prebentziozkoa da, laneko arrisku-faktoreen eraginpean egotearen ondorioz osasunari eragindako kalteak identifikatu nahi dituen. Arriskuen ebaluazioa ezagutu gabe osasunaren zaintza egitea, jakineko osasun-alterazio batzuen eta lanarekin izan dezakeen erlazioaren artean loturarik ez ezartzea edo langilea jakineko lan-baldintzen eraginpean jartzearen garrantzia guztiz baloratu gabe gaitasun-ziurtagiriak sinatzea haustura bat dira sanitarioaren eta langilearen artean egon behar duen konfiantza-konpromisoan.

HELBURUAK

Honako hauek dira osasunaren zaintza indibidualaren helburuak:

- Langilearen ezaugarriak, lan-baldintzak eta jasaten dituen arrisku espezifikoak kontuan hartuta diseinatutako hasierako eta aldizkako osasun-azterketetan oinarrituta, langileen osasunaren egoerari eta eboluzioari buruzko informazioa biltzea eta prestatzea.
- Langile guztiak informatzea euren osasun-egoerarekin eta egungo eta iraganeko laneko baldintzek eta ingurumenak eragin diezaioketen moduarekin zerikusia duten alderdiei buruz.
- Enpresariari eta prebentzio-arloan erantzukizunak dituzten pertsona eta organoei langileak bere lanpostua betetzeko jarreraren inguruan edo babes- edo prebentzio-neurriak sartu edo hobetzeko premiaren inguruan egindako azterketetatik ateratzen diren ondorioen berri ematea, prebentzio-arloan dituzten betekizunak behar den bezala gara ditzaten.

OSASUNAREN ZAINZA INDIBIDUALAREN PROGRAMAZIOKO ETAPAK

Hasierako osasun-azterketak

Hasierako osasun-azterketa langilea enpresan lanean hasi ondoren edo arrisku-faktore berriak dituzten zereginak esleitutakoan egiten den hasierako ebaluazioa da. Une jakin horretan eta laneko arrisku-faktoreen inguruan langilearen osasun-egoera ezagutzea da helburua.

Helburu hori betetzeak aukera ematen du lana langilearen ahalmenetara egokitze, langile oso sentikorrak detektatzeko eta, etorkizunean, laneko arrisku-faktoreen eta osasunari eragindako kalteen arteko loturak ezartzeko.

Azterketetan honako proba hauek egiten dira, historia kliniko-laborala hasi edo eguneratzen dutenak:

- Anamnesi klinikoa
- Anamnesi laborala
- Arrisku-faktoreei buruzko, lanpostuari aplikatutako prebentzio-neurriei buruzko eta osasunaren gaineko efektu potentzialei buruzko informazioa
- Azterketa fisikoa
- Proba osagarriak
- Txostena

Anamnesi klinikoaren helburua ikertu eta biltzen duen historia kliniko-laboralaren zatia modu sistematikoan prestatzea da: langilearen ohiturak, aurrekari familiarrak eta pertsonalak, ebakuntza kirurgikoak, traumatismoak eta gaixotasunak, kausak eta ondorioak eta zerekin lotu edo erlazionatzen den horietako bakoitza. Arreta bereziarekin aztertzen dira hura sortzen edo haren eboluzioa aldatzen eragin duten egungo edo iraganeko lanaren alderdiak.

Anamnesi laboralak, bestalde, lanean jasaten dituen arrisku-faktoreak, historia laborala eta esposizioaren aurrekariak aipatzen ditu eta enpresei buruzko, lanpostuen ezaugarriei buruzko, bakoitzean egindako denborari buruzko eta jasandako arrisku-faktoreei buruzko informazioa biltzen du, datu horiek historia kliniko-laboralean jasota egon behar izatea alde batera utzita.

Lan-osasunean oso baliagarria da osasunari buruzko galdetegiak erabiltzea. Galdetegiak erabiltzeak aukera ematen du informazioa modu homogeneoan biltzeko, eraginkortasun onarekin osasunaren zaintza indibidualean eta ezin hobe zaintza kolektiboan. Galdetegiek erantzun beharreko baldintzen artean honako hauek daude:

- Langileengan osasun-alterazioak daudela aurreikusteko adina informazio mediko eskaintzea.
- Langileek erraz onartzea.
- Sentikorrak eta espezifikokoak izatea eta, ahal izanez gero, balidatuta egotea.
- Pertsonal ez-medikoak aplikatu ahal izatea.
- Informatizazio eta eguneratze errazekoak izatea.

Langilea **informatu egin behar da** bere lanpostuari buruzko arriskuen egoerari buruz, lanpostuari aplikatutako prebentzio-neurri kolektibo eta indibidualei buruz eta osasunaren gaineko efektu potentzialei buruz, kontu horiek baloratu eta erabakia hartu ahal izateko.

Azterketa fisikoa informazio-bilketa sistematikoa da; orokorragoa izango da hasierako azterketan eta espezifikoa aldizkakoetan.

Hasierako azterketan langilearen osasun-egoeraren ikuspegi orokorra lortzea da helburua, hau da, enpresan sartzen denean edo arrisku-faktore berriak dituzten zereginak esleitzen zaizkionean langileak duen egoerari buruz egiten den aipamena. Langilearen ahalmenen erreferentziatzko balioa izateko xedez, hasierako azterketan **proba osagarriak** egiten dira: entzumena, ikusmena, biririkak, elektrokardiograma, analitika, etab. Erradiologiakoak eta beste proba batzuk egitea medikuak erabakitzen du arrisku-faktoreen edo lortutako datu klinikoen arabera.

Aldizkako osasun-azterketak

Aldizkako azterketetan helburua aldatu egiten da, arreta gehiago jartzen delako xede organoetan langileak jasaten dituen laneko arrisku-faktoreen arabera. Anamnesi klinikoa eta laborala ere egingo dira datuak eguneratzeko eta egungo egoerari buruz eta arrisku-faktoreen inguruan, lanpostuari aplikatutako prebentzio-neurrien inguruan eta osasunaren gaineko efektu potentzialen inguruan egindako aldaketei buruz informatuko da, baina azterketa fisikoa eta proba osagarriak laneko esposizioek osasunaren gainean dituzten ondorioak baloratzea izango dute xede.

Aldizkako azterketan, osasunaren zaintza indibiduala finkatutako denbora-tarteekin egiten da eta lanean detektatutako arriskuen ondoriozko osasun-alterazioak goiz detektatzeko helburuarekin programatu behar da. Denborazkotasuna zaindutako arriskuaren baitan eta langilearen osasunaren eboluzioaren baitan dago batik bat; hala ere, zenbait kasutan, jakineko lege-arau batek xeda ditzakeen epeen arabera izan daiteke.

Azterketetan kontuan izan beharrekoa da langile-kolektiboek euren lanpostuetan jasaten ari diren edo jasan dituzten arrisku-faktoreei buruz duten iritzia ezagutzera zuzendutako lan-sistema edo -metodoa ezartzeko premia. Arriskuen ebaluaziotik ondorioztatzen denarekin osatzen den eta ebaluatu gabeko egoeren aurrean edo prebentzioaren ikuspegitik arreta gehiago eskatzen dutenen aurrean alarma bihur daitekeen informazio-iturria da.

Laneko susmo-diagnostiko baten oinarria profesional sanitarioen prebentziozko ikuspegian dago. **Osasun-arrazoiengatik lanera joan gabe gelditutako aldiak ezagutzea** osasunaren aldizkako zaintzaren zati bat da eta baita informazio-iturri garrantzitsua ere, lan-baldintzen eta beste kasu batean arruntzat joko liratekeen patologien arteko erlazioak susmatu edo deskubritzeko aukera emango lukeena.

Langile oso sentikorrak

Laneko Arriskuen Prebentziorako Legeko 25. artikulua xedatzen du enpresariak modu espezifikoan bermatuko duela euren ezaugarri pertsonalengatik edo jakineko egoera biologikoagatik lanaren ondoriozko arriskuekiko oso sentikorrak diren langileen babesa, baita gorputz-, adimen- edo sentimen-urritasuneko egoera aitortuta dutenena ere. “Adingabeen babesari” buruzko 27. artikulua aurreikusten du arriskuen ebaluazioan bereziki hartuko direla kontuan gazteen segurtasunerako, osasunerako eta garapenerako arrisku espezifikoak, hain zuzen ere, euren esperientzia faltaren, dauden edo egon litezkeen arriskuak ebaluatzeke heldutasun faltaren eta oraindik osatu gabeko garapenaren ondoriozkoak.

Bestalde, Prebentzio Zerbitzuen Araudiak xedatzen du prebentzio-zerbitzuko pertsonal sanitarioak, batik bat, haurdun dauden edo erditu berriak diren langileei,

adingabeei eta arrisku jakin batzuekiko oso sentikorrak diren langileei eragin diezaieketen arriskuak aztertu eta baloratuko dituela eta prebentzio-neurri egokiak proposatuko dituela.

Langile horien kasuan, osasunaren zaintzaren arduradunak erabakiko du osasun-azterketetan zer proba eta zer periodikotasunekin egingo diren, langileen berezitasunaren arabera alda daitezkeenak.

18 urtetik beherako langileak

Kasu honetan gazteak lanean babesteari buruzko Zuzentaraua hartu behar da kontuan. Zuzentarau horrek xedatzen du 18 urtetik beherako gazteek ez dituztela egin behar euren gaitasun fisikoak edo mentalak gainditzen dituzten, gai toxikoen edo minbizi-sortzaileen eraginpean jartzen dituzten, erradiazioen eraginpean jartzen dituzten, muturreko tenperaturak, zarata edo bibrazioak dituzten edo euren esperientzia- edo prestakuntza-faltagatik edo laneko segurtasunari gutxiegi erreparatzeagatik nekez ezagutu edo ekidingo dituzten arriskuak sor ditzaketen zereginak. Inguruabar hori kontuan izan behar da osasun-azterketan.

Langileen Estatutuan jasota dago 18 urtetik beherakoek ezingo dutela gauez lan egin (baldin eta lanaldiko hiru ordu, gutxienez, gaueko hamarrak eta goizeko seiak artean badaude), ez aparteko orduak sartu eta ez euren garapenari zuzenean edo zeharka eragin diezaieketen lanpostu osasungaitz, nekagarri edo kaltegarrietan zerbitzurik eskaini. Lanaldi jarraituko atsedenaldia ordu erdikoa izango da eta asteako atsedenaldiaren iraupena ere luzatu egingo da.

Zaintza indibidualeko osasun-azterketen txostena

Langileen osasunaren zaintza indibidualeko hasierako eta aldizkako prozesuaren zati gisa, **langile bakoitzari jakinaraziko zaizkio** azterketan zehar egindako proben ondorioak, egindako osasun-azterketaren emaitzak, detektatu diren osasun-alterazioak eta alterazio horien eta jasaten dituen edo jasan dituen arrisku-faktoreen artean egon litezkeen loturak.

Enpresariari eta prebentzio-arloan erantzukizunak dituzten pertsona eta organoei langileak bere lanpostua betetzeko jarreraren inguruan edo babes- edo prebentzio-neurriak sartu edo hobetzeko premiaren inguruan egindako azterketetatik ateratzen diren ondorioak ere jakinaraziko zaizkie, prebentzio-arloan dituzten betekizunak behar den bezala gara ditzaten.

Gaitasuna osasun-azterketen emaitzetako bat

Lanerako gaitasunaren balorazio sanitarioak langile baten osasun-egoeraren ebaluazioa eta bere lanaren eta arrisku elkartuen funtsezko funtzioen ezagutza sakona eta xehakaturia eskatzen du langilea lanpostura egokitu ahal izateko eta bere osasun-egoerari sor daitezkeen alterazioak goiz identifikatu ahal izateko.

Lanerako gaitasunaren balorazio sanitarioa **inolaz ere ez dago** zeregin jakin bat egiteko **norbanako gaituenak hautatzeko metodo gisa justifikatuta** eta are gutxiago lanean egon litezkeen arriskuei aurre egiten dieten pertsonak identifikatzeko.

Osasun-egoeraren alterazioen eta arrisku-faktoreen artean egon litezkeen loturei buruzko ondorioak

Enpresariari eta prebentzio-arloan erantzukizunak dituzten pertsona edo organoei aukera eman behar diete prebentzio- eta babes-neurriak eta horien hobekuntza lehenetsi eta hartzeko eta horien eraginkortasuna baloratzeko.

ZAINTZA KOLEKTIBOA

KONTZEPTUA

Osasunaren zaintza kolektiboa osasun-azterketetatik eta lan-istripuak eta gaixotasun profesionalak, gertakari jagoleak eta lanerako ezintasuna jakinarazteko sistemetatik lortutako datuen bilketa da.

HELBURUAK

Datu horien bilketa, prozesamendua eta hedapen sistematikoa dira osasunaren zaintza kolektiboaren funtsezko zereginak eta, horregatik, esan dezakegu ezinbesteko tresna dela:

- Laneko arriskuen ondorioen garrantzia eta horien maiztasuna, larritasuna eta joera baloratzeko.
- Laneko arriskuen eta horien ondoriozko osasun-arazoen artean kausa-efektu hipotesiak ezartzeko.
- Prebentzio-jarduerak lehenesteko eta neurri horien eraginkortasuna ebaluatzeko.

Laneko epidemiologia Laneko Medikuntzari osasunaren zaintza kolektibo kalitatezkoa zorroztasun zientifiko eta teknikoarekin egiteko balio dion diziplina da, lanarekin zerikusia duten osasunaren alterazioen banaketa aztertuz.

Prebentzio Zerbitzuen Araudiko 37. artikulua xedatzen du pertsonal sanitarioak langileen osasunaren zaintzaren eta arriskuen ebaluazioaren emaitzak irizpide epidemiologikoekin aztertu beharko dituela eta zerbitzuko gainerako kideekin lankidetzan ariko dela arrisku profesionalen eraginpean egotearen eta osasunerako kalteen artean egon litezkeen lotura posibleak ikertu eta aztertu eta laneko baldintzak eta ingurumena hobetzera zuzendutako neurriak proposatu ahal izateko.

Errege Dekretu honetako 6. artikulua xedatzen du langileen osasunean kalteak detektatu direnean edo, aldizkako kontrolen bitartez, osasunaren zaintzari buruzkoak barne, prebentzio-jarduerak desagokiak edo ez-nahikoak izan daitezkeela ikusi denean berrikusi beharko dela arriskuen hasierako ebaluazioa. Horretarako, kontuan hartuko dira honako emaitza hauek:

- Osasunean eragindako kalteen kausei buruzko ikerketa.
- Egoera epidemiologikoaren analisia, informazio sanitarioko sistemaren edo beste iturri batzuen bitartez lortutako datuen arabera.

Halaber, prebentzio-zerbitzuko pertsonal sanitarioak langileen artean izaten diren gaixotasunen eta osasun arrazoiengatik lanera joan gabe geratutako aldien berri izan beharko duela xedatzen du, gaixotasunaren kausaren edo faltaren eta lantokietan sor daitezkeen osasunerako arriskuen artean egon litekeen harremana identifikatu ahal izateko.

INFORMAZIO-ITURRIAK ETA HORIEN ERABILERA

Langileen osasunaren egoerari buruzko informazio-iturri nagusiak osasunaren zaintza indibidualaren bitartez, lan-istripuei eta gaixotasun profesionalei buruzko datuen bitartez, gaixotasun arruntagatiko aldi baterako ezgaitasunaren ondoriozko datuen bitartez eta osasun-inkesten bitartez lortzen dira.

Iturri horietako bakoitzak langileen osasunaren hainbat alderdiri buruzko informazioa ematen du eta osagarriak dira.

- **Osasunaren zaintza indibiduala** langileen osasunaren egoerari buruzko informazio-iturri nagusia da. Efektu-adierazleei buruzko informazioa lortzeko aukera ematen du, esaterako, laneko kaltea goiz detektatzeko edo langileen gaixotasun-tasari eta esposizio-adierazleei buruzko informazioa lortzeko.
- **Lan-istripuak eta gaixotasun profesionalak** dira, bajadunak nahiz baja gabekoak, hala ezarri eta aitortutako laneko kalteari buruzko informazio-iturri nagusia. Horrek aukera emango du jarduketa-planak ezarri ahal izateko enpresako ezbehar-iturri nagusiak ezagutzeko. Horiek aztertu ondoren ezarriko dira enpresako laneko arriskuen prebentzioaren etengabeko hobekuntzarako neurri zuzentzaile zehatzak.
- **Gaixotasun arruntagatiko aldi baterako ezgaitasunen** azterketak laneko kalte ez-aitortuari buruzko informazioa ematen du eta ezinbestekoa da langileek jasandako ondoreen jatorri profesionalarekiko desbideratzeak detektatzeko.
- **Osasun-inkestak** ikerketa espezifikoko egiteko diseinatzen dira enpresan jakineko osasun-arazo batzuk daudela susmatu ondoren.

5. taulan exhaustiboa ez den patologia-zerrenda adierazgarria dago jasota, Gida honetan aipatu diren eta sektoreko langileei eragin diezaieketen arriskueta oinarritutakoa. Horiek osasunaren zaintzaren bitartez detektatzeak esan nahiko luke mehatxuak arrisku bihurtu direla eta, horregatik, ebaluagarriak direla prebentzioaren ikuspegitik. Euren ebaluazioan oinarrituta, prebentziozko neurriak ezarrita aurre egin ahal izango zaie arrisku horiei.

Osasunaren zaintzaren emaitzak enpresariari eta prebentzio-arloan erantzukizunak dituzten pertsona edo organoei jakinaraziko zaizkie prebentzioa planifikatzeko eta maila horretako betebeharrak betetzeko helburuarekin.

Informazio-iturri horiek eskaintzen dituzten datu gordin eta absolutuek ez dute ematen langileen osasunean ikusten diren efektuen eta horien kausa probableen arteko elkartzearen

handitasunaren irudi erreala. Hori dela eta, gaixotasunaren maiztasun-neurriak erabili behar dira gaixotasun jakin baten inpaktua behar den bezala kuantifikatzeko aukera ematen duten eta proportzio, arrazoi eta tasa kontzeptuean biltzen diren zatiki-mota desberdinak lortzeko.

Proportzioak, arrazoiak eta tasak

Osasun Adierazleak izenpean biltzen diren hainbat proportzio, arrazoi eta tasa daude, horien artean laneko osasunekoak.

Proportzioa:

Proportzio bat (P) zatidura bat baino ez da, zenbakitzailea izendatzailearen barnean duena. $P = a/a+b$.

Arrazoiak:

Arrazoi bat (A) zenbakitzailea izendatzailearen barnean ez duen zatidura da. $A = a/b$.

Tasa:

Tasa-kontzeptua proportzioarenaren antzekoa da. Tasek denbora-kontzeptua gehituta izatea da aldea. Aztertu beharreko arazoaren kasuen maiztasun absolutuak osatzen du zenbakitzailea. Izendatzailea, bestalde, aztertu beharreko biztanleriako subjektuek jasan dituzten arrisku-aldi indibidualen baturak osatzen du. Haren kalkulutik ateratzen da egoera batetik besterako aldaketaren abiadura. $T = a/a+b$ (denbora).

Gaixotasunaren maiztasun-neurriak

Nagusitasuna

Denboraldi jakin batean gaixotasun bat edo egoera bat jasaten duten norbanakoen proportzioa.

$$N = \frac{\text{Une jakin batean gaixotasuna izandako kasu kopurua}}{\text{Une horretako langile kopurua}}$$

Nagusitasunaren kalkulua oso egokia izango da prozesu luze edo kronikoak neurtzeko, baina ez du zentzu handirik izango fenomeno akutuen garrantzia baloratzeko.

Nagusitasun hori kalkulatzeko honako adibide hau erabiliko dugu: 285 langileko lagin batean 63k lunbagoa dutela ikusi da. Biztanleria horretako lunbago-nagusitasuna honako hau izango da:

$$N = 63/285 = \% 22,1$$

Intzidentzia

Honela definitzen da **intzidentzia metatua**: biztanleria batean denbora jakin batean garatutako gaixotasun baten kasu berrien kopurua.

$$IM = \frac{\text{Jarraipenean izandako gaixotasunaren kasu berrien kopurua}}{\text{Jarraipenaren hasieran arriskuan zegoen langile kopurua}}$$

Adibidez: 6 urtez, 40 eta 59 urte arteko 286 langile osasuntsuri jarraipena egin zitzaien lumbago-kasu berriak detektatzeko eta aldiaren bukaeran 63 kasu azaldu ziren. Honako hau izango litzateke kasu honetako intzidentzia metatua:

$$IM = 63/285 = \% 22,1, 6 \text{ urtetan.}$$

Intzidentzia-tasa edo intzidentzia-dentsitatea (GD) kalkulu zehatzagoa da, eskura dagoen informazio guztia erabiltzen duelako. Jarraipen-aldi batean gertatutako gaixotasun baten kasu berri edo intzidentzia kopuruaren eta behaketako denbora indibidual guztien arteko zatidura gisa kalkulatzen da.

$$ID = \frac{\text{Jarraipenean izandako gaixotasunaren kasu berrien kopurua}}{\text{Behaketako banakako denboren batura}}$$

Aurreko adibidean, kontuan izaten badugu langile guztiak ez direla egoten arriskuaren eraginpean denbora berean, hau da, batzuk denbora batean eta beste batzuk beste denbora batean egoten direla kontuan izaten badugu, bakoitzaren denborak batuko ditugu. Hala, pertsona bat 250 egunez egoten bada arriskuaren eraginpean eta beste bat 115 egunez egoten bada, bi pertsonen arteko denbora 365 egun izango da, pertsona bat urteko. Demagun jarraipeneko 6 urteetan, 285 langileen artean urteko 546 pertsona egon direla eraginpean eta aldi horretan 63 lumbago kasu berri azaldu direla:

$$ID = 63/546 = 0,12$$

Beraz, 12 kasu berri 100 pertsona/jarraipen-urteko.

Intzidentzia-neurri bat (intzidentzia metatua edo intzidentzia-dentsitatea) aukeratzea, lortu nahi den helburuaz aparte, aztertu nahi den gaixotasunaren ezaugarrien baitan egongo da. Hala, intzidentzia metatua, oro har, gaixotasunak sortasun-aldi laburra duenean erabiliko da eta sortasun-aldi handiagoko gaixotasun kronikoen kasuan joko da intzidentzia-dentsitatera.

6. taulan daude jasota laneko medikuntzaren esparruan gehien erabili ohi diren iturriekin lotura duten osasun-adierazle nagusiak, eta **7. taulan** ezbeharrei buruzko datuak biltzeko inprimakiaren eredu bat dago.

8. taulan arrantza-sektorean sor daitezkeen gaixotasun profesionalak daude jasota, gaixotasun profesionalen taulari jarraituta.

Elkartzeko neurriak

Azterketa epidemiologikoen helburu nagusietako bat jakineko ezaugarri batzuk dituzten norbanakoen eta ez dituztenen artean gaixotasun-maiztasunak edo osasun-ondorioenak alderatzea izan behar du (lan-esparruan, alde nagusi hori lanean arriskuaren eraginpean egoteak finkatuko du).

Nagusitasunen arrazoia

Arrisku-faktore hipotetiko baten eraginpean daudenetan gaixotasunaren nagusitasunaren (edo intereseko beste aldagai baten) zatidura da, eta ez daudenetan, berriz, zeharkako inkestetan erabilitako elkarketa-neurria.

Odd ratioa

Gertaera bat gertatzeko probabilitatearen (*odd*) eta ez gertatzekoaren arteko arrazoia da. Kasuak kontrolatzeko azterlanetan erabiltzen da, horietan ezin direlako kalkulatu intzidentziak. Zenbait eskakizun beteta, arrisku erlatiboaren baliokidea da.

Arrisku erlatiboa

Arrisku-faktore baten eraginpean dauden artean gaixotzeko edo hiltzeko arriskuaren eta faktore beraren eraginpean ez dauden arrisku beraren arteko arrazoia da. Intzidentzien arabera kalkulatzen da.

Inpaktuko neurriak

Inpaktuko neurriek jakineko biztanleria batean arrisku-faktoreetako bat edo gehiago aldatzen direnean edo prebentziozko ekintza bat egiten denean espero den ondorioa islatzen dute.

Esleitu daitekeen zatikia zeharkako azterlanetan kalkulatzen da.

Esleitu daitekeen arriskua luzetarako azterlanetan kalkulatzen da.

Arriskuaren eraginpean egondako taldearen esposizioaren maila arriskuaren eraginpean ez egondakoaren berdina balitz ezabatu ahal izango litzatekeen gaixotasunen portzentajea ezagutzea da kontua.

5. taula - Osasunari egindako kalteen zerrenda adierazgarria arrantza-sektoreko arrisku potentzialen arabera

ARRISKU-FAKTOREAK		OSASUNEAN ERAGINDAKO KALTE NAGUSIAK
Ergonomikoa	Kargen eskuzko manipulazioa eta indarren aplikazioarekin bultzatzea eta arrastatzea	Neke fisiko errepikakorra edo metagarria Muskuluetako lesioak: uzkurdurak, arranpak, zuntz-hausturak eta muskulu-zorroen hantura Apofisi arantzatsuen nekeagatiko erauzketa-lesioak Tendoi eta lotailuetako lesioak: sinobitisa, tenosinobitisa, hausturak eta zaintiratuak Artikulazioetako lesioak: hantura-artritisa, disko herniak Hezurretako lesioak: hausturak eta pitzadurak Lesio neurologikoak: nerbio-harrapatzeak Sabel-hormako lesioak: herniak
	Mugimendu errepikatuak, jarrera behartuak eta presioagatiko neuropatiak	Sorbaldetako eta lepoko traumatismo espezifikokoak: Birakarien mahukako tendinitisa Hodi torazikoko edo kostoklabikularreko sindromea Tentsioagatiko lepoko sindromea Besoko eta ukondoko traumatismo metagarri espezifikokoak: Epikondilitisa eta epitrokleitisa Pronatzaile biribilaren sindromea Burtsitisa Eskuko eta eskumuturreko traumatismo metagarri espezifikokoak: Tendinitisa Tenosinobitisa. Quervainen sindromea eta malguki-hatzaren tenosinobitisa edo tenosinobitis estenosantea Kakotutako hatza I. hatzaren hedatzaile luzeko tenosinobitisa Belaunetako traumatismo metagarri espezifikokoak: Burtsitisa Meniskoko lesioak Belauneko lotailuetako lesioak Presioagatiko neuropatiak: Besoko sarea. Hodi torazikoko konpresioa Sorbalda gaineko nerbioa. Arraila espinoglenoideoko konpresioa Nerbio erradiala. Galtzarbeko, humero-hodiko eta supinatzaileko gelaxkako konpresioa Erdiko nerbioa. Karpoko tuneleko konpresioa

		Nerbio kubitala. Kanal epitroklearreko eta Guyonen kanaleko konpresioa Nerbio femorokutaneo. Izterondoko lotailuko harrapatzea Kanpoko nerbio ziatiko popliteoa. Perone-buruko konpresioa Tibia aurrealdeko nerbioa. Tibia aurrealdeko gelaxkako konpresioa eta iskemia Tibia atzealdeko nerbioa. Tartso tuneleko konpresioa Hatzarteko nerbioak. Morton-en metatarsalgia
Higienikoa: Fisikoa	Zarata	Zaratagatiko hipoakusia
	Bibrazioak	Gorputz osoko bibrazioak: Lunbagoa, gerriko diskopatia, ziatalgia Digestio-arazoak eta sabeleko minak Gernu-arazoak, prostatitis Nahasteak hilekoan Karena askatzea, berezko abortuak, garaiz lehenagoko erditzeak, pisu txikiegia jaiotzean Oreka-arazoen gehikuntza Ikusmeneko nahasteak, zefaleak, insomnia Nahaste baskular periferikoak
	Erradiazio ultramorea (eguzkia)	Larruazaleko lesio gaiztoak eta premalignoak: Keratosi aktinikoa Kartzinoma espinozelularra Kartzinoma basozelularra Melanoma
	Hotza	Nahaste orokorrak: Hipotermia Nahaste lokalizatuak: Izozteak Eritema gontza Lubaki-oina Murgiltze-oina Hotzaren eraginpean egoteagatik larritutako gaixotasunak: Arterietako hipertentsioa Bihotzeko patologia: iskemia, bihotz-gutxiegitasuna, aritmiak Diabetes mellitus Bihotz-hodietako patologia: Raynaud-en eritasuna Behoko gorputz-adarren iskemia kronikoa Akrozianosis

		Hotzagatiko urtikaria Hotzagatiko rinitisa Erdiko otitisa Arnasbideetako eritasunak: asma, arnasbideetako infekzioak, atelektasiak, arnas gutxiegitasuna Hipotiroidismoa Odol-hodien hanturazko gaixotasunak Krioglobulinemiak A frigore hemoglobinuria paroxistikoa
	Hezetasuna	Larruazalaren beratzea eta narritadura Hotzaren ondorioak errazten ditu, kaltetutako larruazaleko infekzioak (dermatomikosia, intertrigoa, bakterioengatiko infekzioak) eta narritaduragatiko nahiz alergia-gatiko dermatosiak eragiten dituzten beste agente batzuen ondorioak erraztuz
	Beroa	Nahaste sistemikoak: Beroagatiko akidura Beroagatiko arranpa Bero-kolpea Hiperpirexia Sinkope termikoa Beroagatiko neke igarokorra Larruazaleko alterazioak: Larruazaleko erupzioak Erredurak Deshidratazioa eta gatzgabetzea Anhidrosia Zirkulazio-sistema periferikoko alterazioak
Higienikoa: Kimikoa	Dermatosia	Ukipeneko dermatitis alergikoa Ukipeneko dermatitis narritatzailea Akne okupazionala Ukipeneko urtikaria Larruazaleko minbizi okupazionala
	Substantziak inhalatzea	Asma immunologikoa edo hipersentikortasunagatikoa Asma ez-immunologikoa edo sortasun-aldirik gabekoa Lanak larritutako asma

Higienikoa: Biologikoa	Larruazalak eta mukosak ingurunea eta itsasoko organismoak zuzenean ukitzea	Ur gaziak eragindako forunkulua Alga kizkurrek eragindako azkura edo erupzioa Bakailaoak eragindako urtikaria Arrantzalearen konjuntibitisa Dermatomikosia: - Trichophyton mentagrofites - Hainbat Candida mota - Epidermophyton floccosum - Tricoporum cutaneum Bakterioengatiko infekzioak: - Arrainagatiko erisipeloidea - Mycobacterium marinum - Streptococcus iniae - Bibrio generoa - Tetanosa Ziztadengatiko lesioak Hozkadengatiko lesioak Ukitzeengatiko lesioak Honako hauek hartu behar dira kontuan: - Jarduera-mota - Langileak zer lekutan garatzen duen (eremu endemikoak). (Adib.: paludismoa, sukar horia...)
Psikosoziala	Itsasoko lanaren laneko ezaugarri fisikoen inguruan gertatu edo larritutako alterazio psikiko eta mentalak	Umore-nahasteak: - Gertakari depresiboa - Nahaste depresibo errepikakorra - Umorearen nahaste errepikakorrak - Beste umore-nahaste batzuk - Umorearen nahaste zehaztu gabea Nahaste neurotikoak, estresarekin loturiko nahasteak eta nahaste somatomorfoak: - Fobiazko herstura-nahasteak - Beste herstura-nahaste batzuk - Nahaste obsesibo-kompulsiboa - Estres larriarekiko erreakzioa - Egokitze-nahasteak - Nahaste disoziatiboak (konbertsiokoak) - Nahaste somatomorfoak - Beste nahaste neurotiko batzuk Akidura emozionala edo <i>burn out</i> Adikzioak

6. taula – Osasun-adierazleak

JATORRIAREN ARABERAKO DATUAK	ERABILGARRITASUNA	ADIERAZLEAK
Osasunaren zaintza indibiduala	Laneko kaltea goiz detektatzea	<u>Intzidentzia</u> = aldi bateko kasu berrien kopurua/aldi horretan arriskuaren eraginpean egondako jende kopurua <u>Nagusitasuna</u> = une jakin batean egondako kasu kopurua/une horretako langile kopurua
Gaixotasun profesionalak	GP gisa aitortutako laneko kaltea	<u>Intzidentzia</u> = aldi bateko kasu berrien kopurua/aldi horretan arriskuaren eraginpean egondako jende kopurua <u>Nagusitasuna</u> = une jakin batean egondako kasu kopurua/une horretako langile kopurua <u>Intzidentzia-tasa</u> = aldi bateko GPen kasu berrien kopurua/100.000 langile GPengatiko bajen batez besteko iraupena GPak GP multzoen arabera, sexuaren arabera, jardueraren arabera, adinaren arabera eta nazionalitatearen arabera
Laneko istripuak	LI gisa aitortutako laneko kaltea	<u>Intzidentzia-indizea</u> = aldi batean gertatutako istripu kopurua/aldi horretako langile kopurua <u>Maiztasun-indizea</u> = baja kopurua/lan-orduen kopurua <u>Larritasun-indizea</u> = laneko istripuengatik lanera ez joandako egun kopurua/arriskuaren eraginpean egondako langileek lanean emandako ordu kopurua
Gaixotasun arruntagatiko ABE	Aitortu gabeko laneko kaltea Gaixotasun berriak detektatzea	<u>Nagusitasuna</u> = gaixotasun arruntagatiko ABEngatik une jakin batean lanean ari ez den langile kopurua/une horretako langile kopurua <u>Maiztasun-indizea</u> = baja kopurua/lan-orduen kopurua
Osasun-inkesta	Langileen gaixotze-tasa	<u>Intzidentzia</u> = aldi bateko kasu berrien kopurua/aldi horretan arriskuaren eraginpean egondako jende kopurua <u>Nagusitasuna</u> = une jakin batean egondako kasu kopurua/une horretako langile kopurua

7. taula - Ezbehar-tasaren (LI eta GP) datuak biltzeko inprimaki-eredua

EZBEHAR-TASAREN DATUAK	Gizona	Emakumea
Langile kopurua		
Bajadun LI kopurua		
Baja gabeko LI kopurua		
Bajadun GP kopurua		
Baja gabeko GP kopurua		
Intzidentzia-tasak x 1000		
Bajadun LI		
Baja gabeko LI		
Bajadun GP		
Baja gabeko GP		
1. multzoko bajadun eta baja gabeko GP		
2. multzoko bajadun eta baja gabeko GP		
3. multzoko bajadun eta baja gabeko GP		
4. multzoko bajadun eta baja gabeko GP		
5. multzoko bajadun eta baja gabeko GP		
6. multzoko bajadun eta baja gabeko GP		
Maiztasun-tasak		
Bajadun LI		
Baja gabeko LI		
Bajadun GP		
Baja gabeko GP		
Larritasun-indizea		
Bajadun LI		
Bajaren iraupena		
Bajadun LI		
Bajadun GP		

8 taula - Arrantza-sektorean sor daitezkeen gaixotasun profesionalak, gaixotasun profesionalen taulari jarraituta

Multzoa	Agentea	Azpiagentea	Gaixotasun profesionalak eta horiek sortzeko gai diren jarduera nagusien zerrenda
I			Agente kimikoek eragindako gaixotasun profesionalak
2			Agente fisikoek eragindako gaixotasun profesionalak
	A		Zaratak eragindako hipoakusia edo gortasuna
	C		Laneko jarrera behartuek eta mugimendu errepikakorrek eragindako gaixotasunak; presioagatiko poltsa serosoetako gaixotasunak, larruazal azpiko zelulitisa:
		01	Sinobialetako edo belauak bermatzeko zonetako larruazal azpiko ehunetako burtsitis kronikoa
		02	Ipurmasaileko, orpo-hezur atzeko eta C7ko eta akromiodeltoideas azpiko apofisi zorrotzeko burtsitisa
		03	Izterreko aurreko fasziaiko burtsitisa
		04	Kanpoko maleoloko burtsitisa
		06	Ukondoko hidroma kronikoa
	D		Laneko jarrera behartuek eta mugimendu errepikakorrek eragindako gaixotasunak; nekeak eta tendoi-zorroen, ehun peritendinosoen eta muskulu eta tendoien lotuneen hanturak eragindako gaixotasunak:
		01	Sorbalda: birakarien mahukako tendoien patologia kronikoa
		02	Ukondoa eta besaurrea: epikondilitisa eta epitrodeitisa
		03	Eskumuturra eta eskua: abduktore luzeko eta hatz lodiko hedatzaile laburreko tendinitisa (Quervain tendinitisa), hatzko tenosinobitis estenosantea (malguki-hatza), lehen hatzko hedatzaile luzeko tenosinobitis
	E		Laneko jarrera behartuek eta mugimendu errepikakorrek eragindako gaixotasunak:
		01	Apofisi arantzatsuen nekeagatiko erauzketa
	F		Laneko jarrera behartuek eta mugimendu errepikakorrek eragindako gaixotasunak: nerbioen paralisia presioagatik:
		01	Kanal epitrokleo-olekranianoaren sindromea ukondoko nerbio kubitalaren konpresioagatik
		02	Karpoko kanalaren sindromea eskumuturreko erdiko nerbioaren konpresioagatik
		03	Guyonen kanalaren konpresioa eskumuturreko nerbio kubitalaren konpresioagatik
		04	Kanpoko nerbio ziatiko popliteoaren konpresioaren sindromea, perone-buruaren pareko konpresioagatik
		05	Zerradun nagusiko, angeluarreko, erronboideko eta zirkunflexuko nerbioen paralisia
		06	Nerbio erradialaren paralisia konpresioagatik
	G		Laneko jarrera behartuek eta mugimendu errepikakorrek eragindako gaixotasunak:
		01	Meniskoko lesioak erauzketa- eta konpresio-mekanismo elkartuengatik, pitzadura edo haustura osoak eraginez
	J	01	Gaixotasun oftalmologikoak erradiazio ultramoreen eraginpean egotearen ondorioz. 100 eta 400 nm arteko uhin-luzeradun erradiazio ez-ionizatzaileen eraginpeko lanak
3			Agente biologikoek eragindako gaixotasun profesionalak
	C	01	Paludismoa, amebiasia, tripanosomiasia, dengea, sukar horia, papataci sukarra, sukar errepikakorra, izurria, leishmaniasia, piana, exantema-ufusa, borreliak eta beste rickettsiosi batzuk:
			Eremu endemikoetan garatutako lanak
	D	01	Beste atal batzuetan jaso ez diren gaixotasun infekzioso eta parasitarioak: mikosia, legionella eta helmintiasia
			Hezetasuneko lanak
4			Beste atal batzuetan jaso ez diren substantzia eta agenteak inhalatzeagatiko gaixotasun profesionalak
	H		Pisu molekular handiko substantziak (landare- eta animalia-jatorriko eta mikroorganismoetako substantziak eta landare- eta animalia-jatorriko eta mikroorganismoetako substantzia entzimatiakoak):
		01	Errinokonjuntibitisa
		02	Asma
		04	Arnasbideetako disuntzio erreaktiboaren sindromea
5			Beste atal batzuetan jaso ez diren substantzia eta agenteek eragindako larruazaleko gaixotasun profesionalak
	A	01	1000 dalton baino gutxiagoko pisu molekular txikiko substantziak
	B	01	1000 dalton baino gehiagoko pisu molekular handiko substantziak
	C	01	Substantzia fotosentsibilizatzaile exogenoak
	D	01	Agente infekziosoak
6			Agente kartzinogenoek eragindako gaixotasun profesionalak

PREBENTZIOKO DIZIPLINEN JARDUERA KOORDINATUA

PREBENTZIO-ZERBITZUAREN BARRUKO KOORDINAZIOA

337/2010 Errege Dekretuak, Prebentzio Zerbitzuen Araudia aldatzen duenak, 18. artikuluan xedatzen du prebentzio-espezialitateetako adituak koordinatuta ariko direla, batik bat lanpostuen prebentziozko diseinuari buruzko funtzioen inguruan, arriskuen identifikazioaren eta ebaluazioaren inguruan eta langileen prestakuntza-planen inguruan.

Laneko Segurtasun eta Osasunari buruzko Espainiako 2007-2012 Estrategiak prebentzio-sistemaren eraginkortasuna eta kalitatea hobetzea du bere helburuetako bat. Horretarako, prebentzioan espezializatutako erakundeetan arreta berezia jarriko du, hain zuzen ere, prebentzio-zerbitzuetarako Legeak ezarrita duen diziplina arteko printzipioa errealitate bihurtzeko premian, osasunaren zaintza kolektiboari arreta handiagoa eskaini behar zaiola adieraziz, zaintza indibidualaren kalterik gabe.

Laneko arriskuen prebentzio-zerbitzuko talde "osoaren" funtzio nagusiak laneko arriskuen prebentzioa eta langileen osasunaren babesa dira eta profesional sanitarioa da kideetako bat.

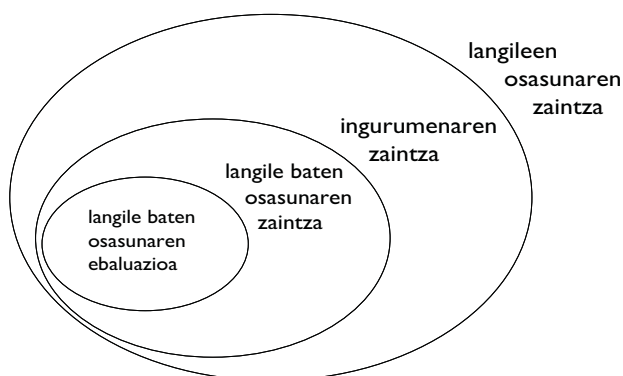
Prebentzioaren azken xedea lortzeko, prebentziozko teknika ugari jarri behar dira jokoan eta, batzuk profesional sanitarioek soilik erabil ditzaketen arren, gauza jakina da osasunaren zaintzak ez duela zentzurik prebentzioko tresna isolatu gisa.

Munduko Osasun Erakundeak honela definitu du **Laneko Medikuntza**: "Banaka edo modu kolektiboan jokatzuz, langileen ongizate fisiko, psikiko eta sozialaren maila gorena lortzeko prebentziozko bitartekoak aztertzen dituen, horien ahalmenarekin, euren lanaren ezaugarri eta arriskuekin, laneko giroarekin eta giro horrek bere ingurunean duen eraginarekin lotuta, eta lanak eragin eta baldintzatutako patologiararen diagnostiko, tratamendu, egokitzapen, birgaitze eta kalifikaziorako bitartekoak sustatzen dituen".

Langileen **osasunaren zaintza** laneko medikuntzaren jardueretako bat da. Enpresaren prebentzio-politikaren barruan txertatutako eta enpresa-jardueran sartutako prozedura gisa ulertzen da, informazio-bilketa sistematikoaren bitartez egiten dena, datuak etengabe sartuta eta langileek jarduera-esparru horretan eta enpresa horretan dituzten arazo espezifikoekin lotuta. Bere helburu nagusia lan-baldintzek langileen osasunean duten inpaktua ulertzea da, kaltea gauzatu baino lehen hobetu ahal izateko, ahal izanez gero lehen mailako prebentzioarekin.

Horregatik, langileen osasunaren zaintza egokia lortzeko, ezinbestekoa da ingurunearen zaintza egitea.

2. irudia - Langileen osasunaren zaintza



Europako Batzordearen Laneko Osasunaren Segurtasun, Higiene eta Babeserako Aholku Batzordeko ad hoc taldearen *Managing workplace health and safety: health surveillance (first draft, 1999)* lanean inspiratua

Laneko Medikuntzako mediku espezialistaren erantzukizuna ez da mugatzen osasun-azterketak egitera eta lantokian arreta sanitario urgentea ematera; langileen artean izaten diren gaixotasunen ezagutza hedatzen, langileak prestatzen eta informatzen eta, prebentzioko gainerako diziplinekin lankidetzan, lantokian osasuna sustatzen ere aritzen da, langilearen osasunaren eta segurtasunaren babesa hobetzeko etengabeko prozesuan. Kontrol-programarik gabe eta arriskuak murrizteko programarik gabe osasun-azterketak garatzea desegokitzat jotzen da.

Hori, batik bat, osasunaren zaintzaren proiektzio kolektiboaren zati bat da. Proiektzio kolektibo horrek prebentzio-prozesuari egiten dizkion ekarpen espezifikoak bere helburuetan zehazten dira.

Horregatik, laneko medikuak eta erizainak diziplina anitzeko taldeko kide dira prebentzio-zerbitzuko gainerako kideekin batera. Euren lana egiteko beste espezialista batzuek emandako informazioa biltzea behar dute eta, aldi berean, bere jarduera espezifikoaren emaitzak arriskuen ebaluazioaren eta prebentzioaren plangintzaren diziplina anitzeko esparruari gehitu, diziplina anitzeko koordinazioari buruzko Prebentzio Zerbitzuen Araudiko 15.2 artikuluko bigarren paragrafoan eta 18. artikuluan xedatuta dagoen bezala.

Laneko medikuntzako eta erizaintzako profesionalek, prebentzio-zerbitzuko gainerako kideekin batera, laneko arriskuen eraginpean egotearen eta arrisku horiek osasunean eragin ditzaketan kalteen arteko lotura posibleak ikertu eta aztertu behar dituzte, laneko baldintzak eta ingurumena hobetzeko eta horien eraginkortasuna baloratzeko neurriak proposatuta. Horretarako, parte hartzen dute arriskuen identifikazioan eta ebaluazioan, lanpostuen diseinuan eta egokitzapenean, langileei ematen zaien prestakuntzan eta informazioan eta enpresariei eta prebentzio-arloan erantzukizunak dituzten organoei ematen zaien aholkularitzan, euren prebentzio-jarduerak behar den bezala gara ditzaten.

Lantokiko ingurumen fisiko-kimikoaren eta psikosozilogikoaren esparruan, laneko medikuek arrisku higieniko, kimiko eta fisikoen ebaluazioa, arrisku biologikoen azterketa, ergonomia eta

psikosoziologia aplikatuko arriskuak, lanpostuen eskakizun psikofisikoen (karga fisikoa, arrisku psikosozialak) azterketa eta esku-hartze higieniko, ergonomiko eta psikosozialeko metodologiak ezagutu behar dituzte eta horietan parte hartu behar dute.

Laneko mediku eta erizainek, diziiplina anitzeko taldeko gainerako kideekin batera, norbera babesteko ekipamenduak (NBE) erabiltzeko premia ezagutu eta baloratu behar du eta ekipamenduak erabili behar dituzten langileen baldintza anatomiko eta fisiologikoak eta osasun-egoera baloratu behar dituzte.

Osasun-azterketa espezifikoak egiteko arriskuen ezagutza oinarritzen da eta, horretarako, horiek identifikatzeko aukera ematen duen diziiplina arteko lana egin behar da.

ESTATUKO OSASUN SISTEMAREKIKO, OSASUN AGINTARITZEKIKO ETA GIZARTE SEGURANTZAREKIKO KOORDINAZIOA ETA LANKIDETZA

Prebentzio-zerbitzuaren barruan dagoen koordinazioa ez da langileen osasuna esku artean dugunean egiten den bakarra. Laneko Arriskuen Prebentzio Legeko 10. artikuluan, Osasunari buruzko Lege orokorreko 21. artikuluan eta Prebentzio Zerbitzuen Araudiko 38. artikuluan xedatuta dagoen bezala, Estatuko Osasun Sistemarekiko eta Osasun Agintaritzekiko koordinazioa eta lankidetzak estua dago.

Horrelako lankidetzak eta koordinazioak egotearen arrazoia Osasun Administrazioak langileen osasunarekiko duen zereginean dago. Laneko osasuna zaintzeko funtzioen artean lanean osasuna galtzearen kausak ezagutzea dago eta, modu horretan, hori ekiditeko prebentzio-planak eta programak ezartzea eta gauzatzea.

Antzeko helburu batekin, Gizarte Segurantzako sisteman gaixotasun profesionalen taula onartzen duen eta hura jakinarazi eta erregistratzeko irizpideak ezartzen dituen Errege Dekretuko 5. artikulua prebentzio-zerbitzuko eta Estatuko Osasun Sistemako medikuek profesionaltzat jo litzaketen gaixotasunen susmoa jakinarazi beharra xedatzen du.

LEHEN LAGUNTZAK

SARRERA

Arrantza-jarduerako lan-baldintzen ondorioz, gidako beste hainbat puntutan adierazi dugun bezala, ezbehar-tasa handienetarikoa da sektorea. Horregatik, laneko arriskuen prebentzioaren ikuspegitik, larrialdiei eta lehen laguntzei eskaintzen zaien arretak garrantzi handia hartzen du arriskuko egoerek sor ditzaketen kalteak minimizatzeko kontuan izan behar diren jarduketan artean.

Laneko arriskuen prebentzioko legeria pertsonen laneko osasunaren eta segurtasunaren inguruko oinarritzko eskubideei eragiten dien legeria da. Bere esparru orokorra ezartzen du eta baita enpresariaren betebeharrak ere, beste batzuen artean, larrialdiko eta lehen laguntzetako egoeretan langileen segurtasuna eta osasuna babesteko behar diren neurriak har ditzan.

Baina arrantza-sektorean, ontziratutako langileentzako larrialdi eta osasun-laguntzako neurriei buruzko nazioarteko eta estatuko arauditik ondorioztatzen direnak gehitzen zaizkie betebeharrak horiei. Kasu horretan, Gizarte Segurantzaren esparruan sartutako prestazioa da.

Euren edukia kontuan hartuta, osatu egiten dira eta ez da ulertu behar bata besteari gailentzen zaiola.

LANEKO ARRISKUEN PREBENTZIOA

Laneko Arriskuen Prebentzioko Legeko 20. artikulua dio enpresaria behartuta dagoela larrialdiko egoera posibleak aztertzea eta langileen segurtasuna eta osasuna babesteko behar diren neurriak hartzea. Legezko betebeharrak hori edozein lan-mota, enpresa-jardura edo sektoretarako da eta langileek laneko osasun eta segurtasunerako duten eskubideari erantzuna ematea du xede. Arriskuen aurkako babesera mugatzen dena baino eduki handiagoko ondasun juridikoa da.

Prebentzio Legea garatuz, arrantza-ontzien barruko laneko segurtasun- eta osasun-baldintza minimoak xedatzen dituen Errege Dekretua aldarrikatu zen. Garrantzitsua da nabarmentzea arau horrek esplizituki jasotzen duela Prebentzio Zerbitzuko Araudia onartzen duen Errege Dekretuko xedapenak arrantza-ontzi guztietan aplikatuko direla. Arrantza-ontzi horien artean sartuko dira, Espainiako bandera duten edo Espainiaren jurisdikziopean erregistratuta dauden eta, merkataritza-ondorioetarako, arraina edo itsasoko beste baliabide bizi batzuk harrapatzeko edo harrapatu eta moldatzeko erabiltzen diren ontzi guztiak.

Laneko Arriskuen Prebentzio Legeko 31. artikulua xedatzen du enpresariak enpresa barruko edo kanpoko prebentzio-zerbitzu batera edo gehiagora jotzen duenean, enpresako arriskumoten arabera lehen laguntzen prestazioan eta larrialdiko planetan behar diren aholkularitza eta

laguntza emateko baldintzetan egon behar dutela zerbitzu horiek. Prebentzio-zerbitzu batek ezinbestean garatu behar dituen funtzioetako bat enpresariari, lehen laguntzen arloan, aholkularitza eta laguntza ematea da.

Arriskuen ebaluazioak aukera eman behar du lehen laguntzen prestazioarekin loturiko premiak zehazteko; honako hau da bere plangintzarako zutabea: arriskuen ebaluazioan duen oinarria, laguntzak emateko premia eta behar den bezala eman ahal izateko behar diren baliabideak zehaztuko dituen.

Hala, laburbilduta, enpresari edo armadorea, prebentzio-zerbitzuaren aholkularitzarekin, prebentzio-jardueren egikaritzaren arduraduna da. Larrialdi eta lehen laguntzen kasuetan eta enpresaren tamainaren arabera, honako hauek hartzen dituzte:

- larrialdiko egoeren definizioa
- lehen laguntzetarako neurriak
- suteen aurkako borrokarako neurriak
- langileen ebakuazioa
- aurreko guztia praktikan jartzeaz arduratuko den pertsonala izendatzea
- aldiro-aldiro simulazioak egitea
- langileen prestakuntza
- tamainaren, jardueraren eta detektatutako larrialdi-egoeren arabera egokia den materiala eskura izatea
- larrialdiko eta salbamenduko kanpoko zerbitzuekiko harremanak.

ONTZIKO SEGURTASUNA

Itsas nabigazioa eta arrantza mundu osoan dira asko hedatutako, tradizio historiko handiko eta garrantzi politiko, sozial eta ekonomiko handiko jarduerak eta, horregatik, jarduera horien inguruko oinarritzko araudia komuna da herrialde askotan eta Nazioarteko Hitzarmenetan oinarritzen da, edo Zuzentarauetan Europar Batasuneko esparruan.

Osasun kontuetan, LANEren (Lanaren Nazioarteko Erakundea) 164. Hitzarmena itsasoko jendearen osasuna babesteari eta osasun-laguntza emateari buruzkoa da. 92/29/EEE zuzentarauak, 258/1999 Errege Dekretuak aldatutakoak, ontzien barruko osasun-laguntza, botikinen zuzkidura, itsasoko langileen osasun-prestakuntza eta urrutiko mediku-kontsulta arautzen ditu. LANEren aipaturiko Hitzarmenaren berrespenak, Osasunari buruzko Lege Orokorrak eta Estatuko Portuen eta Merkataritzako Ontzidiaren Legeak xedatzen dute Hitzarmenak eta Zuzentarauak adierazitako printzipioen estatuko lege-esparrua.

Bestalde, Itsasoko Gizarte Institutuaren egitura eta funtzioei buruzko Errege Dekretuak itsasoko langileen osasun-laguntza esleitzen dio erakunde horri, ontzian nahiz atzerrian. Baita ontziko botikinen ikuskapena eta kontrola eta itsasoko langileen osasun-prestakuntza ere.

Oro har, laneko arriskuen eta itsasoko segurtasunaren prebentzioko araudien osagarritasuna kontuan hartuta, larrialdietako arreta eta lehen laguntzen prestazioa itsas sektorearen parterik handienerako eta, zehazki, arrantza-sektorerako arau bidez ebatzitako eta teknikoki hornitutako egoera da. Honako hauek dira itsasoko langileei ontzian arreta eta laguntza hori bermatzen dioten elementu nagusiak:

- Itsasoko Gizarte Institutuaren osasun-egitura,
- tripulazioen osasun-prestakuntza,
- ontziko botikinaren erabilgarritasuna eta hornidura ona, eta
- irratibidezko mediku-kontsulta.

Horrek asko errazten du ontziratutako langileen inguruko larrialdiekiko eta lehen laguntzetarako neurriekiko armadoreak dituen betebeharrak batzuk betetzea. Beste betebeharrak batzuk, aldiz, bete gabe geratzen dira, esaterako, larrialdiko egoeren definizioa, suteen aurka borrokatzeko neurriak edo aldiro-aldiro simulazioak egitea.

Langileak ontziratuta ez daudenean eta euren lana lehorrean egiten dutenean, portuan edo inguruan, osasun-arreta ontziratzen ez diren sektoreko gainerako langileek jasotzen dutenaren antzekoa da eta horien arretarako lehen laguntzen prestazioaren plangintza egokia egon behar du, arriskuen ebaluazioan oinarritutakoa eta baliabideak ebaluazio horretan identifikatutako premietara egokituta dituenak. Hori dela eta, enpresariak prestazio horretarako behar den guztia ezarri behar du, Laneko Arriskuen Prebentzioko Legeak definitutako betebeharrei erreparatuta.

Premia dagoenean, prebentzio-zerbitzuko pertsonal sanitarioak prestazio hori emango du bere presentziarekin eta, presentzia hori beharrezkotzat jotzen ez denean, lehen laguntzetarako ebakuaziorako eta lekualdaketakarako mekanismoak ezarriko ditu, bete beharreko prozedurak eta eskumenak deskribatutako dituen jarduketako protokolo gisa.

OSASUNAREN SUSTAPENA

Laneko osasunaren sustapenak Laneko Arriskuen Prebentzioari buruzko araudian eta, berrikiago, Laneko Osasun eta Segurtasunerako Erkidegoko 2007-2012 Estrategian aurkitu ditu bere jardueraren oinarriak. Estrategiaren oinarrietako bat da “langileen arteko jokabideen aldaketak sustatzea eta enpresariak osasuna hobetzeko ikuspegiak hartzera bultzatzea”. Baita diskriminazioari aurre egitea eta berdintasuna, zuzentasuna eta enpresen gizarte-erantzukizuna sustatzea ere.

Osasunaren sustapenaren definizio onartuena OMEk 1986an Ottawako Gutunean emandakoa da: “Euren osasunaren gaineko kontrola areagotu eta hobetzeko pertsonen gaitasun-prozesua”.

Definizio horren arabera eta honako hauek kontuan hartuta:

- Osasuna ez da gaixotasunik ez izatea soilik.
- Osasunaren zaintzan eta sustapenean, alderdi fisikoei ez ezik, alderdi psikiko eta sozialei ere erreparatu behar zaie.
- Osasuna ezinbesteko premiak gogobetetzeko ahalmen eta posibilitate gisa hartu behar da. Horien artean sartzen ditugu autonomia, poztasuna eta solidaritatea.
- Osasunak ingurumenarekin negoziatzea eskatzen du, indibidualki nahiz kolektiboki.
- Osasunak lotura du lan-baldintzekin.

Lanean Osasuna Sustatzeko Europako Sareak lantokiari aplikatu dakiokeen honako definizio hau eman zuen 1966an: “Lanean osasuna sustatzea enpresarien, langileen eta gizartearen ahaleginak batzea da lantokian pertsonen osasuna eta ongizatea hobetzeko”.

Lanean osasuna sustatzea honako xede hauek dituzten jarduerak konbinatuta lor daiteke:

- Antolaketa eta lan-baldintzak hobetzea.
- Parte-hartze aktiboa sustatzea.
- Garapen indibiduala sustatzea.

Beraz, osasunaren sustapena laneko arriskuen prebentzioko esku-hartze tradizioaletan txertatzea defendatzen da eta enpresan osasun-programak antolatzen eta martxan jartzen lagunduko duen kontzeptu-esparrua ezartzeko ahalegina egingo da, maila guztietako jarduketak kontuan hartuta: indibiduala, pertsona artekoa, antolaketakoa, girokoa, erakundeetakoa eta soziala; eta aktore garrantzitsu guztien partaidetza eta lankidetzak bilatuta eta sustatuta: administrazio eskudunena, adituenak, enpresariak eta langileak.

Laneko Osasuna eta Osasun Publikoa antzeko helburuak dituzten diziplinak dira, lehena bigarrenaren barruan baitago. Lan-baldintzei leporatu dakizkiekeen osasunerako kalteak dira, euren handitasunagatik, osasun publikoko arazo garrantzitsuenetariko bat eta gizarte osora iristen diren giza kostu eta kostu

ekonomiko handiak dituzte. Bestalde, lanetik kanpoko faktoreek eta jokabide-ohiturek eragin handia dute langileen osasun-egoeran. Horregatik da garrantzitsua langileei zuzendutako osasuna sustatzeko programa eta jarduera espezifikoak ezartzea, lanpostuek eurekin dituzten arriskuen eraginpean egoteagatik langilearen osasunean kalteak prebenitzera bideratutakoak, eta baita langileen bizi- eta osasun-baldintzak hobetzera bideratutako hedapen eta prestakuntzako ekintzak gauzatzea ere.

Arrantza-sektoreko ezaugarriei erreparatuta, prebentzio-zerbitzuek enpresa bakoitzaren eta horien langileen premia zehatzen arabera martxan jar ditzaketen hainbat osasun-programa gomenda ditzakegu.

Tabako-kontsumoaren inguruko prebentzioa eta murrizketa:

- o Tabakoa uzteko komenigarritasunari buruzko aholku automatikoa.
- o Tabakoarekiko mendekotasuna gainditzeko programen sustapena.
- o Kerik gabeko guneen sustapena.

Alkoholismoaren eta beste droga-mendekotasun batzuen prebentzioa eta arreta:

- o Droga-kontsumoa bultza dezaketen laneko arrisku-faktoreen gaineko jarduketa.
- o Bizitza-ohitura osasungarrien eta droga-kontsumoa arbuiazen duen osasun-kulturaren sustapena.
- o Alkoholarekin zerikusia duten arazoak detektatzea elkarrizketa klinikoaren eta galdetegiaren bitartez. Balorazioa eta esku-hartzea mediku-aholkuaren bitartez.
- o Droga-mendekotasuna duen gaixoaren arretarako zerbitzu espezifikoetara desbideratzea, hala behar duten pazienteen diagnostiko, tratamendu eta jarraipenerako.
- o Langile eta enpresarien arteko akordioa jarduketa horiek martxan jartzeko eta langileari lan-harremanean ondorioz ez duela izango bermatzeko.

Arrisku kardiobaskularraren prebentzioa:

- o Arrisku kardiobaskularraren prebentzioari buruzko prestakuntza eta aholkuak, dietetikari buruzko aholkuak emanda, elikagaiak prestatzeaz arduratzen diren langileei arreta berezia eskainiz.
- o Historia klinikoa eta arrisku kardiobaskularra prebenitu eta aztertzeke beharrezkoak diren azterketa eta proba osagarri espezifikoak egitera bideratutako protokolo medikoen aplikazioa, baina ez modu generikoan, osasuna sustatzeko programa baten esparruan baizik.
- o Hala behar duten langileen diagnostiko eta tratamendu egokirako espezialistara bidaltzea.

Sexu-transmisiozko gaixotasunen prebentzioa:

- Bereziki HIES/GIB.
- Sexu-transmisiozko gainerako gaixotasunak ahaztu gabe (sifilisa, gonokozia, txankro biguna, herpes soila, papilomabirusa, etab.).

Lantokian bizitza-estilo eta -ohitura osasungarriak sustatzea:

- Dieta orekatua eta egokia.
- Ariketa fisikoa.

Txertatze-kanpainak:

- Itsasoko Osasun Zentroetan egiten dira, jarduketa propioekin edo beste osasun-erakunde publiko batzuekin lankidetzan. Gaixotasun jakin baten aurrean immunizatuta egoteko premia jomugaren eta ontziaren ibilbidearen baitan egongo da, eta baita hala aholkatzen duten arrisku-faktore pertsonalen baitan ere.
- Tetanosaren aurkako txertoa gomendagarria da itsasoko langile guztientzat baina, edozein kasutan, pertsona helduek bizi diren autonomia-erkidegoan indarrean dagoen egutegira egokitu behar ditu bere txerto-pautak.

OSASUNAREN ZAINITZA HAURDUNALDIAN ETA EDOSKITZAROAN

Haurdun dagoen, erditu duen edo edoskitzaroan dagoen langilearen laneko segurtasuna eta osasuna hobetzeko sustatutako neurrien aplikazioari buruko Kontseiluaren 92/85/EEE Zuzentarauak hainbat xedapen xedatu zituen erkidego-esparruan, jakineko arrisku batzuen aurrean oso sentikorrak diren langileen kolektibo horri babesa ematea xede zutenak. Gure herrialdeari dagokionez, Laneko Arriskuen Prebentzio Legearen bitartez sartu zen zuzentzaraua. Aurrena pertsona langileen familiako eta laneko bizitza bateratzea sustatzeko legeak eta, ondoren, gizon eta emakumeen arteko berdintasun eraginkorrerako Lege Organikoak aldatutako 26. artikuluan, Zuzentzarauko ia xedapen guztiak daude jasota.

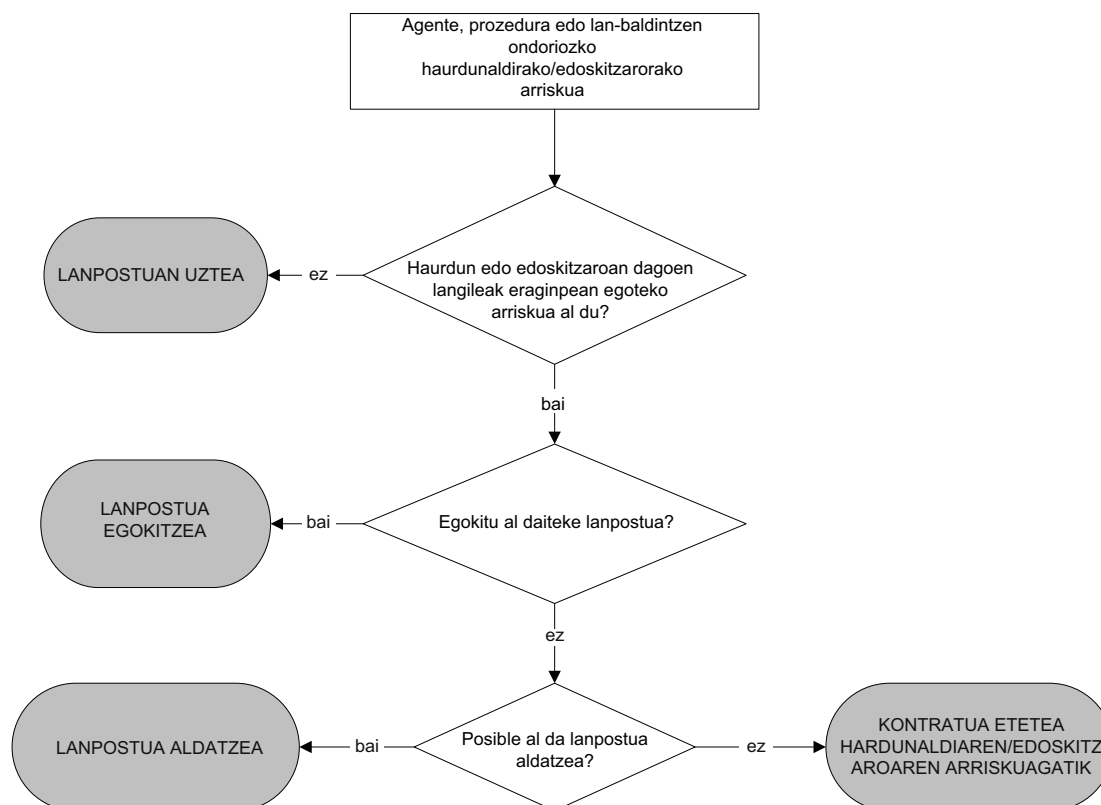
Haurdun dagoen, erditu berria den edo edoskitzaroan dagoen emakumearen babesa Laneko Arriskuen Prebentzio Legeko 26. artikuluan dago jasota; Prebentzio Zerbitzuko Araudiko 37.3 artikulua xedatzen du prebentzio-zerbitzuetako pertsonal sanitarioak haurdun dauden eta erditu berriak diren langileei eragin diezaieketen arriskuak modu berezian aztertu eta baloratu dituela eta prebentzio-neurri egokiak proposatu dituela.

Prebentzio Zerbitzuko Araudia aldatzen duen 289/2009 Errege Dekretuak, haurdun dagoen, erditu berri duen edo edoskitzaroan dagoen langilearen segurtasuna eta osasuna hobetzeko neurrien aplikazioari dagokionez, haurdun edo edoskitzaro naturalean dauden langileen, umekiaren edo edoskitzaro naturalean dagoen haurraren osasunean eragin negatiboa izan dezaketen agente, prozedura eta baldintzen zerrenda ez-exhaustiboa jaso du VII. eranskinean eta haurdun edo edoskitzaro naturalean dauden langileak jasan behar ez dituzten agente eta lan-baldintzen zerrenda VIII. eranskinean.

Europako Erkidegoen batzordearen COM (2000) 446 Jakinarazpenak agente kimiko, fisiko eta biologikoen ebaluaziorako gidalerroak xedatu ditu eta baita haurdun dagoen, erditu duen edo edoskitzaroan dagoen langilearen segurtasunerako edo osasunerako arriskutsutzat jotzen diren prozedura industrialak ere, lehen aipaturiko Zuzentzarauaren garapen gisa.

Aztertutako legerian oinarrituta, honako jokabide-algoritmo hau proposatzen dugu haurdun dagoen, erditu berri duen edo edoskitzaroan dagoen langilearen kasua baloratzeko.

3. irudia - Haurdun dagoen, erditu berri duen edo edoskitzaroan dagoen langilearen kasuaren balorazioa



Bestalde, Gizarte Segurantzak haurdunaldiko arriskuagatik kontratua eteteko egoeraren ondoriozko prestazioak ematearen inguruko bere jarduketa bideratzeko txostena eskatu zion Espainiako Ginekologia eta Obstetrizia Elkarteari (SEGO). Txostenaren ondorioak honako taula honetan daude laburbilduta:

9. taula - Arriskuak eta haurdunaldiko zer garaitatik saihestu behar den arrisku horien eraginpean egotea: SEGOren gomendioak

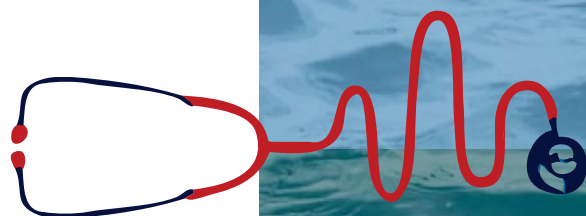
ARRISKUAK	HARTUTAKO NEURRIAK
Zarata: > 80 dB	20. edo 22. astetik aurrera
Muturreko tenperaturak: >36°C edo <0°C	Haurdunaldiaren hasieratik
Kimikoak:	Behin haurdunaldia baieztatutakoan arriskutsu gisa identifikatutako substantziaren bat erabiltzean*
Jarrera behartuak:	Jarrera behartu iraunkorrak dira haurdun dagoenaren lan-jarduera oztopatzen duten ohiko zirkunstantzietako bat. Gomendio zehatzak emateko zirkunstantzia desberdinak baloratu beharko lirateke (karga, maiztasuna, eusteko modua, jarrerak, etab.)
Pisuen erabilera errepikakorra, kargak arrastatu eta bultzatzea: 10 kg-tik gorako pisuen kargak errepikatuta (8 orduko lanaldiko 4 aldiz edo gehiago)	18. astetik aurrera
Enborraren flexioa:	18. astetik aurrera
Gelditzeko egoera errepikakorrak belaun azpiko makurdurekin (10 aldiz baino gehiago/orduko)	
Bi oinen gainean luzaroan egotea: 4 ordutik gora/eguneko	22. astetik aurrera
Bibrazioak:	25. astetik aurrera
Biologikoa:	Lanaren ikuspegitik, onartu behar den arriskua ondorio negatiboa duela frogatuta dagoen egoeretarako da

* Ondoren zerrendan jasota dauden arrisku-esaldiekin etiketatutako produktu kimikoen eraginpean egonez gero, hasiera batean, lanpostua edo zeregina aldatu behar da eta, hori ezinezkoa bada, lanpostua aldatu. Hori posible ez balitz, kontratua etengo da amatasunerako arriskuagatik:

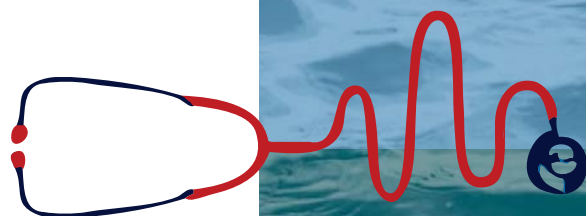
- R60 (kalte egin diezaioke ugalkortasunari)
- R61 (umekiarentzako ondorio kaltegarrien arriskua haurdunaldian)
- R62 (ugalkortasunari kalte egiteko arriskua)
- R63 (umekiarentzako ondorio kaltegarrien arriskua haurdunaldian)

- R64 (kalte egin diezaieke amaren esnearekin elikatutako umeei)
- R46 (herentziazko alterazio genetikoak eragin ditzake)
- R40 (ondorio itzulezinen arriskua)
- R45 (minbizia eragin dezakete)
- R49 (minbizia eragin dezake inhalatzeagatik)
- H361d (umekiarentzako ondorio kaltegarrien arriskua haurdunaldian)
- H361fd (kalte egin diezaioke ugalkortasunari eta ondorioak izan ditzake umekiarengan)
- H361f (ugalkortasunari kalte egiteko arriskua)
- H341 (ondorio itzulezinen arriskua)
- H350i (minbizia eragin dezake inhalatzeagatik)
- H340 (herentziazko alterazio genetikoak eragin ditzake)
- H350 (minbizia eragin dezake)
- H360F (kalte egin diezaioke ugalkortasunari)
- H360D (kalte egin diezaioke umekiari)
- H360FD (kalte egin diezaieke ugalkortasunari eta umekiari)
- H360Fd (kalte egin diezaioke ugalkortasunari eta umekiari kalte egiten diola susmatzen da)
- H360Df (kalte egin diezaioke umekiari eta ugalkortasunari kalte egiten diola susmatzen da)
- H362 (kalte egin diezaieke amaren esnearekin elikatutako umeei)

H ESALDIAK, 298/2009 EDko VII. eta VIII. eranskinetan eta CLP Araudian jasota daudenak



**FASE, ZEREGIN,
AZPIZEREGIN
ETA
MEHATXUEN
MATRIZEA**



OSASUN- AZTERKETAKO FITXAK ARRISKUEN ARABERA

ARRISKU ERGONOMIKOA

ARRISKU ERGONOMIKOA	
Kargak eskuz manipulatzea eta indarren aplikazioarekin bultzatzea eta arrastatzea	
	Kalte posibleak
	Neke fisiko errepikakorra edo metagarria
	Muskuluetako lesioak: uzkurdurak, arrapak, zuntz-hausturak eta muskulu-zorroen hantura
	Apofisi arantzatsuen nekeagatiko erauzketa-lesioak
	Tendoi eta lotailuetako lesioak: sinobitisa, tenosinobitisa, hausturak eta zaintiratuak
	Artikulazioetako lesioak: hantura-artritisa, diskoko hernia
	Hezurreetako lesioak: hausturak eta pitzadurak
	Lesio neurologikoak: nerbio-harrapatzeak
	Sabel-hormako lesioak: herniak
	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Patologia osteomuskularraren aurrekariak
	Patologia neurologikoaren aurrekariak
	Raynaud sindromearen aurrekariak
	Egungo egoera
	Miaketa espezifikoa (88. orrialdetik 91.era)
	Bizkarrezurra
	Lokomozio-aparatuaren miaketa
	Miaketa neurologikoa
	Goiko gorputz-adarra
	Lokomozio-aparatuaren miaketa
	Miaketa neurologikoa
	Beheko gorputz-adarra
	Lokomozio-aparatuaren miaketa
	Miaketa neurologikoa
	Sabelaldeko miaketa

ARRISKU ERGONOMIKOA	
Mugimendu errepikatuak, jarrera behartuak eta presioagatiko neuropatiak	
	Kalte posibleak
	Sorbaldetako eta lepoko traumatismo metagarri espezifikoak
	Birakarien mahukako tendinitisa
	Hodi torazikoko edo kostoklabikularreko sindromea
	Tentsioagatiko lepoko sindromea
	Besoko eta ukondoko traumatismo metagarri espezifikoak
	Epikondilitisa eta epitrokleitisa
	Pronatzaile biribilaren sindromea
	Burtsitisa
	Eskuko eta eskumuturreko traumatismo metagarri espezifikoak
	Tendinitisa
	Tenosinobitisa: Quervainen sindromea eta malguki-hatzaren tenosinobitisa edo tenosinobitis estenosantea
	Kakotutako hatza
	I. hatzaren hedatzaile luzeko tenosinobitisa
	Belaunetako traumatismo metagarri espezifikoak
	Burtsitisa
	Meniskoko lesioak
	Belauneko lotailuetako lesioak
	Presioagatiko neuropatiak
	Besoko sarea: hodi torazikoko konpresioa
	Sorbalda gaineko nerbioa: arraila espinoglenoideoko konpresioa
	Nerbio erradiala: galtzarbeko, humero-hodiko eta supinatzaileko gelaxkako konpresioa
	Erdiko nerbioa: karpoko kanaleko konpresioa

	Nerbio kubitala: kanal epitroklearreko eta Guyonen kanaleko konpresioa
	Nerbio femorokutaneo: izterrendoko lotailuko harrapatzea
	Kanpoko nerbio ziatiko popliteoa: perone-buruko konpresioa
	Tibia aurrealdeko nerbioa: tibia aurrealdeko gelaxkako konpresioa eta iskemia
	Tibia atzealdeko nerbioa: tartso tuneleko konpresioa
	Hatzarteko nerbioak: Mortonen metatarsalgia
	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Patologia osteomuskularraren aurrekariak
	Patologia neurologikoaren aurrekariak
	Raynauden sindromearen aurrekariak
	Egungo egoera
	Miaketa espezifikoa (88. orrialdetik 91.era)
	Bizkarrezurra
	Lokomozio-aparatuaren miaketa
	Miaketa neurologikoa
	Goiko gorputz-adarra
	Lokomozio-aparatuaren miaketa
	Miaketa neurologikoa
	Beheko gorputz-adarra
	Lokomozio-aparatuaren miaketa
	Miaketa neurologikoa

BIZKARREZURRA	
	LOKOMOZIO-APARATUAREN MIAKETA
	IKUSKAPENA
	Sorbalden asimetria
	Bizkarrezurraren ardatzak: aurretik atzerakoa eta albokoa
	HAZTAPENA
	Apofisi zorrotz mingarriak
	Muskuluetako uzkurdurak
	MUGIKORTASUN PASIBOA ETA AKTIBOA
	Flexioa - luzapena
	Lateralizazioa
	Biraketa
	MINA
	MIAKETA NEUROLOGIKOA
	MANIOBRAK:
	Lasègue, Bragard, Schöber, Valsalva
	SENTIKORTASUNA

GOIKO GORPUTZ-ADARRA	
	LOKOMOZIO-APARATUAREN MIAKETA
	IKUSKAPENA (ingurua, hanturak, desbideratzeak, atrofiak...) HAZTAPENA (puntu mingarriak, hantura-aztarnak, krepitazioa...)
	Sorbalda
	Besoa
	Ukondoa
	Besaurrea
	Eskumuturra
	Eskuak

	Hatzak				
	MUGIKORTASUN PASIBOA ETA AKTIBOA				
	Sorbalda: abdukzioa, adukzioa, flexioa, luzapena, barne-biraketa, kanpo-biraketa				
	Ukondoa: flexioa, luzapena, pronazioa, supinazioa				
	Eskumuturra: flexioa, luzapena, pronazioa, supinazioa, desbideratze kubitala, desbideratze erradiala				
	Hatzak: flexioa, luzapena, abdukzioa, adukzioa				
	MINA				
	MIAKETA NEUROLOGIKOA				
	NERBIO-HODIEN HAZTAPENA				
	Hodi klabikularra	Kanal epitroklearra	Eskualde epikondileoa	Karpoko tunela	Guyonen kanala
	MIAKETA NEUROLOGIKOETARAKO MANIOBRAK				
	Tinelen zeinua nerbio-hodietan	Finkelsteinen zeinua	Phalen-en testa	Adsonen maniobra	Hestugune kostoklabikularra
	Hiperabdukzioa	Nerbio kubitalaren luxazioa ukondo parean	Allenen maniobra	Erresistentziaren aurkako pronazioa	
	TENDOI-ERREFLEXUAK				
	Bizipitala	Trizipitala	Estiloerradiala	Kubitopronatzailea	
	SENTIKORTASUNA				
	Ukipenezkoa			Mingarria	

BEHEKO GORPUTZ-ADARRA										
		LOKOMOZIO-APARATUAREN MIAKETA								
		IKUSKAPENA (dismetriak, ingurua, hanturak, desbideratzeak, atrofiak...) HAZTAPENA (puntu mingarriak, hantura-aztarnak...)								
		Aldaka								
		Izterra								
		Belauna								
		Zangoa								
		Orkatila								
		Oinak								
		Hatzak								
		MUGIKORTASUN PASIBOA ETA AKTIBOA								
		Aldaka: abdukzioa, adukzioa, flexioa, luzapena, barne-biraketa, kanpo-biraketa								
		Belauna: flexioa, luzapena								
		Orkatila: flexioa, luzapena, pronazioa, supinazioa, barne-biraketa, kanpo-biraketa								
		Hatzak: flexioa, luzapena, abdukzioa, adukzioa								
		MIAKETARAKO MANIOBRAK								
		Aldaka:		Trendelenburg						
		Belauna:		Lachman	CARE Pibota	CARI Pibota	Aurreko kaxa	Atzeko kaxa	LLE aharrausia	LLI aharrausia
		Meniskoa:		Steinmann		Graham Apley		McMurray	Moragas	
		MINA								
		MIAKETA NEUROLOGIKOA								
		NERBIO-HODIEN HAZTAPENA								
		Muxarradura ziatikoa				Perone-burua		Tartsoko tunela		
		MIAKETA NEUROLOGIKOETARAKO MANIOBRAK								
		Tinelen zeinua nerbio-hodietan		Piramidalare n maniobra		Lasègueren maniobra		Lasègueren maniobra alderantzikatua		Erresistentziaren aurkako indarra

	TENDOI-ERREFLEXUAK	
	Errotulianoa	Akilesekoa
	OIN-ZOLAKO LARRUAZALEKO ERREFLEXUAK	
	Flexioan	Luzatuta
	SENTIKORTASUNA	
	Ukipenezkoa	Mingarria

ARRISKU ERGONOMIKOA																																
Bi oinen gaineanluzaroan egotea																																
Zirkulazio-sistema periferikoko alterazioak																																
	IKUSKAPENA																															
	Zainen balorazio klinikoa (Internacional Consensus Committee on Venous Disease)																															
	<table> <tr> <th>Klasea</th><th>Definizioa</th><th>Argitzeak</th></tr> <tr> <td>C0</td><td>IVCren begien bistako zeinu edo zeinu nabarmenik gabe</td><td></td></tr> <tr> <td>C1</td><td>Telangiektasiak, sare-formako zainak, maleoloko sumintasuna</td><td>Telangiektasia: <1mm-ko diametroko benula intradermiko Sare-formako zaina: <3mm-ko diametroko zain subdermiko dilatatua eta ez-haztagarria</td></tr> <tr> <td>C2</td><td>Barizedun zainak</td><td></td></tr> <tr> <td>C3</td><td>Larruazaleko alteraziorik gabeko edema</td><td></td></tr> <tr> <td>C4</td><td>IVCren larruazaleko bigarren mailako alterazioak</td><td></td></tr> <tr> <td>C4A</td><td></td><td>Pigmentazioa, zain-ekzema edo biak</td></tr> <tr> <td>C4B</td><td></td><td>Lipodermatosklerosia, atrofia zuria edo biak</td></tr> <tr> <td>C5</td><td>Zaineko ultzera orbandua</td><td></td></tr> <tr> <td>C6</td><td>Zaineko ultzera aktiboa</td><td></td></tr> </table>	Klasea	Definizioa	Argitzeak	C0	IVCren begien bistako zeinu edo zeinu nabarmenik gabe		C1	Telangiektasiak, sare-formako zainak, maleoloko sumintasuna	Telangiektasia: <1mm-ko diametroko benula intradermiko Sare-formako zaina: <3mm-ko diametroko zain subdermiko dilatatua eta ez-haztagarria	C2	Barizedun zainak		C3	Larruazaleko alteraziorik gabeko edema		C4	IVCren larruazaleko bigarren mailako alterazioak		C4A		Pigmentazioa, zain-ekzema edo biak	C4B		Lipodermatosklerosia, atrofia zuria edo biak	C5	Zaineko ultzera orbandua		C6	Zaineko ultzera aktiboa		
Klasea	Definizioa	Argitzeak																														
C0	IVCren begien bistako zeinu edo zeinu nabarmenik gabe																															
C1	Telangiektasiak, sare-formako zainak, maleoloko sumintasuna	Telangiektasia: <1mm-ko diametroko benula intradermiko Sare-formako zaina: <3mm-ko diametroko zain subdermiko dilatatua eta ez-haztagarria																														
C2	Barizedun zainak																															
C3	Larruazaleko alteraziorik gabeko edema																															
C4	IVCren larruazaleko bigarren mailako alterazioak																															
C4A		Pigmentazioa, zain-ekzema edo biak																														
C4B		Lipodermatosklerosia, atrofia zuria edo biak																														
C5	Zaineko ultzera orbandua																															
C6	Zaineko ultzera aktiboa																															
	HAZTAPENA																															
	Tenperatura, pulsu periferikoen alterazioak, Schwartzman maniobra																															
	MIAKETARAKO MANIOBRAK																															
	Trendelemburg, Perthes, Pratt																															

ARRISKU HIGIENIKOA

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA		
Zarata		
	Kalte posibleak	
	Zaratagatiko hipoakusia	
	Osasun-azterketa	
	Anamnesi espezifikoa	
	Patologia otologikoaren aurrekariak	
	Entzumenaren egungo egoera	
	Haurduntza emakumearen kasuan	
	Botika ototoxikoak hartzea	
	Tabako-kontsumoa	
	NBEen benetako erabilera	
	Lanetik kanpoko giroan zarataren eta substantzia ototoxikoen eraginpean egotea	
	Miaketa espezifikoa	
	Entzumen-aparatuaren miaketa	
	Otoskopia	
	Audiometria	

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA		
Gorputz osoko bibrazioak		
	Kalte posibleak	
	Lunbagoa, gerriko diskopatia, ziatalgia	
	Digestio-arazoak eta sabeleko minak	
	Gernu-arazoak, prostatitisa	
	Nahasteak hilekoan	
	Karena askatzea, berezko abortuak, garaiz lehenagoko erditzeak, pisu txikiegia jaiotzean	
	Oreka-arazoen gehikuntza	
	Ikusmeneko nahasteak, zefaleak, insomnioa	
	Nahaste baskular periferikoak	
	Osasun-azterketa	
	Anamnesi espezifikoa	
	Lunbagoa, gerriko diskopatia, ziatalgia	
	Digestio-arazoak eta sabeleko minak	
	Gernu-arazoak, prostatitisa	
	Nahasteak hilekoan	
	Haurduntza	
	Oreka-arazoen gehikuntza	
	Ikusmeneko nahasteak, zefaleak, insomnioa	
	Nahaste baskular periferikoak	
	Miaketa espezifikoa (anamnesiaren arabera)	
	Bizkarrezurra	
	Lokomozio-aparatuaren miaketa	
	Ikuskapena	
	Sorbalden asimetria	
	Bizkarrezurraren ardatzak: aurretik atzerakoa eta albokoa	

	Haztapena
	Apofisi zorrotz mingarriak
	Muskuluetako uzkurdurak
	Mugikortasun pasiboa eta aktiboa
	Flexioa - luzapena
	Lateralizazioa
	Biraketa
	Mina
	Miaketa neurologikoa
	Maniobrak
	Lasègue, Bragard, Schöber, Valsalva
	Sentikortasuna
	Sabelaldeko miaketa: ikuskapena, haztapena eta auskultazioa
	Miaketa prostatikoa: ikuskapena, haztapena, behar izanez gero espezialistarengana bidaltzea
	Miaketa ginekologikoa: ikuskapena, haztapena, behar izanez gero espezialistarengana bidaltzea
	Miaketa neurologikoa
	Oreka eta mugimenduen koordinazioa
	Nistagmo, eskua-sudurra koordinazioa, Rombergen proba, Unterbergerren eta Babinsky-Weilen probak, Baranyren proba
	Ikusmen-alterazioak
	Begi-ikuskapena eta ikusmen-zolitasunaren balorazioa
	Zirkulazio-sistema periferikoko alterazioak
	Ikuskapena: zainen balorazio klinikoa (Internacional Consensus Committee on Venous Disease)
	Haztapena: temperatura, pultsu periferikoen alterazioak, Schwartzen maniobra
	Maniobrak: Trendelemburg, Perthes, Pratt

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA		
Erradiazio ultramorea (eguzkia)		
	Kalte posibleak	
		Larruazaleko lesio gaiztoak eta premalignoak
		Keratosi aktinikoa
		Kartzinoma espinozelularra
		Kartzinoma basozelularra
		Melanoma
	Osasun-azterketa	
		Anamnesi espezifikoa
		Larruazalaren miaketa (lupadun lanparak erabilia)
		Ikuskapena
		Haztapena
		Deskripzioa: itxura, tamaina, hedapena, kokapena eta lesioen banaketa-eredua

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA		
Hotza		
	Kalte posibleak	
	Nahaste orokorrak	
	Hiopotermia	
	Nahaste lokalizatuak	
	Izozteak	
	Eritema gontza	
	Lubaki-oina	
	Murgiltze-oina	
	Hotzaren eraginpean egoteagatik larritutako gaixotasunak	
	Arterietako hipertentsioa	
	Bihotzeko patologia: iskemia, bihotz-gutxiegitasuna, arritmiak	
	Diabetes mellitus	
	Bihotz-hodietako patologiak: Raynaud-en eritasuna	
	Beheko gorputz-adarren iskemia kronikoa	
	Akrozianosis	
	Hotzagatiko urtikaria	
	Hotzagatiko rinitisa	
	Erdiko otitisa	
	Arnasbideetako eritasunak: asma, arnasbideetako infekzioak, atelektasiak, arnas gutxiegitasuna	
	Hipotiroidismoa	
	Odol-hodien hanturazko gaixotasunak	
	Krioglobulinemiak	
	A frigore hemoglobinuria paroxistikoa	

	Osasun-azterketa	
	Nahaste lokalizatuak	
	Ikuskapena	
	Haztapena	
	Pertsona oso sentikorrak	
	Patologia kronikodun pertsonak: egoera hotzetan areagotzeko edo oreka galtzeko aldiak izan ditzaketen bihotzeko edo arnasbideetako patologiak, patologia hematologikoak, endokrinoak edo odol-hodien mugimenduarenak	
	Lasaigarriekin, depresioaren aurkakoeekin eta abarrekin tratamenduan dauden pertsonak	
	Haurduntza emakumearen kasuan	
	Sentikortasunaren araberako anamnesi espezifikoa	
	Sentikortasunaren araberako miaketa espezifikoa	
	Kardiobaskularra	
	Arterietako tentsioa Bihotz-auskultazioa Elektrokardiograma Medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk	
	Arnasbideetako	
	Biriken auskultazioa Arnasbideen funtzio-probak Bularraldeko x izpiak eta medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk	
	Endokrinoak eta hematologikoak	
	Gluzemia	
	Hematimetria	
	Gernuaren analitika	
	Tiroide-probak	
	Medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk	

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA	
Hezetasuna	
	Kalte posibleak
	Larruazalaren beratzea eta narritadura
	Hotzaren ondorioak errazten ditu, kaltetutako larruazaleko infekzioak (dermatomikosia, intertrigoa, bakterioengatiko infekzioak) eta narritaduragatiko nahiz alergiagatiko dermatosiak eragiten dituzten beste agente batzuen ondorioak erraztuz
	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Larruazalaren miaketa (lupadun lanparak erabilita)
	Ikuskapena
	Haztapena
	Deskripzioa: itxura, tamaina, hedapena, kokapena eta lesioen banaketa-eredua

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA	
Beroa	
	Kalte posibleak
	Nahaste sistemikoak
	Beroagatiko akidura
	Beroagatiko arranpa
	Bero-kolpea
	Hiperpirexia
	Sinkope termikoa
	Beroagatiko neke igarokorra
	Larruazaleko alterazioak
	Larruazaleko erupzioak
	Erredurak
	Deshidratazioa eta gatzgabetzea
	Anhidrosia
	Zirkulazio-sistema periferikoko alterazioak
	Osasun-azterketa
	Zirkulazio-sistema periferikoko alterazioak
	Ikuskapena: zainen balorazio klinikoa (Internacional Consensus Committee on Venous Disease)
	Haztapena: tenperatura, pulsu periferikoen alterazioak, Schwartz maniobra
	Maniobrak: Trendelemburg, Perthes, Pratt
	Pertsona oso sentikorrak
	Zereginean ohiturarik ez duten pertsonak
	Berora ohitzeko aldirik izan ez duten pertsonak
	55 urtetik gorako pertsonak
	Pertsona gizenak
	Patologia kronikodun pertsonak: egoera beroetan areagotzeko edo oreka galtzeko aldiak izan ditzaketen bihotzeko edo arnasbideetako patologia edo patologia hematologikoak edo endokrinoak

	Hipertentsioaren aurkakoein, lasaigarriekin edo depresioaren aurkakoein tratamenduan dauden pertsonak
	Haurduntza emakumearen kasuan
	Sentikortasunaren araberako anamnesi espezifikoa
	Sentikortasunaren araberako miaketa espezifikoa
	Gizentasuna
	GMI
	Kardiobaskularra
	Arterietako tentsioa Bihotz-auskultazioa Elektrokardiograma Medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk
	Arnasbideetakoak
	Biriken auskultazioa Arnasbideen funtzio-probak X izpiak eta medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk
	Endokrinoak eta hematologikoak
	Gluzemia
	Hematimetria
	Tiroide-probak
	Medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk

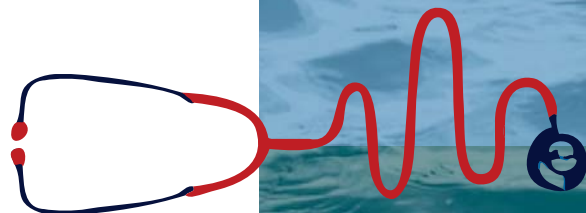
ARRISKU HIGIENIKOA: KIMIKOA		
Dermatosia		
	Kalte posibleak	
		Ukipeneko dermatitis alergikoa
		Ukipeneko dermatitis narritatzailea
		Ukipeneko urtikaria
		Akne okupazionala
		Larruazaleko minbizi okupazionala
	Osasun-azterketa	
		Anamnesi espezifikoa
		Larruazalaren miaketa (lupadun lanparak erabilia)
		Ikuskapena
		Haztapena
		Deskripzioa: itxura, tamaina, hedapena, kokapena eta lesioen banaketa-eredua
		Proba alergikoak: IgE espezifikoak, Prick-testa, probokazio espezifikoko probak

ARRISKU HIGIENIKOA: KIMIKOA	
Asma okupazionala	
	Kalte posibleak
	Asma immunologikoa edo hipersentikortasunagatikoa
	Asma ez-immunologikoa edo sortasun-aldirik gabekoa
	Lanak larritutako asma
	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Asma okupazionalaren eta ez-okupazionalaren aurretiko historia
	Errinitis edo errinokonjuntibitis okupazionalaren historia
	Egungo sintomatologia
	Atopiaren aurrekariak
	Tabakismoa
	Miaketa espezifikoa
	Bihotzaren eta biriken auskultazioa
	Oinarrizko espirometria
	Bronkodilatazio-probadun espirometria
	Substantzia-motaren araberako proba alergikoak
	Serieko peak-flowa

ARRISKU PSIKOSOZIALA

ARRISKU PSIKOSOZIALA	
	Kalte posibleak
	Umore-nahasteak: Aldi depresiboa, nahaste depresibo errepikakorra, umorearen nahaste errepikakorrak, umorearen beste nahaste batzuk, umorearen nahaste espezifikatu gabea
	Nahaste neurotikoak, estresarekin loturiko nahasteak eta nahaste somatomorfoak: Herstura-nahaste fobikoak, hersturaren inguruko beste nahaste batzuk, nahaste obsesibo-kompulsiboa, estres larriaren eta egokitzapen-nahasteen aurreko erreakzioa, nahaste disoziatiboak (konbertsiokoak), nahaste somatomorfoak, beste nahaste neurotiko batzuk
	Akidura emozionala edo <i>burn out</i>
	Adikzioak
	Osasun-azterketa
	Anamnesia eta miaketa espezifikoa
	Hasiera
	General Health Questionnaire, 12 itemekoa (GHQ-12): 2tik gorako puntuazioen kasuan: orientazioko diagnostikoa egin
	Orientazioko diagnostikoa
	Zuzenduriko elkarrizketa irekia
	Elkarrizketaren tresna osagarriak: PRIME-MD galdetegia MINI (MINI INTERNATIONAL NEUROPSYCHIATRIC INTERVIEW) elkarrizketa egituratua MBI-GS (Maslach Burnout Inventory, Burn-out susmatzen den kasuan) galdetegia Kontsumoen susmo edo erreferentziaren aurrean Alkohol kontsumoari buruzko tresna osagarriak: CAGE, AUDIT

	Arrisku psikosozialeko faktoreen identifikazioa
	Arrisku psikosoziala identifikatzeko elkarrizketa: “The Management Standards for Work-Related Stress” ereduan oinarrituta dago, eta kontuan hartzen ditu pertsona afektatuaren pertzepzioa eta lanaren antolaketaren jakineko alderdi batzuk. Oinarrizko 6 arlo aztertzen ditu: eskakizuna, kontrola, laguntza, harremanak, aldaketa eta rolak Tresna osagarria: PSQ CAT2I COPSOQ (Kopenhageko galdetegi psikosozialaren espainierazko egokitzapena) galdetegiaren bertsio laburtua
	Lanarekin lotura duen diagnostikoa
	Hil ala biziko gertakari estresagarriak miazteko elkarrizketarako gidoia
	Pertsona oso sentikorrak
	Aurrez diagnostikatutako patologia psikiatriko zorrotzeko aurrekariak dituzten pertsonak Alterazio sentsozialak dituzten pertsonak Estres-egoeretan areagotzeko edo oreka galtzekoaldiak izan ditzaketen patologia kronikodun pertsonak Jokabide adiktiboen aurrekariak dituzten pertsonak



GLOSARIOA

GLOSARIOA

Ababorra: Popatik brankara begira jarrita, ontziaren ezker aldea.

Abarloatu: Ontzi bat beste ontzi baten edo kai baten aldamenean jartzea, haren aldamena ukitzen duela. Bat baino gehiago badaude, bata bestearen ondoan, lehen ilaran, bigarren ilaran eta abar lotuta daudela esaten da.

Aginte-tokia: Bizkarraren gaineko leku garaiena, ontzia gobernatzeko eta, egonez gero, etengabeko zaintza antolatzeko erabiltzen dena.

Aingura: Ontzia hondoari lotzeko erabiltzen den objektu astuna. Oro har, metalezkoak izaten dira eta kako-forma izaten dute bere muturretako batean. Mutur horiei "azazkalak" esaten zaie eta aingura modernoetan mugikorrak izaten dira, patenteko ainguretan bezala. Horiek ez dute zeporik izaten. Ainguratzea.

Ainguratu: Aingura bat edo gehiago erabiliz, ontzia hondoari lotzeko ekintza da.

Alatu: Marinelen hizkeran, arrantza-aparailu bati buruz ari garenean, jasotzea esan nahi du.

Altura: Itsasoan altura hitza erabiltzen da kostatik urrun dagoen guztia izendatzeko. Adibidez, alturako arrantza, alturako flota, alturako tretza, etab. Hedaduraz, industrial edo komertzial adiera ere badu.

Alturako arrantza: Itsas zabalean egiten da harrapaketa handiagoak egiteko aukera ematen duten ontzi eta teknikak erabiliz. Ontziek ekipamendu handiak behar dituzte, harrapatu nahi diren arrainen arabera desberdinak izan behar dutenak. Lan horiek burutzeko ezinbestekoa da itsas zabalean hainbat egun igarotzea arrain-sardei eta migrazioei jarraituz. Gaur egun alturako arrantza eta urrutiko edo altura handiko arrantza bereizten dira. Altura handiko arrantzan sei hilabeteko kanpaina egitera joaten dira arrantzaleak, Islandiara edo Ternuara. Elkarren artean oso alde txikiak dituzten arrantza industrialaren bi alderdi dira. Harrapaketak portuetako lonjetan saltzen dira beti. Espainiari dagokionez, alturako arrantza Ternuako, Kanadako edo Afrikako kostako arrantza-tokietan egiten da.

Altxatu: Ontzira zerbait jasotzea, oro har, kable eta polea bidez.

Amarra: Itsasoan erabiltzen den soka edo kablea, objektu edo piezaren bat finkatzeko balio duena.

Amua: Metalezko arpoi txiki edo kakoa da, pita edo alanbre batetik zintzilikatu eta beita jarrita arrantzan egiteko balio duena.

Amu-arrantza: Arrantzako aparailu selektiboa da. Beita jarrita duen amuarekin egiten da, arraina beita jaten hasten denean amuan harrapatuta geratzen da. Amu-arrantzako hainbat aparailu daude: lerro edo txanbela, tretza txikia, harri bola, kazako edo xaxiango arrantza, etab.

Anamnesia: Grekoko ana, berria, eta mnasthai, gogoratu, hitzek osatzen dutena. Pazienteak berak edo familiakoek emandako datuak dira, gaixotasunaren hasieratik medikuak aztertu arterainokoak. Anamnesia historia klinikotik abiatzen da eta hainbat datu biltzen ditu, esaterako, filiazioa, kontsultaren

motiboa edo aurrekari familiarak eta pertsonalak. Horietako batzuei buruzko informazio zabala izango dugu aurrez egindako elkarrizketaren bitartez. Galdeketa sistematikoak aukera eman behar digu sintoma nabarmenenak eta sintoma horiek pazientearen biografian duten bilakaera ezagutzeko. Baieztatzeko edo ezeztatzeko datuak biltzeko aukera emango digun hipotesi diagnostikoa egitea da kontua.

Aparailua: Erabiltzen diren elementu edo tresnen multzoa. Arrantza-motaren arabera, batzuk edo besteak erabiltzen dira, batzuk generikoak diren arren. *Aparailua* ere esaten zaio arrantzako lerroaren azken zatiari.

Arlinga: Arrantza-aparailuaren kortxoei edo berunei eusten dien amarra sendoa. Aldi berean, bukaera ematen dio mailari.

Arrantza-aparailua: Arrantzaleen esanetan arrantzan egiteko asmakizuna zen arrantza-aparailua, tranpa- edo sare-motaren batek osatutakoa. Gaur egun arrainak harrapatzeko balio duen edozer gauzari esaten zaio arrantza-aparailua, baita edozein tretza edo aparailuri ere.

Arrantza-tokia: Arrantza egiten den plataforma kontinentalaren barruan dagoen espazioa.

Arrastea: Lan egiteko moduagatik izen hori hartzen duen arrantza-mota da, hondoan arrastan egiten delako, alegia. Ontzi batek, arraste-ontziak, atoiaren eramaten du eta, aurrera doan heinean, parean jartzen zaion arrantza harrapatzen du sarean. Sarea arrastan eramanda harrapatzen da arraina, mailasarean geratu gabe. Hondoko arraste-arrantza edo irekidura bertikal handiko arraste-arrantza izan daiteke.

Artisau-arrantza: Arrantzale batek edo gehiagok egindako jarduera. Erregistro gordineko 10 tona (EGT) baino gutxiagoko ontziekin itsasoan, kosta inguruko uretan, edo barruko uretan, geza nahiz gazietan, egindako arrantza da.

Askatu: Marinelen hizkeran, zerbait uretara bota edo askatzea.

Atrakatu: Ontzi bat kaiaren edo beste ontzi batzuen kontra jartzea, geldirik uzteko asmoz.

Baxurako arrantza: Kosta inguruan egiten da ontzi txikiekin, oro har, artisau-metodoekin eta egunez. Batzuetan gauez ere egiten da argi egokiekin. Itsasertzeko edo baxurako flota 20 eta 100 tona bitarteko ontziek osatzen dute eta familia- edo artisau-flota 20 tona baino gutxiagoko ontziek.

Baxurako flota: Baxurako arrantza, askotan "artisau" deituriko arrantzarekin identifikatzen dena, arrantza egiteko aparailu tradizionalak erabiltzen dituen da, oro har, ontzi txiki edo ertainetan, eta kostaldeko uretan edo, gutxienez, plataforma kontinentalean geratzen dena.

Beita: Arrainentzako janaria. Amuan jartzen den jakia.

Beitatu: Amuan beita jartzea.

Biratu / Biratze: Harrapaketak biltzeko sare edo tretza uretatik ateratzea.

Biratu: Norabidea aldatu. Ontziak ez dira "giratzen", biratu egiten dira.

Bogatzea: Arraun egitea.

Branka: Ontziaren aurreko aldea.

Buia: Buia objektu arin eta flotatzailea da, soka baten eta lasta edo euskarri baten bidez hondoari lotzen zaiona. Ontzi bat seinaleztatzeko edo lotzeko erabiltzen da.

Draga: Oinezko itsaski- edo molusku-bilketa profesionalki egiten da, hondo harramazkatzeko eta mugitzen duen eskuzko draga izeneko aparailua erabiliz. Tresnak, batetik, 40-50 cm-ko metalezko armazoiak du eta, bestetik, metalezko xafla laua eta 7-10 cm-ko zabalerakoa. Armazoi horretatik, maneiatzeko balio duen 1,5 m-ko heldulekua ateratzen da. Tresnaren ahoko aldamenetan bi zirgilo handi daude eta zirgilo horietatik bi soka ateratzen dira, gerriko edo uhala eratzen dutenak. Ondoren sareko zakua dago, 24 eta 26 iraganaldikoa, harrapatutako itsaskia gordetzeko balio duena.

Edukiera: Kroskoaren eta superregituraren barruko bolumena. Morson Tonatan neurtzen da (I Morson Tona = 2,83 m³).

Erreferentziakoa: Ingurasarean heldulekua lotzeko erabiltzen den soka.

Erregistroko tonaje gordina: Ontziaren tamainaren neurri fiskala. Ez da pisua. Honela kalkulatzen da: (luzera x zabalerak x garaiera)/5.

Estibatu: Ontzi baten karga modu egokian kokatu eta jartzea.

Flota: Ontzi-multzoa.

Gaixotasunaren maiztasun-neurriak: Epidemiologiaren helburu nagusietako bat gaixotasunen banaketa eta determinatzaileak aztertzea da. Gaixotasuna eta intereseko beste aldagai batzuk kuantifikatzea eta neurtzea funtsezko elementuak dira hipotesiak formulatu eta testatzeko eta biztanleria desberdinen artean edo jakineko biztanleria baten barruan esposizio edo ezaugarri bat duten edo ez duten pertsonen artean gaixotasun-maiztasunak alderatzeko aukera emateko ere.

Garaiera: Ontzi baten beheko aldetik goiko bizkarrerainoko garaiera.

Gobernatu: Ontzia zuzendu, norabide baterantz eraman.

Haga: Kanabera.

Hiru hortzeko aingura: Hiru hortzeko aingura.

Hornitu: Ontzia eguneko biderako behar den guztiaz hornitzea.

Ingurasarea: Arrain-sardak inguratuz eta harrapatuz lan egiten duen aparailua. Bi mota nagusi daude: arrainak ihes egiten ahalegintzen direnean sarean harrapatzen dituen eta inbutu modukoa eratuz beheko aldetik ixten dena.

Ingurasarea: Bertikalean urperatzen den eta arrain-sarda inguratuz lan egiten duen arrantza-aparailua. Arrainak sarean harrapatu edo inbutua eratuz ixten ditu.

Istriborra: Popatik brankara begira jarrita, ontzi baten eskuineko aldamera.

Itsasertza: Itsasertzeko zona marearen eragina jasotzen duen eta hainbat biotopo hartzen dituen kostako zerrenda da. Biotopo horietako bakoitzak, aldi berean, izaki bizien hainbat komunitate eratzten ditu. Biotopoen ezaugarriak, funtsean, sakontasunaren arabera dira.

Itsasertzeko ingurasarea: Arrantza-mota honetan, arrain-sarda baliabide elektronikoen edo artisau-baliabideen bitartez aurkitu ondoren, kortxozko goiko arlinga eta berunezko beheko arlinga dituen sarearekin inguratzen da. Azken horrek zerra bat du, arraina harrapatuta geratzen den zakua ixten duena. Zakua ontzira jasotzen da baliabide mekaniko eta eskuzkoen bitartez eta estibatu egiten da. Arrantza-mota hau sardatan mugitzen diren arrainak inguratzeko erabiltzen da eta eguzkia ezkutatu ondoren egiten da gehienetan.

Itsasertzeko ontzia: Kostatik hurbil nabigatzeko prestatutako ontzia.

Itsaskia: Sukaldaritzan balio handia duten krustazeo eta moluskuak.

Itsaskitan ibili: Itsaskiak arrantzatu edo biltzea. Jarduera profesionala da, lizentzia espezifiko eskatzen duena.

Itsasoratu: Ontzia itsasorantz abiatzea.

Jiragora: Kanpoko bi danbor eta barruko beste bi dituen eta aparailua jasotzeko erabiltzen den makina txikia.

Kabina: Ontzi bateko espazio bizigarri eta estalia.

Kaia: Portuko dikea.

Kanabera: Arrantzarako erabiltzen den haga luzea. Modelo ugari daude, arrantza-mota guztietara egokitutakoak.

Karela: Ontzi baten aldamenaren goiko ertza. Bizkarraren eta karelaren arteko zatia.

Karel-gaina: Karelaren goiko aldea estaltzen duen egurrezko zerrenda.

Karnata: Gehienetan hilda egoten den animalia-jatorriko beitarri ematen zaion izen generikoa.

Kazako arrantza: Arrantza-metodo tradizionala, xaxiango arrantza izenez ere ezagutzen dena. Apeua arrastan eramaten da, beita lana egiten duen animalia bizi baten itxura egiteko.

Kordel ama: Arrantza-aparailua muntatzeko erabiltzen dena eta euskarri lana egiten duena.

Lehorreratu: Ontzitik gauzak atera eta lehorrera eramatea. Pertsoneri ere aplikatu dakieke.

Lerroa: Arrantzarako pita edo haria da. Hainbat materialetakoa izan daiteke, hari bakunekoa edo kable bihurritakoa, eta hainbat kolore, loditasun, malgutasun edo erresistentziakoa.

Lonja: Portuan edo inguruan kokatutako teilatupeko lekua, lehorreratutako arrainaren enkantea egiteko erabiltzen dena.

Luzera: Ontziaren luzera da, flotazio-marran neurtuta.

Maila: Sare-mamia. Sarea.

Mailasarea: Bertikalean jartzen diren sarez osatutako arrantza-aparailua. Arrainak igarotzean sarean harrapatuta geratzen dira.

Matrizea: *Erabilera-erakusketako matrizea*, langile batek bete dituen lanpostu guztiak arriskuen eraginpean egoteari buruzko informazio espezifikoarekin lotzeko aukera ematen duena.

Mazia: Uretara botatzen den janaria da, gure arrantza-aparailura arrainak erakartzea xede duena.

Mendekoa: Potxera ere esaten zaio eta amu anitzeko aparailuetan, esaterako, tretzan, kordel amatik zintzilikatutako pita da.

Muskuilu-kumea: Muskuilu-hazi edo "muskuilu-kumea" berezko bankuetan bilduta edo muskuilu-haziak biltzeko sokak txaneletan jarrita lortzen da. Behin muskuilu-haziek 1-2 cm-ko tamaina hartzen dutenean, sokaz lotzen dira.

Neskatila: Arraina Euskal Herriko arrantza-portuetara iristen denean, hura deskargatu eta garbitzeaz arduratzen den emakumea.

Otarrea: Tranpa edo kaiola modukoa, itsaski-biltzaile profesionalek krustazeoak harrapatzeko erabiltzen dutena. Arrantza pasiboko sarea da, estutu egiten den zilindro-formakoa (inbutu alderantzikatuaren forma). Behin harrapakina (arraina) sarean sartzen denean, zuzenduta du norabidea eta irtetea galaraziko dion deposituan eroriko da. Arrain edo itsaskiei sartzera bultzatuko dituen beitarekin erabiltzen da.

Paketatzailea: Arrantza-portuetan, gero saldu egingo den arraina kaxetan jartzen duen emakumea.

Pasabidea: Zubi txikia, askotan behin-behinekoa, material arinez egindakoa eta ontziaren eta kaiaren arteko espazioa gainditzeko erabiltzen dena.

Polipastoa: Arrantza-aparailua jasotzeko polea berezia.

Popa: Ontziaren atzeko aldea.

Potxera: Ikus mendekoak. Batik bat tretzakoak.

Sakela: Arrantza-aparailuaren atzeko parte. Sareak bere alde sakonenean eta arlingatik urrunen dagoenean sareak eratzen duen poltsa edo zakua da.

Salabardoa: Markoan sartutako eta makila edo kirten bati lotutako sare txikia. Sarexka baino tamaina handiagokoa.

Sarda: Oro har, espezie bereko arrain-sarda. Batzuetan milaka ale izaten ditu, taldeko diziplina sendoa izaten dutenak eta formazioan bizi eta aurrera egiten dutenak. Harrapatzaileei aurre egiteko teknikak dituzte eta denak batera mugitzen dira, egungo ezagutzen arabera, guztiz ezagunak ez diren estimuluek gidatuta.

Sardeak: Ababorretik eta istriborretik, ontziaren bi aldamenetan jartzen diren haga luzeak dira. Kazako arrantza egiten denean kanaberen pitak kroskotik bereizteko eta lerroen artean nahastea ekiditeko balio dute. Ingeleseztokoz izenez ere oso ezagunak dira: *outriggers*.

Saregilea: Arrantza-mota desberdinetarako (ingurasarea, tretza, arrastea edo aparailu txikiak) sareak egitea edo konpontzea lanbide duen pertsona, gehienetan emakumea.

Sareratu: Arraina arrantzako sarean preso geratzea.

Soka: Ontziak eramaten dituen soka edo amarrak.

Sokaz lotu: "Hazi-lokarriak" eratzeko fasea. Muskuilu-kumea soka biltzen da, itsasoan jarri eta egun gutxi barru desegiten den kotoizko edo azetatozko sare fin baten laguntzarekin.

Sotoa: Ontzi barneko konpartimentua da, bizkar azpian egoten dena eta salgaiak edo hornidurak estibatzeke erabiltzen dena.

Tonaje gordina: Bolumen-neurria da, ez pisu-neurria. EGT edo Erregistro Gordineko Tona esaten zaio eta ingelesez GRT (Gross Register Tonnage). Gaur egun GT (Gross Tonnage) esaten zaio. Ontziaren bolumen itxi osoa da. Hor sartzen dira sotoak, deposituak, makina-gelak, egokitzaia, zubia, biltegia eta itxita dagoen guztia, hau da, ontzi osoa, tximiniaren hodia izan ezik.

Tresmaila: Elkarren gainean jarritako hiru sare-mami dituen aparailua da. Sare-mami horietan kanpokoak barrualdekoak baino maila zabalagoa du, argi gutxiagokoa. Horrela, arraina sartu eta sarean harrapatuta geratzen da.

Tretza: Arrantza-aparailu bat da, kordel ama batek eta kordel ama horretatik zintzilikatutako eta amuan amaitutako hainbat mendeko edo potxerak osatutakoa. Hainbat mota eta tamainak izan daitezke. Lan egiten duen zonaren arabera, hondokoa edo gainazalekoa esango zaio. Baita alturakoa, baxurakoa, eta abar ere. Gaur egun badira amurik ez baina beste amarru-mota batzuk dituzten tretzak ere, esaterako, kaiola- edo otarre-tretza, itsaskiak arrantatzeko erabiltzen dena.

Tretzaontzia: Arrantza-aparailutzat tretza erabiltzen duen ontzia.

Txalupa: Arraundun ontzi txikia. Batzuetan motorra jartzen zaio, oro har, karelez kanpokoak.

Txanela: Gutxi gorabehera 27 x 20 metroko artefaktu flotatzailea da, habe eta langetez osatutakoa. Horietatik 12 metro luzeko sokak zintzilikatzen dira, 500 gehienez, eta soka horietan itsasten da moluskua merkaturatu arte gizentzeko.

Txaneleko akuikultura: Uretako landare- eta animalia-espezieak hazteko jardura, teknika eta ezagutzen multzoa da. Hazkuntzak marea arteko eremuetako hondo hareatsuen gainean, hondoan bermatutako egituren gainean, esaterako, hazkuntza-hesola eta -mahiaren gainean, edo flotatzen dauden egituren gainean, esaterako, txanel eta lerroen gainean egiten dira, merkaturatzeko moduko tamaina hartzeraino gizenduz. Jardura horretarako bi elementu nagusiak txanela eta laguntzako ontzi edo txanel-ontzia dira. Txaneletara iritsi ahal izateko, laguntzako ontziak (4. zerrenda) erabili behar dira. Ontzian gauzatzen dira lotzea, zabaltzea, zakuan sartzea eta beste hainbat zeregin; 20 bat metro luzeko eta garabiaz hornitutako ontziak dira. Garabiarekin egiten dira produktua txaneletik ontziratzeke lan guztiak, gero manipulatu ahal izateko.

Ur gaineko itsaski-bilketa (eskuzkoa): Ontzia ainguratuta itsaskiak ateratzeko jardura, batik bat almeja eta berberetxoa. Haga sorbaldan edo aldakan jarrita eta gorputza mugituz arrantza-aparailua

hondoan arrastan eramanez, marinelek eskuz maneiatutako artisau-baliabideen bitartez (txardangoa, kakoa, etab.) egiten da.

Ur gaineko itsaski-bilketa, (atoian eramandako arrantza-tresnak): Ontziaren motorraren laguntzarekin arrastan eramaten da hondoko espezieak, esaterako, almeja, bieira, zanburiña edo itsas belarria harrapatzeko aukera ematen duen draga. Dragari lotuta doan mailazko zakuan bilduta geratzen dira. Harrapaketak ontzira igotzeko jiragoraren erroak erabili behar dira eta, batzuetan, besoak edo lumak.

Zerra: Poltsa bat eratuz ingurasarea ixteko erabiltzen den soka.



BIBLIOGRAFIA

ARAUDIA

LANEren hitzarmen eta gomendioak

- Osasuna babesteari eta osasun-laguntza emateari (itsasoko jendeari) buruzko 164. hitzarmena, 1987. <http://www.ilo.org/ilolex/cgi-lex/convds.pl?C164>
- C188 Arrantzako lanari buruzko hitzarmena, 2007. <http://www.ilo.org/ilolex/cgi-lex/singles.pl?query=012007188@ref&chspec=01>
- R199 Arrantzako lanari buruzko gomendia, 2007. <http://www.ilo.org/ilolex/cgi-lex/singles.pl?query=022007199@ref&chspec=02>

Erkidegoko araudia

- 1272/2008 (EE) Erregelamendua, Europako Parlamentuarena eta Kontseiluarena, 2008ko abenduaren 16koa, substantzien eta nahasketen sailkapenari, etiketatzeari eta ontziratzeari buruzkoa, eta 67/548/EEE eta 1999/45/EE zuzentarauak aldatu eta indargabetu eta (EE) 1907/2006 Erregelamendua aldatzen duena (Testu egokia EEEren ondorioetarako). <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:32008R1272:ES:HTML>
- 92/29/EEE zuzendaraua, Europako Kontseiluarena, 1992ko martxoaren 31koa, ontzietan osasun-laguntza hobea sustatzeko gutxieneko segurtasun- eta osasun-xedapenei buruzkoa. <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:31992L0029:es:HTML>
- 94/33/EE zuzendaraua, Europako Kontseiluarena, 1994ko ekainaren 22koa, gazteak lanean babesteari buruzkoa. <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:31994L0033:ES:HTML>
- 2007/30/EE zuzendaraua, Europako Parlamentuarena eta Kontseiluarena, 2007ko uztailaren 20koa, Kontseiluaren 89/391/EEE zuzendaraua, bere zuzendarau espezifikoak eta Kontseiluaren 83/477/EEE, 91/383/EEE, 92/29/EEE eta 94/33/EE zuzentarauak aldatzen dituen, bere aplikazio praktikoari buruzko txostenak sinplifikatu eta arrazionalizatu ahal izateko. <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2007:165:0021:01:ES:HTML>
- 92/85/EEE zuzendaraua, Europako Kontseiluarena, 1992ko urriaren 19koa, haurdun dagoen, erditu duen edo edoskitzaroan dagoen langilearen laneko segurtasuna eta osasuna hobetzeko neurriak aplikatzeari buruzkoa (89/391/EEE zuzendarauko 16. artikuluko 1. idatz-zatiaren araberrakoa hamargarren zuzendarau espezifikoak). <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:31992L0085:ES:HTML>

Estatuko araudia

- 15/1999 Lege Organikoa, abenduaren 13koa, Datu Pertsonalak Babesteari buruzkoa. <http://www.boe.es/boe/dias/1999/12/14/pdfs/A43088-43099.pdf>
- 3/2007 Lege Organikoa, martxoaren 22koa, emakume eta gizonezkoen arteko berdintasun eraginkorrerakoa, emakumeak lanean berdintasun eraginkorra izateko eskubidearen zati gisa esparru horretan neurriak hartzeko premia aurreikusten duena. <http://www.boe.es/boe/dias/2007/03/23/pdfs/A12611-12645.pdf>
- 14/1986 Legea, apirilaren 25koa, Osasunari buruzko Lege Orokorra. http://www.boe.es/aeboe/consultas/bases_datos/act.php?id=BOE-A-1986-10499
- 27/1992 Legea, azaroaren 24koa, Estatuko Portuei eta Merkataritzako Ontzidiari buruzkoa. <http://www.boe.es/boe/dias/1992/11/25/pdfs/A39953-39984.pdf>
- 31/1995 Legea, azaroaren 8koa, Laneko Arriskuen Prebentzioari buruzkoa. http://www.boe.es/aeboe/consultas/bases_datos/act.php?id=BOE-A-1995-24292
- 39/1999 LEGEA, azaroaren 5koa, langileen familiako eta laneko bizitza bateratzea sustatzekoa. <http://www.boe.es/boe/dias/1999/11/06/pdfs/A38934-38942.pdf>

- 1/1994 Legegintzako Errege Dekretua, ekainaren 20koa, Gizarte Segurantzaren Lege Orokorraren Testu Bategina onartzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1994/06/29/pdfs/A20658-20708.pdf>
- 1/1995 Legegintzako Errege Dekretua, martxoaren 24koa, Langileen Estatutuaren Legearen testu bategina onartzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1995/03/29/pdfs/A09654-09688.pdf>
- 39/1997 Errege Dekretua, urtarrilaren 17koa, Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duena.
http://www.boe.es/aeboe/consultas/bases_datos/act.php?id=BOE-A-1997-1853
- 486/1997 Errege Dekretua, apirilaren 14koa, langileek bizkarreko eta gerriko lesioak izateko arriskua eragiten duen kargak eskuz manipulatzeari buruzko segurtasun eta osasuneko gutxieneko xedapenei buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/04/23/pdfs/A12926-12928.pdf>
- 664/1997 Errege Dekretua, maiatzaren 12koa, langileak lanean eragile biologikoen eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurka babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/05/24/pdfs/A16100-16111.pdf>
- 1216/1997 Errege Dekretua, uztailaren 18koa, arrantza-ontzietan laneko segurtasun eta osasunaren inguruko gutxieneko baldintzak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/08/07/pdfs/A24070-24078.pdf>
- 258/1999 Errege Dekretua, otsailaren 12koa, itsasoko langileen osasunaren babesari eta osasun-laguntzari buruzko gutxieneko baldintzak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1999/02/24/pdfs/A07614-07680.pdf>
- 374/2001 Errege Dekretua, apirilaren 6koa, lanean eragile kimikoen eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurka langileen osasuna eta segurtasuna babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/2001/05/01/pdfs/A15893-15899.pdf>
- 1277/2003 Errege Dekretua, urriaren 10ekoa, osasun-zentro, -zerbitzu eta -establezimenduen baimenari buruzko oinarri orokorrak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2003/10/23/pdfs/A37893-37902.pdf>
- 171/2004 Errege Dekretua, urtarrilaren 30ekoa, Laneko Arriskuen Prebentzioari buruzko azaroaren 8ko 31/1995 Legeko 24. artikulua garatzen duena, enpresa-jardueren koordinazioari dagokionez.
http://www.boe.es/aeboe/consultas/bases_datos/doc.php?id=BOE-A-2004-1848
- 1311/2005 Errege Dekretua, azaroaren 4koa, bibrazio mekanikoen eraginpean egotearen ondoriozko arriskuen aurrean langileen osasuna eta segurtasuna babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/2005/11/05/pdfs/A36385-36390.pdf>
- 286/2006 Errege Dekretua, martxoaren 10ekoa, zarataren eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurrean langileen osasuna eta segurtasuna babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/2006/03/11/pdfs/A09842-09848.pdf>
- 1299/2006 Errege Dekretua, azaroaren 10ekoa, Gizarte Segurantzaren sisteman gaixotasun profesionalen taula onartzen duena eta hura jakinarazteko eta erregistratzeko irizpideak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2006/12/19/pdfs/A44487-44546.pdf>
- 1696/2007 Errege Dekretua, itsasoratu aurreko osasun-azterketak arautzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2007/12/31/pdfs/A53975-53985.pdf>
- 298/2009 Errege Dekretua, martxoaren 6koa, Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duen urtarrilaren 17ko 39/1997 Errege Dekretua aldatzen duena, haurdun dagoen, erditu duen edo edoskitzaroan dagoen langilearen laneko segurtasuna eta osasuna hobetzeko neurriak aplikatzeari dagokionez.
<http://www.boe.es/boe/dias/2009/03/07/pdfs/BOE-A-2009-3905.pdf>
- 337/2010 Errege Dekretua, martxoaren 19koa, honako hauek aldatzen dituena: Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duen urtarrilaren 17ko 39/1997 Errege Dekretua, eraikuntza-sektorean azpikontratazioa arautzen duen urriaren 18ko 32/2006 Legea garatzen duen abuztuaren 24ko 1109/2007 Errege Dekretua eta eraikuntza-obretan segurtasuneko eta osasuneko gutxieneko baldintzak xedatzen dituen urriaren 24ko 1627/1997 Errege Dekretua.
http://www.boe.es/aeboe/consultas/bases_datos/doc.php?id=BOE-A-2010-4765

- Bestalde, Itsasoko Gizarte Institutuaren egitura eta funtzioei buruzko apirilaren 8ko 504/2011 Errege Dekretuak itsasoko langileen osasun-laguntza esleitzen dio erakunde horri, ontzian nahiz atzerrian. Baita ontziko botikinen ikuskapena eta kontrola eta itsasoko langileen osasun-prestakuntza ere.
<http://www.boe.es/boe/dias/2011/05/12/pdfs/BOE-A-2011-8282.pdf>
- 843/2011 Errege Dekretua, ekainaren 17koa, prebentzio-zerbitzuen osasun-jarduera garatzeko baliabideen antolamenduari buruzko oinarritzko irizpideak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2011/07/04/pdfs/BOE-A-2011-11428.pdf>
- SCO/1526/2005 Agindua, maiatzaren 5ekoa, Laneko Medikuntza espezialitatearen prestakuntza-programa onartu eta argitaratzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2005/05/28/pdfs/A18091-18100.pdf>
- TAS/1/2007 Agindua, urtarrilaren 2koa, gaixotasun profesionaleko parte-eredua ezartzen duena, parte-eredua egiteko eta transmititzeko arauak xedatzen dituena eta datu pertsonalen fitxategia sortzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2007/01/04/pdfs/A00482-00487.pdf>
- TIN/2504/2010 Agindua, irailaren 20koa, Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duen urtarrilaren 17ko 39/1997 Errege Dekretua garatzen duena, prebentzio-zerbitzu gisa, prebentzio-jardueren memoria gisa eta enpresen prebentzio-sistemaren auditoria-jarduera egiteko baimen gisa espezializatutako erakundeak akreditatzeari dagokionez.
<http://www.boe.es/boe/dias/2010/09/28/pdfs/BOE-A-2010-14843.pdf>
- 1991ko urtarrilaren 15eko ebazpena, Idazkaritza Nagusi Teknikoarena, Estatuko Administrazioak Nazioarteko Itunen arloan duen jardueraren antolamenduari buruzko 801/1972 Dekretuko 32. artikulua aplikatzeari buruzkoa.
http://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-1991-1613

BIBLIOGRAFIA

- Benavides, F.G., Ruiz Frutos, C., García García, A.M. *Salud laboral. Conceptos y técnicas para la prevención de riesgos laborales*. Bartzelona: Masson, 1997.
- Blasco, A. *Concepto, fuentes y alcance del Derecho a la Seguridad y Salud en el Trabajo*. Santander, 1998. Argitaratzaile: Kantabriako Gobernu, Industria, Turismo, Lan eta Komunikazio Kontseilaritza.
- Eiroa del Río, F. *La pesca profesional y su técnica*. Galiziako Xunta, 2002.
- Eklöf, B., Rutherford, R.B., Bergan, J.J., Carpentier, P.H., Gloviczki, P., Kistner, R.L. et al. "American Venous Forum International Ad Hoc Committee for Revision of the CEAP Classification. Revision of the CEAP classification for chronic venous disorders: consensus statement", *Journal of Vascular Surgery*, 2004, 40: 1248–1252.
- LANEren entziklopedia.
<http://www.insht.es/portal/site/Insht/menuitem.1f1a3bc79ab34c578c2e8884060961ca/?vgnextoid=a981ceffc39a5110VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD&vgnnextchannel=9f164a7f8a651110VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD>
- Esteban Buedo, V., García Gómez, M., Gallo Fernández, M., Guzmán Fernández, A. *Libro Blanco de la vigilancia de la salud para la prevención de riesgos laborales*. Madril: Osasun eta Kontsumo Ministerioa, 2004.
<http://www.msc.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/docs/portadaLibroBlanco.pdf>
- Esteban Buedo, V., Santolaria Bartolomé, E., de Motta Martinez, M.J., Escolano Puig, M. (Koord.) *Empresas Generadoras de Salud*. Valentzia: Valentziako Generalitat, 2005.
http://biblioteca.sp.san.gva.es/biblioteca/publicaciones/MATERIAL/PUBLICACIONES/SER_SL/ASE/EG/EGS_CASTELLANO.PDF
- Laneko Segurtasun eta Osasunari buruzko Espainiako Estrategia, 2007ko ekainaren 29an Ministro Kontseiluak onartutakoa.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Instituto/Estrategia_Seguridad_Salud/estrategia_2007_2012.pdf.Actualizado%20Junio%202011.pdf
- Fariña Castro, M. *Artes e aparellos de pesca empregados en Galicia*.
<http://www.cetmar.org/DOCUMENTACION/dyp/ArtesDePesca.pdf>
- García Gómez, M., Esteban Buedo, V., Gallo Fernández, M., Guzmán Fernández, A. "Diez años de vigilancia de la salud de los trabajadores", *La Mutua*.
http://www.fraternidad.com/descargas/FM-REVLm-14-2_4_Diez_años_de_vigilancia_de_la_salud_de_los_trabajadores.pdf
- *Guia de bona praxi per a la vigilància de la salut mental relacionada amb els factors de risc psicosocial*. Kataluniako Generalitat. Departament de Salut. Direcció General de Salut Pública.
<http://www.gencat.cat/salut/depsalut/html/ca/dir2143/riscpsicocompl2010.pdf>
- Gil Hernández, F. *Tratado de Medicina del Trabajo*. Bartzelona: Masson, 2005.
- González Rodríguez, L.M. *NTP 625: Riesgos biológicos en la pesca marítima*. INSHT.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/nTP_625.pdf
- *Ontziko osasun-gida*. Laneko eta Gizarte Gaietarako Ministerioa, 1995.
http://www.seg-social.es/Internet_1/Lanzadera/index.htm?URL=70
- LaDou, J. *Diagnóstico y tratamiento en medicina laboral y ambiental*. Mexiko: Manual Moderno, 2005.
- Langileen osasunaren zaintza espezifikorako protokoloak. Osasun, Gizarte Politika eta Berdintasun Ministerioa.
<http://www.msps.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/saludLaboral/vigiTrabajadores/protocolos.htm>
- Amatasuna, aitatasuna, haurdunaldiko arriskua eta edoskitzaro naturaleko arriskua. Lan eta Immigrazio Ministerioa. Gizarte Segurantzak.
<http://publicacionesoficiales.boe.es/detail.php?id=046220207-0001>

- Morales Cuenca, G., Moreno Egea, A., Aguayo Albasini, J.L. “Los cirujanos generales frente a la cirugía de las varices”, *Cirugía Española*, 2009, 85(4): 205–213.
http://www.aecirujanos.es/revisiones_cirugia/2009/Abril2_2009.pdf
- Nuevo marco regulador para el sector de la pesca. Sugerencias para la Regulación de la Prevención de Riesgos Laborales en el Colectivo de Pescadores de Bajura, 2007.
http://www.mapfre.com/documentacion/publico/i18n/catalogo_imagenes/grupo.cmd?path=1062380
- OHSAS 18001 (Occupational Health and Safety Assessment Series): Specifications for OH&S Management Systems.
- OHSAS 18002: Guidance for OH&S Management Systems.
- Euskal Autonomia Erkidegoko Arrantza Sektorean Laneko Arriskuen Prebentziorako Plan Integrala. Arriskuen Identifikazioak eta Ebaluazioak.
<http://www.itsaspreben.com/index.php?idioma=es&seccion=5&ctipo=2&contenido=210>
- *Plan Integral de Seguridad Laboral. Guía de buenas prácticas en PRL. Artes Menores: Nasas y Enmalle.* Vigoko portuko armadoreen kooperatiba (ARVI)–SPM Coapre eta Galiziako Xunta.
- *Plan Integral de Seguridad Laboral. Guía de buenas prácticas en PRL. Arte de Cerco de jareta – Flotas de litoral y bajura.* Vigoko portuko armadoreen kooperatiba (ARVI)–SPM Coapre eta Galiziako Xunta.
- *Plan Integral de Seguridad Laboral. Estudio y herramienta práctica en el sector mejillonero. Buque auxiliar mejillonero en ría (bateiro).* Vigoko portuko armadoreen kooperatiba (ARVI)–SPM Coapre eta Galiziako Xunta.
- *Prevención de riscos laborais no sector da baixura. Pesca, marisqueo e acuicultura.* Federación Galega de Confrarías–SPM Galiziako itsaso segurua eta ISSGA.
http://www.issga.es/html/public/servizos_publicacions_detalle.php?publicacion=116&listar=propias&ubopcion=temas
- *La promoción de la salud en el trabajo y la evaluación de la calidad.*
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/FichasNotasPracticas/Ficheros/fp_rev_35.pdf
- *Protocolo de Actuación Inspectora en el Sector Pesquero en Buques de menos de 15 metros de eslora.*
http://www.mtin.es/itss/web/Atencion_al_Ciudadano/normativa_y_Documentacion/Documentacion_Riesgos_Laborales/008/002/columna2/8.1a_PROTOCOLO_buques_menos_de_15.pdf
- Porter, J.M., Moneta, G.L., Zainetako gaixotasun kronikoko nazioarteko adostasun-batzordea. “Reporting standards in venous disease: an update”, *Journal of Vascular Surgery*, 1995, 21: 634–45.
- Rodríguez Arribe, J.A. “Plan Vixía”. Itsasoko Gizarte Institutuaren MAR aldizkariaren 457. zk., 32, 33.
- Rodríguez Arribe, J.A. “Prevención igual a Seguridad a bordo”, *Industrias Pesqueras* 1942. zk., 37. or.
- Rodríguez Arribe, J.A. “Conciencia de prevención”. Pontevedrako Arrantzale Kofradien Federazioa. Area e Mar aldizkaria, 2007ko iraila, 34-37.
- Rodríguez Arribe, J.A. “Como pez en el agua”, *Revista Instituto Asturiano de Prevención de Riesgos Laborales* 14. zk., 16-22.
- Rodríguez Arribe, J.A. “La gestión de la prevención a bordo de los buques de pesca. El comienzo de una etapa”, *AETINAPE* aldizkaria, 2007ko martxoa.
- Rodríguez Arribe J.A. “Plan Vixía, una apuesta de firme de la administración gallega por la PRL en el sector pesquero”, *Riesgo Laboral* aldizkariaren 27. zk., 22-25.
- Serra C., García Gómez, M. “Vigilancia individual de la salud”. Benavides, F.G., Ruiz, C., García, A.M. *Salud Laboral. Conceptos y técnicas para la prevención de riesgos laborales*. Barcelona: Masson, 2000, 237-249 or.
- Solé Gómez, M.D. *NTP 639: La promoción de la salud en el trabajo: cuestionario para la evaluación de la calidad*. INSHT.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/nTP_639.pdf
- Solé Gómez, M.D. “La promoción de la salud en el trabajo: ¿utopía o necesidad?”.
<http://www.estrucplan.com.ar/Articulos/verarticulo.asp?IDArticulo=816>
- Vicente, M.T., Ramírez, M.V., Murcia, J.J. *Medicina del trabajo. Protocolos y práctica de actuación*. Lettera Publicaciones, 2008.

KONTSULTATUTAKO BESTE ITURRI BATZUK

- http://www.seg-social.es/prdi00/idcplg?IdcService=GET_FILE&dID=83672&Rendition=Web
- http://www.marm.es/es/estadistica/temas/estadisticas-pesqueras/2009_04_Caracteristicas_tecnicas_tcm7-51486.xls
- http://www.seg-social.es/Internet_1/Estadistica/Est/Observatorio_de_las_Enfermedades_Profesionales/index.htm
- <http://www.mtin.es/es/estadisticas/index.htm>
- <http://www.seg-social.es/prdi00/groups/public/documents/binario/141887.pdf>
- <http://www.insht.es/portal/site/Insht;VAPCOOKIE=ycQmTRJfSnZn4IsD9YJZPIVWgJmGY3J5pnJLLHITm9X4zITr9kh5!995412821!-2063770658>
- <http://www.msps.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/saludLaboral/vigiTrabajadores/protocolos.htm>
- http://www.issga.es/html/public/campanas_detalle.php?campana=16
- <http://www.osalan.euskadi.net/s94-osalan/es/>
- <http://iaprl.asturias.es/es/>
- <http://icasst.es/>
- <http://www.itsaspreben.com/>
- <http://www.portalreach.info/clp/http://www.granpesca.com/diccionario/z.htm>
- <http://www.ginasthma.org/>
- <http://www.fisterra.com/>
- <http://www.ilo.org/global/lang--es/index.htm>
- <http://www.cdc.gov/spanish/niosh/>



ARRANTZA SEKTOREAN OSASUNA ZAINTZEKO GIDA 2. ZATIA

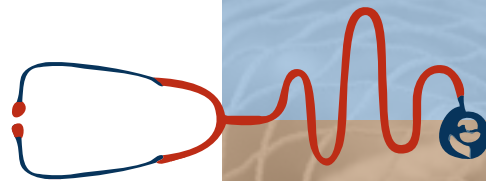


**Instituto Galego
de Seguridade
e Saúde Laboral**

INSTITUTO ASTURIANO DE
PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



OSALAN
Laneke Segurtasun eta
Osasunerako Euskal Erakundea
Instituto Vasco de Seguridad y
Salud Laborales



EGILEAK

GIDA HAU HONAKO HAUEK EGIN DUTE:

Medikuntza-arloan:

Egileak:

Aitor Guisasola Yeregui. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

Nieves Lorenzo Espeso. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. ISSGA – Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral.

Helena Abigail Rodríguez González. Laneko erizaintzako erizain espezialista. IAPRL – Laneko Arriskuen Prebentziorako Asturiasko Erakundea.

Dulce M^a Platero García. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. IAPRL – Laneko Arriskuen Prebentziorako Asturiasko Erakundea.

Arlo teknikoan:

Egileak:

José Antonio Rodríguez Arribe. Prebentzioko teknikaria. ISSGA – Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral.

Iñaki Zubia Díaz. Prebentzioko teknikaria. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

M^a Isabel García Leal. Prebentzioko teknikaria. ICASST – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Kantabriako Erakundea.

Honako hauen lankidetzarekin:

Manuel Iglesias Fanjul. Prebentzioko teknikaria. IAPRL – Laneko Arriskuen Prebentziorako Asturiasko Erakundea.

Minerva Espeso Expósito. Prebentzioko teknikaria. IAPRL – Laneko Arriskuen Prebentziorako Asturiasko Erakundea.

Koordinazioa:

Aitor Guisasola Yeregui. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

Ikuskapena:

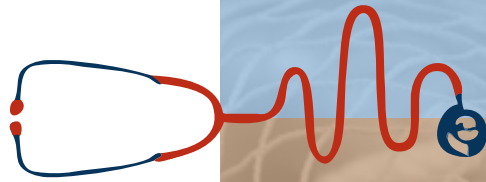
José Rega Piñeiro. Prebentzioko teknikaria. ISSGA – Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral.

Pedro Pablo Uriarte Astarloa. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

José Antonio Vázquez Grueiro. Prebentzioko teknikaria. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

AURKIBIDEA

Sarrera	6
Sektorearen ikuspegia	9
Justifikazioa	14
Helburuak	16
Aplikazio-eremua	18
Metodologia	20
Laneko osasuna eta generoa	28
Haurdunaldia, erditze gertatu berria eta edoskitze naturala	31
Urperatze bidezko itsaski-bilketa	41
Fase, zeregin, azpizeregin eta arriskuen matrizea	47
Oinezko itsaski-bilketa: txirla, berberetxoa, kadeluxa	48
Baliabide espezifikoen oinezko bilketa: datila / datil handia, trikua, algak, poliketoak, etab.	49
Urpekaritzako baliabide espezifikoak: datila, itsas belarria, trikua, algak, poliketoak	50
Baliabide espezifikoak. Lanperna	51
Baxurako sareak konpontzea / eratzea	52
Alturako sareak konpontzea / eratzea	53
Beste arrantza-tresna batzuk konpontzea / eratzea	54
Arrain txikien manipulazioa eta garraioa	55
Arrain txikien manipulazioa eta garraioa (jarraipena)	56
Arrain handien manipulazioa eta garraioa	57
Osasun-azterketako fitxak arriskuen arabera	58
Haurdunaldia, erditze gertatu berria eta edoskitze naturala	59
Urperatze bidezko itsaski-bilketa	71
I. Eranskina	76
Glosarioa	78
Bibliografia	82



SARRERA

SARRERA

Espainiako Kantauriko ipar-mendebaldeko kostaldeko bizitza sozial eta ekonomikoari oso estu lotutako errealitate komuna da arrantza eta, horregatik, Galizia, Asturias, Kantabria eta Euskal Autonomia Erkidegoetako Laneko Segurtasun eta Osasun Erakundeetako zuzendaritzek sektorean baterako lan bat garatzea adostu zuten. Sektoreak bere berezitasunak ditu erkidego bakoitzean, baina gauzarik erabakigarriena eta esanguratsuena euren arteko antzekotasunak dira. Xede horrekin, teknikari eta sendagileen diziplina antzeko talde bat eratu zen *Arrantza sektorean osasuna zaintzeko gida* egiteko.

Gida hainbat etapatan ari da egiten. Lehenengoa, artisau-flotari eta baxurako flotari zuzendutakoa, 2011ko udazkenean argitaratu zen. Bigarren etapak, ale honetan jasoko denak, oinezko itsaski-bilketa, baliabide espezifikoen bilketa eta arrantzaren jarduera laguntzaileak hartzen ditu; eta hirugarren zatia geratuko da, alturako eta altura handiko flotei buruzkoa, ondoren argitaratuko dena.

Gidaren lehen zatirako artisau-flota eta baxurako flota aukeratu ziren pertsona gehien enplegatzen dituztenak direlako eta artisau-ontzi horietan lan egiten duten arrantzaleek ez dutelako antolatutako babes-sistematik, hainbat kasutan, Gizarte Segurantzako autonomoen erregimenean daudelako eta ez dutelako prebentziozko beste erantzukizunik onartu, jardueren koordinazioari buruzko errege-dekretua aplikatzearen ondoriozkoak izan ezik.

Antzeko zerbait gertatzen da gidaren bigarren zatia zuzentzen zaien langileekin ere. Sektoreko esparru horretan lan egiten duten pertsona asko ere autonomoak dira eta, ondorioz, ez dute osasuna kontrolatzen.

Hala ere, bigarren entrega honen ezaugarri aipagarriena da batik bat emakumeen presentzia duten erauzketa-tresnak eta arrantzarekin zerikusia duten jarduerak hartzen dituela; are gehiago, emakumeen gehiegizko presentzia duten sektoreak direla esan dezakegu. Emakumeek okupatutako ekonomia-jarduerak eta, ondorioz, emakumeek izan ditzaketen laneko arriskuak, askotan, gizona izan ditzaketen desberdinak dira eta, horregatik, halaxe dira osasunak izan ditzakeen kalteak ere, laneko bereizketa horizontalaren ondorioz. Horregatik, Gida honetako fase, zeregin eta azpizereginen matrizeetan oinarrituta, arriskuen ebaluazioak genero-ikuspegiaren arabera egitea proposatzen da eta benetan egiten diren lanak aztertu behar direla esaten da, nork egiten dituen eta laneko benetako testuingurua zein den kontuan hartuta, lanpostuaren deskripzio soilean edo izenean oinarritutako kalkuluak egitea saihestuz.

Osasunaren zaintza kolektiboa ere genero-ikuspegi horretatik egin behar da, datuak sexuen arabera banatuta aztertuz, bere benetako helburuak lortzeko:

- Laneko arriskuen ondorioen garrantzia eta horien maiztasuna, larritasuna eta joera baloratzeko.
- Laneko arriskuen eta horien ondoriozko osasun arazoaren arteko kausa-efektu hipotesia ezartzeko, ugalketa-funtzioari eta amatasunari dagozkien alderdiak barne.
- Prebentzio-jarduerei lehentasuna emateko eta neurri horien eraginkortasuna ebaluatzeko.

Osasunaren zaintza indibidualari dagokionez, indarrean jarraitzen dute Gidaren lehen zatian jasotako arriskuengatik osasun-miaketako fitxek. Gainera, edoskitzaroaren eta haurdunaldiaren babes espezifikorekin zerikusia duten fitxak sartu dira, haietan bildutako informazioa osatzen dutenak. Hori guztia gizon eta emakumeen laneko osasuna jakineko osasun-egoera horietatik haratago doala esateari utzi gabe.

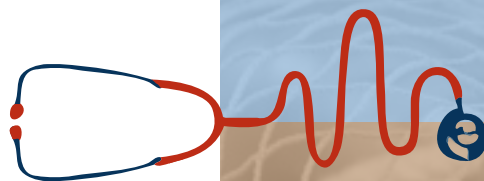
Fitxa horiek egiteko Laneko Segurtasun eta Higieneko Institutu Nazionalak 2011n argitaratutako *Laneko arriskuak ebaluatzeko eta lanean amatasuna babesteko jarraibideak* izeneko lanean jasotakoak egokitu dira; eta haurdunaldian eta edoskitzaroan osasunaren zaintza egiteko moduari dagokionez, 915 Prebentzioko

Ohar Teknikoko (POT) [2. taula](#) kopia da eta taula horretan jasotako gomendioak hitzez hitz jaso dira.

Osasun-miaketako fitxa berri bat ere gehitu da, arrantza-modalitate espezifiko bati dagokiona: urperatze bidezko itsaski-bilketa. Urpekaritza profesionala beste modu batean erregulatuta dago gure araudian. Profesional gisa lan egiteko osasun-azterketa espezifikoak egin eta baimen administratiboak lortu behar dira.

Azkenik, Gidaren lehen zatian (8. taula) jasotako gaixotasun profesionalen taula eguneratu dela esan behar da, jarduera berriak kontuan hartuta ([5. taula](#), l. eranskina).

Arrantza-sektorean osasuna zaintzeko gida-ren bigarren zati hau egiteak atzean duen asmoa sektore horretan laneko arriskuak prebenitzeko esparruan tresna baliagarria bihurtzea da.



SEKTOREAREN IKUSPEGIA

SEKTOREAREN IKUSPEGIA

Arrantza-sektoreak, ontzietan lan egiten duten pertsonen gain, ontziratutako beharrik ez duten eta askotariko kolektiboak osatzen dituzten beste pertsona batzuk ere hartzen ditu: batzuk ontzietako zereginekin zerikusia duten jarduerak egiten dituztenak, esaterako, arraina deskargatu, prozesatu eta merkaturatzea, sareak konpondu eta fabrikatzea eta haiek ordezkatzeko dituzten kofradietan kudeaketak egitea; eta beste batzuk itsaski-bilketako edo akuikulturako jardueretan dihardutenak.

Kolektibo horietako gehienak, ontzian lan egiten dutenak ez bezala, emakumez osatutakoak dira, kasu gehienetan langile autonomoak; gainera, generoaren arabera egin ohi zen zereginen zatiketa bera dute, haien lan-egoera pixkanaka-pixkanaka erregularizatzen joan den arren aldatu ez dena.

Antolaketa- eta partaidetza-ezak, ordezkaritza-organoetan emakumeek presentzia txikia izateak, aitorpen profesional eskasak eta sektoreko intrusismoak ere oztopatu egiten dute kolektibo horiek Administrazioaren aurrean aitortzea. Halaber, faktore horiek zaildu egiten dute gaixotasun profesionalak lan-jardueraren arriskuen arabera identifikatzea, batez ere lanari lotutako karga fisikoaren ondoriozkoak: jarrera behartuak eta denbora luzekoak, mugimendu errepikatuak, kargak manipulatzeko eta indarra egitea, eguraldi-baldintza txarrak eta ingurune baldintzak. Laneko ezbeharren estatistiketan ez dira xehatzen jardura horietako datuak, eta horrek zailago egiten du datu horiek jakitea.

Arriskuak eta arrisku horiek osasunean dituzten ondorioak ez ezagutzeak prebentzioa zailtzen du eta baita gaixotasun profesionalengatik prestazioa edo haurdunaldiagatik arriskuaren ondoriozko prestazioak lortzea ere. Kontu horiek, gaur egun, kolektibo horien aldarrikapenen artean daude.

I. taula: Sektoreko okupazioari buruzko datuak

	Oinezko itsaski- bilketa	Urpekari biltzaileak	Neskatilak / paketatzaileak	Saregileak
Galizia	3830	533	Ez dago daturik	811
Asturias	576	50	11	43
Kantabria	116	0	34	52
EAE	10	0	75*	66*

- Hainbat iturritatik jasotako datuak direnez, baliteke beste estatistika batzuetako datuekin bat ez etortzea. Beraz, balio erlatiboa dute.
- *Badira neskatila / paketatzaile nahiz saregile gisa lan egiten duten pertsonak.

Itsaski-bilketa

Legezko definizioaren arabera, itsaski-bilketa oinez edo ontzitik egindako erauzketa-jardura da, itsasoan edo itsaso eta lehorraren arteko zonan egindakoa eta, arrantza-tresna selektibo eta espezifikoekin hainbat motatako moluskuak, krustazeoak, tunikatuak, ekinodermoak eta itsasoko beste ornogabe batzuk harrapatzea bideratutakoa, gero merkaturatzeko helburuarekin.

Ontzitik egindako itsaski-bilketa da itsaskiak ontzi batetik harrapatzea, harrapatu behar den itsaskiaren eta zonaren arabera aukeratutako tresnaren laguntzarekin. Ontzitik eskuz egiten den itsaski-bilketan itsaski-biltzaileak berak maneiatzen du arrantza-tresna eta trankzio mekanikoko itsaski-bilketan, aldiz, arrantza-tresna ontziak eramaten du arrastan. Draga eta kakoa dira gehien erabiltzen diren arrantza-tresnak. Egurrezko helduleku bat eta metalezko hagatxo

osatutako zakua dute biek. Draga era guztietako bibalboak harrapatzeko erabiltzen da eta kakoa berberetxoa harrapatzeko.

Oinezko itsaski-bilketa da moluskuak kostalde hareatsuan ateratzea. Horretarako, eskuzko tresnak erabiltzen dira (aitzurra, txardangoa, eskuareak, igitaia, sardexkak, etab.) Tresna ohikoenen izena aldatu egin daiteke lau autonomia-erkidegoetan, eta baita autonomia-erkidegoetako probintzia edo lurralde historiko bakoitzean ere. Erabiltzen den arrantza-tresna moluskuaren arabera, moluskua dagoen sakoneraren arabera, substratu-motaren (harea edo lohia) arabera, lehorrean edo bustian (marea artean edo marea eraginpean) lan egiten den arabera eta, batzuetan, itsaski-biltzaileen ohituraren arabera ere aukeratzen da. Autonomia-erkidegoek arautu egiten dituzte arrantza-tresna horiek.

Urperatze bidezko itsaski-bilketari dagokionez, garrantzi gutxiago du laneko okupazioari dagokionez eta ondo egiten da apnea urperaketa-teknikaren bitartez edo kanpotik airea hornitzen duenaren bitartez. Baliabide espezifikoak ateratzeko erabiltzen da.

Baliabide espezifikoak esaten zaie ezaugarri biologikoen, erauzteko teknikaren edo merkaturatzeko berezitasunen arabera, berezitasun horiei erreparatzen dien kudeaketa-sistema behar duten itsaski-espezieei. Baliabide espezifikoak ateratzea bi modalitatetan egin daiteke:

- Oinez: lanperna, poliketoak, algak.
- Apnea urpekaritza-teknikekin edo airea kanpotik hornitzen dutenekin: datila, datil handia, algak, itsas belarria eta itsas trikua (Asturiasen izan ezik, espezie hori oinez soilik harrapatzen baita).

Oinezko itsaski-bilketa emakumeen presentzia handiko jardura da. Galizian emandako baimenei buruzko datuak hartzen baditugu erreferentziatzat, jardura horretan diharduten pertsonen % 90 emakumeak dira. Norberaren konturako langileak izaten dira eta, horregatik, ez da lan-baldintzen eta osasunean dituzten ondorioen jarraipenik egiten.

Belaunaldien arteko txandakatze txikiko jardura da. Jardueran diharduten langileen % 57k 50 urtetik gora du eta % 83,8, berriz, 41 urtetik gorakoak dira.

Honako hauek dira jardura honetako lan-modalitate aipagarrienak:

- Hondartzako oinezko itsaski-bilketa (marea arteko zona; "lehorrean" esaten zaiona).
- Ur barruko itsaski-bilketa (bularrerraino urperatuta marea eraginpeko zonan; "bustian" esaten zaiona).
- Modalitate mistoa: marea arteko zonan eta marea eraginpeko zonan.

Oinezko itsaski-biltzaileek egindako zereginen artean honako hauek identifikatzen dira:

- Merkaturako bibalboak ateratzea
- Salmenta edo lekualdaketarako kumeak ateratzeko lana
- Lekualdaketetarako bibalboak ateratzea
- Birrereiteko lanak
- Garbiketa-lanak
- Zaintza-lanak
- Tresna eta harrapaketen garraioa

Lanperna-erazketak ezaugarri bereziak ditu, gainerako modalitateetatik desberdina egiten dutenak. Duela gutxi arte gizonetako osatutako kolektiboa zen, baina gaur egun dezente emakume aritzen dira jarduera horretan. Horregatik, kontuan izan behar da amatasunaren inguruko arriskua, oso baldintza gogorretan lan egiten baitute.

Lanperna-erazketa oinez edo harrietara ontzi batetik jauzi eginda egin daiteke. Espezie horren bilketa itsasertz harritsuetako marea arteko zonan egiten da marea beheara dagoenean, olatua lehertzen den tokian eta harria agerian edo ur gutxirekin geratzen denean. Jarduera hori egiteko marea onenak marea “biziak” dira, marea oso behean dagoenean eta lanperna handiagoak dauden leku sakonagoetara iristeko aukera ematen duenean.

“Percebeiroek”, gehienetan, taldean egiten dute lan eta kofradietan “percebeiroen” elkarteak egon ohi dira. Elkarteko gobernu-organismoek erabakitzen dute lanera joan daitekeen ala ez. Elkarterik ez badago, “percebeiroek” beraiek erabakitzen dute.

Erabiltzen dituzten tresnak arraspa edo errasketak eta bistontziak dira, trapezio edo espatula formako platina modukoa eta lan egin behar den lekuaren arabera helduleku luzeagoa edo laburragoa duena.

Trikua (oricio) eraztea beste modu batean egiten da Asturiasen. Oinez egiten da itsasbeheran, eta ez Galizian egiten den bezala, urpekaritza-teknikaren bitartez. Langileek plastikozko poltsak erabiltzen dituzte “oricio” deiturikoak gordetzeko, eta 10-15 kg-ko pisua hartzen dute, batzuek 25-30 kg-koak ere erabiltzen dituzten arren.

Itsaski-bilketaren sektoreak eraldaketa handia izan du, lehen erazketa-jarduera indibiduala zena jarduera antolatua baita orain. Egiten den erazketa-modalitatearen arabera (orokorra, lanperna, poliketokak, datila, datil handia...) ematen den baimena eskatzen da eta erazketaren lan osagarriak ere egin behar dira: hazia eraman, itsaski-bankuak garbitu, produkzioa hobetzeko egin beharreko hazkuntza-jarduerak eta bankuak artatu, kontrolatu, jarraipena egin, babestu eta zaintzeko jarduerak.

Lan osagarri horiek gehitzea eta antolatzea funtsezkoa da itsaski-bankuen aprobetxamendu jasagarria lortzeko eta beharrezkoa da lan horiek planifikatu eta garatzen dituzten erakundeek itsaski-biltzaileen laguntza eta konpromisoa izatea haiek gauzatzeko. Horregatik, sektorearen eskaerak ikusita, behar adinako jarduera egin dela frogatu behar da oinez ustiatzeko baimena berritzeko. Horretarako, lan horietara joatea eta parte hartzea kontuan hartuko dira.

Baliabideen erazketa kofradiek aurkezten dituzten itsas ustiapen-planen eta baliabide-planen bitartez dago araututa eta horietan ezartzen dira espezie bakoitzerako baimendutako zonak, egunak eta kuotak, eta baita arestian aipaturiko lan osagarriak egitea ere.

Itsaski-biltzaileak arrantzale-kofradietan elkartzen dira artisau-arrantzako profesionalekin batera, eta kofradia horietatik etorkizunerako estrategiak ezartzen ahalegintzen dira esfortzua egiten jarraitzeko eta itsas baliabideen eta itsaski-baliabideen ustiapen arrazionala eta garapen jasagarria lortzeko. Kofradiak, aldi berean, federazio probintzialetan elkartzen dira eta horiek federazio autonomikoetan.

Saregileak

Saregileen kolektiboa “arrantza-tresnak eta -aparrailuak artisau erara eratzen eta mantentzen” aritzen da. Jarduera horretan aritzen diren ia guztiak emakume autonomoak dira, eta euren lanarekin etxeko ekonomian laguntzen dute. Artisau-jarduera da eta ezinbesteko kate-begia arrantzarako eta sektorerako.

Egiten duten lan nagusia sareak konpontzea edo eratzea da. Sareak desberdinak dira arrantza-motaren arabera, sarea eratzeko teknikaren arabera edo armadorearen eskaeraren arabera.

Erabiltzen diren arrantza-motaren arabera, honela sailka ditzakegu sareak:

- Arrantza-mota nagusiak: ingurasarea, tretza eta arraste-arrantza.
- Arrantza-mota txikiak: zapo-sarea, hondoko mailasarea eta tresmaila.

Jarduera horretan erabiltzen diren tresna nagusiak dira: hainbat tamainatako jostorratzak, mailuak eta mozteko tresnak.

Neskatilak

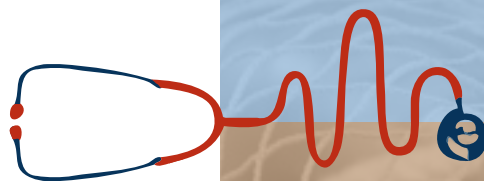
Euskal Herrian neskatila esaten zaio portura deskargatzera iristen diren ontziei harrera egiteaz, salgaiak eramateaz eta saltzeaz arduratzen den emakumeari. Arrantzaleek itsaso zabalera abiatzeko behar dituzten janarien horniduraz ere arduratzen da. Oro har, marinelen familiakoek osatutako kolektiboa izaten da.

Paketatzaileak

Paketatzaileen kolektiboa portuan lan egiten duten emakumeek osatzen dute. Ontzietatik edo enpresaren lonjetatik etorritako kamioietatik deskargatutako arrain-kaxak pisatu, sailkatu eta ordenatzen dituzte enkanteari ekin aurretik.

Oro har, honako hauek dira haien jarduerak:

- Erosketa eta horniduren kudeaketa eta administrazio-kudeaketa (bankuko kudeaketak, lege-izapideak, zerga-betebeharrak).
- Armadoreei inguruko portuetako salmenta-baldintzei buruzko informazioa ematea (enkanteetako eskaintza- eta eskari-egoera).
- Deskargatzen laguntzea.
- Arraina lonjetan saltzea.
- Saldutako arraina enbalaje txikiagoetan jartzea.



JUSTIFIKAZIOA

JUSTIFIKAZIOA

Langileen osasunaren zaintza espezifikoa kalitatea hobetzeko helburuarekin sortu zen gida hau; hain zuzen ere, langileen lan-baldintzei eta lan-baldintza horiek haien osasunean dituzten ondorioei lotutako zaintza.

Lehen begiratuan, jarduera ontzietan egiten duena jotzen den arren arrantza-sektoretzat, ontziratatu gabe sektorean lan egiten duten pertsona asko daude. Pertsona horietako batzuk ontziko arrantzaren jarduera laguntzaileetan aritzen dira eta beste asko ontziratzeko premiarik ez duen itsaski-bilketan.

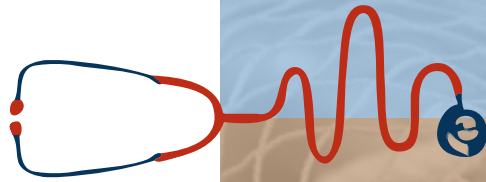
Arrantza-sektorean, ontziratzen diren pertsonak ezinbestekoa dute euren laneko zereginak betetzeko gaikuntza lortzea. Gaikuntza hori lortzeko aurretiko eta aldizkako osasun-azterketak gainditu behar dira, ontziratzen ez diren pertsonak egiten ez dituztenak. Osasun-azterketa bat egitea osasuna zaintzearen baliokidea ez dela kontuan hartuta, hau da, horren zati bat baino ez dela kontuan hartuta, hura egiten denean, langileen osasunaren zaintza definitzen duten laneko arriskuen prebentziora zuzendutako norbanakoen nahiz kolektiboen gainerako jarduerak geratzen dira egiteko, prebentzio-legeko 22. artikuluan jasota dagoen bezala. Enpresariak bermatu egin behar du, kasu batean zein bestean, osasunaren zaintza laneko arriskuen arabera egitea.

Baina sektoreko esparru horretan lan egiten duten pertsona asko ere autonomoak dira eta, ondorioz, ez dute osasuna kontrolatzen. Lehen mailako arretako medikuarengana joaten dira ondo ez daudenean eta eragiten dieten patologiak arruntzat jotzen direnean. Kalteak eta kalte horiek eragiten dituzten arrisku-faktoreekin izan lezaketen erlazioa ez ezagutzea eragiten du horrek. Osasuna zaintzeko gida horrek kalte horiei buruzko eta kalte horien kausei buruzko informazioa ematen du, eta lehen mailako arretako medikuek kolektibo horietan nabaritzen dituzten lanbide-jatorriaz susmatzeko eta kasu horiek gaixotasun profesionaltzat jotzeko tresna ere bada. Zentzu horretan, **osasunaren zaintza kolektiboan** jarritako arretak balio berezia hartzen du, izan ere, kalte batzuk izatearen ondorioz jaso ditzakeen ordainsariatatik haratago, kalte horiek saihesteko aukera baitago prebentziozko neurriak hartuta.

Osasunaren zaintza kolektiboak aukera ematen du lanarekin zerikusia duten kalteak identifikatzeko langile-kolektibo bati loturiko kasuen pilaketa aztertuta. Aukera ematen du prebentziozko neurri tekniko eta medikoen ondorioak ebaluatzeko ere, lan-baldintzak hobetzen dituztelako; eta, azkenik, aukera ematen du aztertutako patologien diagnostikorako erabiltzen diren osasun-azterketen eraginkortasuna, efikazia eta efizientzia ebaluatzeko.

Oinarritzko gida honek langileen osasuna zaintzeko jarduerari buruzko informazioa ematen du, sektoreko arrisku espezifikoa kontuan hartuta eta modalitate eta jardueren arabera. Horretarako, zereginen eta zeregin horiek betetzearekin zerikusia duten arriskuen ezagutza xehatua oinarrituta, lanpostuak deskribatzeko moduari buruz orientatzen du eta arriskuen ebaluazioa egiteko oinarria ezartzen du, lanpostu bakoitzak eta ontzi bakoitzak izan beharko luketena.

Lan egiteko modu hori diziplina anitzekoa soilik izan daiteke, eta prebentzio-teknikariek eta laneko medikuek euren arteko elkarlanaren fruituak azaldu beharko lituzkete.



HELBURUAK

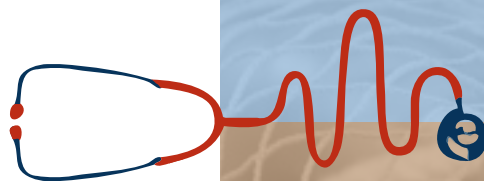
HELBURUAK

Arrantza-sektorean osasuna zaintzeko gida-ren bigarren zatiaren helburua gidan jaso diren jarduerak eta lanpostuek dituzten arriskuekiko osasunaren zaintza espezifikoa eta indibiduala lortzeko tresnak eskaintzea da. Helburu hori gidaren lehen zatian jasota dagoen helburu zabalago eta garrantzitsuagoaren barruan sartzen da: arrantza-sektoreko langileen osasunaren zaintza espezifikoa modu egokian ezartzeko orientazio zuzena eta tresnak eskaintzea, laneko segurtasun eta osasun arloan babes eraginkorra izateko eskubidea berma dadin.

Gidaren lehen zatian bezala, bigarren zati honen helburua da arriskuen ebaluazioa erraztuko duten tresnak eskaintzea, ezinbesteko elementua delako osasunaren zaintza espezifikoa izan dadin.

Gidaren bigarren zati honek emakumearen presentzia nagusitzen den hainbat jarduera jasotzen ditu, eta arriskuen ebaluazioa eta osasunaren zaintza genero-ikuspegitik sustatzeko helburua du.

Aurrekoarekin lotuta, haurdunaldian, erditu berritan eta edoskitzaroan osasunaren zaintza espezifikoa egitea ere bada helburua, batez ere lanaren karga fisikoa eta segurtasun-baldintzak kontuan hartuta.



APLIKAZIO-EREMUA

APLIKAZIO-EREMUA

Langileen osasunaren zaintza espezifikoa langile horiek jasaten dituzten laneko arriskuen ezagutza oinarrituta egon behar du eta, arrisku horiek saihesteko aukera emango duen prebentziozko erantzuna eman ahal izateko, haietatik sor daitezkeen osasun-arazoetan zentratzea eskatzen du.

Arriskuen ebaluazioa egiteko eredia eskaintzen du gidak, **ezinezkoa delako arriskua modu generikoan ebaluatzea**. Horregatik, gidak, lanpostuen deskripzioari eskaintzen dio bere edukiaren zati bat, jasotzen dituen jardueren arabera eta jarduera horietako zeregin eta azpizereginen arabera, berekin dituen **arriskuak** deskribatuz. Eredu horretan oinarritutako arriskuen ebaluazioa kasu partikular bakoitzean ezagutu beharko du gidaren erabiltzaileak, eta kasu bakoitzerako **osasun-proba** egokien aplikazioa zehaztu beharko du.

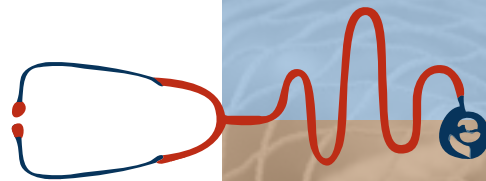
Arriskua lokalizatzeko aukera ematen duen tresna bat eskaintzen du, arrisku hori ezagutu eta neurtu ahal izateko. Horrela egiteak gidaren erabiltzaileari **zorroztasun** handiagoa ematen diola uste da.

Deskribatutako edozein arrisku mehatxu bihur daitekeela pentsatzetik hasita eta bere tamaina kontuan izan gabe, kasu bakoitzean **osasuna zaintzeko** zer protokolo aplika daitekeen xedatzen du gidak, eta erabil daitezkeen osasun-proba eta -miaketei buruz orientatzen du, medikuaren aginduz gehitzearen kalterik gabe.

Arriskuen ebaluazioaren kasuan bezala, ezinbestekoa da azpimarratzea **osasunaren zaintzak ezin duela izan jakineko osasun-proba batzuk** zeregin-multzo bateko langileei **orokorrean esleitzearen ondorio**. Langile horien osasunaren zaintza nola egingo den erabakitzeko, euren lanpostuaren deskripzio xehatua, jasaten dituzten arriskuak eta horien handitasuna, arriskuaren eraginpean igarotako denbora eta hartutako prebentzio-neurriak ezagutu behar dira, Prebentzio Zerbitzuen Araudiko 37.3 artikuluan jasota dagoen bezala. Eta hori guztia gizon eta emakumeen laneko osasuna jakineko osasun-egoera batzuetatik haratago doala behin eta berriz esateari utzi gabe. Horregatik esaten da arriskuen ebaluazioak eta osasunaren zaintza genero-ikuspegia kontuan hartuta egin behar direla.

Gida hau honako jarduera hauetan diharduten langileen osasunaren zaintzari buruzkoa da:

	Oinezko itsaski-bilketa.
	Baliabide espezifikoak. Oinez.
	Baliabide espezifikoak. Urperatze bidezko itsaski-bilketa.
	Baliabide espezifikoak. Lanperna.
	Saregileak. Baxurako arrantza.
	Saregileak. Alturako arrantza.
	Saregileak. Beste sare batzuen eraketa.
	Portuko manipulazioa eta garraioa. Arrain txikiak.
	Portuko manipulazioa eta garraioa. Arrain handiak.



METODOLOGIA

METODOLOGIA

Arrantza-sektorean osasuna zaintzeko gida-ren bigarren zati honek hiru atal ditu bereizita. Lehenengoan, lanaren aplikazio-eremua ezarri ondoren eta horren arabera, honako hauek lantzen dira:

- Arriskuak ebaluatzea eta osasuna zaintzea genero-ikuspegitik.
- Amatasunaren babesa, haurdun dagoen, erditu berri den edo edoskitzaroan dagoen emakume langilea aintzat hartzen dituen.
- Urperatze bidezko itsaski-bilketa, bere berezitasunagatik aparteko atala merezi duena.

Bigarren atalak gidaren bigarren zati honetan sartutako lanpostuen ezagutza garatzen du eta haiekin zerikusia duten zereginak, azpizereginak eta arriskuak xehatzen ditu.

Hirugarren atala lanpostuaren deskripzio xehatutik eta arriskuen identifikaziotik abiatu eta langileen osasunaren zaintza espezifiko, indibidual eta kolektiboaren garapeneraino iristen da.

Lan horren premisek honako hauek eskatzen dituzte:

- Sanitarioen eta prebentzioko teknikarien diziplina anitzeko lana gida honen garapenean.
 - Osasunaren zaintzaren espezifikotasuna.
- » Gidaren bigarren zati honen lehen atalak —arestian esan den bezala— laneko osasunarekin zerikusia duten arazoak jasotzen ditu genero-ikuspegitik, arrantza-sektorearen zati handi baten gehiengo emakumeak direla kontuan hartuta. “Laneko osasuna eta generoa” atalaren garapenerako informazio-laburpen bat egin da. Informazio hori biltzeko Laneko Segurtasun eta Osasunerako Europako Agentziaren materialak erabili dira, esaterako, “Genero-arloko alderdiak arriskuen ebaluazioan txertatzea” (43 zk-ko Facts) eta “Laneko segurtasunarekin eta osasunarekin zerikusia duten genero-kontuak” (42 zk-ko Facts); Laneko Segurtasun eta Higienarako Institutu Nazionalaren prebentziorako ohar teknikoak, 657.a eta 658.a nabarmentzen direlarik; Laneko Osasunaren Nafarroako Institutuaren prebentzioko fitxa teknikoak, zehazki 35 zenbakiduna; eta Departament de Treball de la Generalitat de Catalunya-ren “10 arrazoi genero-ikuspegia duten osasun eta segurtasunerako” dokumentua, beste batzuen artean.
- Aurrekoarekin lotuta, baina bi kontuak nahastu gabe, haurdunaldiaren, erditze gertatu berriaren eta edoskitze naturalaren gaia ere jorratzen da. Horretarako, *Laneko arriskuak ebaluatzeko eta lanean amatasuna babesteko jarraibideak*, Laneko Segurtasun eta Higieneko Institutu Nazionalak berriki argitaratutakoak, eta institutu beraren 915 zk-ko prebentzioko ohar teknikoa hartu dira erreferentziatzat.
- Azkenik, urperaketa bidezko itsaski-bilketari dagokionez, urpekaritzari aplika dakioken legeria bildu da, urperaketa bidezko itsaski-bilketako osasunaren zaintzaren atalean jasota geratu dena. Urperaketa bidezko itsaski-bilketan osasunean eragin daitezkeen kalte posibleei eskainitako atala, berriz, Langile Batzordeak sindikatuaren Komunikazio eta garraio Federazioak eta Laneko Arriskuen Prebentziorako Fundazioak argitaratutako *Arrain-haztegiatako Urpekaritza Profesionalaren laneko arriskuen prebentzioa* dokumentutik atera da.
- » Gidaren bigarren zatia bigarren atala arrantza-sektoreko langileen osasunaren zaintza modu egokian ezartzeko tresnak garatzera bideratuta dago.

Gida honen aplikazio-eremuaren atalean azaldu den bezala, langileen osasunaren zaintza espezifiko langile horiek jasaten dituzten laneko arriskuen ezagutza oinarrituta egon behar du eta arrisku horiek garaiz identifikatzeko aukera emango duen prebentziozko erantzuna eman ahal izateko, haietatik sor

daitezkeen osasun-arazoetan zentratzea eskatzen du.

Aurkeztu den eta arriskuak ebaluatzeko lanean lagungarri izan nahi duen **arriskuen identifikazioa** egiteko, Gidaren lehen zatian egindako urrats beraiek egin dira. Honako hauek dira:

- Elementu komunak elkartzea.
- Flota hautatzea.
- Arrantza-tresnak.
- Faseak, zereginak eta azpizereginak.
- Ontziko Arriskuen Forma Kodeak.
- Fase, zeregin, azpizeregin eta arriskuen matrizea.

Arrantza-tresnak izeneko urratsak deitura aldatu du Gidaren bigarren zati honetan eta, orain Jarduerak izena hartu du, aurreko bi urratsen adar gisa hobeto definitzen duelako epigrafe honi dagokion prozesua.

Elementu komunak elkartzea

Hasteko, kontuan hartu behar da itsasoko baliabideak lortzeko modu anitzen artean alde ikaragarriak daudela. Hainbat arrantza-modalitate daude; batzuk ontzitik egiten direnak, beste batzuk urperatuta egiten direnak eta beste batzuk itsaski-bilketako ontzietatik, oinez hondartzan edo harrietan egiten direnak.

Gidaren lehen zatian adierazi zen ontziratutako arrantza-motetan alde handiak zeudela ontzien artean (luzera, pisua, etab.) eta askotariko arrantza-moten artean, eta kokapenaren arabera ere portuen ezaugarriak desberdinak direla. Aldakortasun handi horrek gomendagarri egiten zuen elementu komunak elkartzeak sortzea lan egin ahal izateko. Ontziratatu gabeko arrantza-modalitateak eta laguntza-lanetan aritzen diren langileak ere badaudela ere adierazten zen.

Hainbeste arrantza-modalitate daudelako da orain ere gomendagarria elementu komunak elkarketak sortzea lan egin ahal izateko.

Flotaren edo jardueren hautaketa

Gidaren lehen zatiak artisau-flotako eta baxurako flotako osasunaren zaintzari erreparatu zion. Pertsona gehien enplegatzen dituzten flotak direlako eta artisau-ontzietan lan egiten duten arrantzaleek osasuna babesteko sistema hain sistematizatu ez dutelako egin zen hautaketa hori. Baina, bestalde, ontziratzen ez diren pertsonak osatutako kolektibo zabal bat ere badago. Kolektibo horretako asko norberaren konturako langileak dira, legezko betebeharrak ez izateagatik laneko babesa eta zaintza gutxiago antolatuta dituztenak.

Oraingoan ez da aukeratu flota jakin bat, lehen zatian egin zen bezala. Pertsonak egiten dituzten jardueren motaren ondoriozko ezaugarrien arabera, arestian adierazitako prebentzio-gabezien arabera eta batik bat emakumeen presentzia duten lanak izatearen arabera egin da hautaketa.

Jarduerak

Beraien arteko elementu komunak eta sektoreko gainerakoekiko bereizten dituzten ezaugarriak aurkitu diren arren, jarduerak hiru talde nagusitan bana daitezke:

- Itsaski-bilketa eta baliabide espezifikoak.
- Portuko lanak.
- Sareak eta arrantza-tresnak eratu eta konpontzeko lanak.

Talde horiek, halaber, harrapaketa-motaren arabera edo jarduera gauzatzeko moduaren arabera, honako hauetan banatzen dira:

- Oinezko itsaski-bilketa.
- Baliabide espezifikoak: oinez.
- Baliabide espezifikoak: urperatze bidezko itsaski-bilketa.
- Baliabide espezifikoak: lanperna.
- Saregileak: baxurako arrantza.
- Saregileak: alturako arrantza.
- Saregileak: beste sare batzuk eratzea.
- Portuko manipulazioa eta garraioa: arrain txikiak.
- Portuko manipulazioa eta garraioa: arrain handiak.

Faseak, zereginak eta azpizereginak

Arrantzan egiten diren lan guztiak fase, zeregin eta azpizereginetan bana daitezke. Honela definitzen dira:

- **Fasea:** une horretan egiten den jardueraren arabera (adibidez, portuko lanak, lonjako lanak, etab.) langileek gauzatu behar dituzten etapak dira.
- **Zeregina:** laneko faseen lehen zatiketa da (adibidez, lonjako lanen fasean, laginen zereginak, pisaketa, etab.).
- **Azpizeregina:** zeregin bakoitza osatzen duten lan sekuentziatuak dira (adibidez, lonjako lanen fasean laginen zeregina dago eta zeregin horren barruan piezak kiloka zenbatzeko eta labin-kaxak erakusketa-eremura eramateko azpizereginak).

Lanaren zati hori egiteko orduan jarduera bakoitzeko faseak, zereginak eta azpizereginak ahal den neurrian homogeneizatu nahi izan dira, sortutako informazioaren tratamendu errazagoa egiteko aukera ematen duten antzeko blokeak identifikatzeko xedez.

Estrategia horren bitartez, egiten den lan guztiaren jarraipen globala egiten da. Gida honen erabiltzaileari errealitatearen ideia argia izateko aukera ematen dion xehetasunezko ahalegina eskatzen duen metodoa da.

Langileak

Lana pertsonen egiten dute eta laneko fase bakoitzeko zereginak eta azpizereginak langileek burutzen dituzte euren lanbide-espezializazioaren arabera. Dena den, lan asko espezializazio desberdineko pertsonen egin ditzakete. Beste batzuk, aldiz, eskusiboak dira

titulazioen arabera. Hori dela eta, langile-taldeak definitzea erabaki zen, fase bakoitzeko zereginak eta azpizereginak edonork egiten dituen edo batzuek ala besteek modu eskusiboan egiten dituzten kontuan hartuta. Horrek aukera ematen du pertsona bere lanean identifikatzeko, horretara zuzenduta baitago osasunaren zaintza. Honako hau da ateratzen den sailkapena:

- **OI:** Ontziko langileak
- **PI:** Portuko langileak
- **TG:** Tripulazio guztiaren erantzukizunak
- **Pa:** Patroiaren erantzukizun eskusiboak
- **Ma:** Marinelaren erantzukizun eskusiboak
- **Sa:** Saregilea
- **Ur:** Urpekaria
- **BI:** Biltzailea
- **Ib:** Itsaski-biltzailea
- **Lb:** Lanperna-biltzailea

Langileen osasunaren zaintza espezifikoki dagokionez, lan-metodo honek abantaila handia ematen du, osasunaren zaintza egingo zaion langilearen lanpostua xehetasunez ezagutzeko aukera ematen duelako. Langileak zer egiten duen, non, nola, zerekin, noiz eta zenbat denboran egiten duen adierazten duen xehetasuna emateak Prebentzio Zerbitzuen Araudiko 37.3 artikulua langilearen historia kliniko eta laborari buruz adierazten duenari erantzuten dio, hau da, behar den bezala ebaluatutako arrisku-faktoreek langileengan nola eragiten duten jakiteko ezinbestekoa den **lanpostuaren deskripzio xehatuari** erantzuten dio.

Ezagutza hori funtsezkoa da lan-baldintzek langileen osasunari nola eragiten dioten ulertzeko eta laneko medikuak enpresariari eta prebentzio-arloan erantzukizunak dituzten pertsonen langileak bere lanpostua betetzeko jarreraren inguruan edo babes- edo prebentzio-neurriak sartu edo hobetzeko premiaren inguruan egindako azterketetatik ateratzen diren ondorioen berri emateko, prebentzio-arloan dituzten betekizunak behar den bezala gara ditzaten.

Arriskuen Forma Kodeak

Jarduera bakoitzeko lan-fase bakoitzeko zereginak eta azpizereginak ezagutu ondoren, horiek gauzatzean sor daitezkeen arriskuak ezagutzea behar dugu. Horretarako zehaztu ziren **“Ontziko Arriskuen Forma Kodeak”** deiturikoak gidaren lehen zatian.

Laneko Segurtasun eta Higieneko Institutu Nazionalaren (LSHIN) Arrisku Kodeei buruz Euskal Autonomia Erkidegoko Arrantza Sektorean Laneko Arriskuen Prebentziorako Plan Integralaren (ITSASPREBEN) esparruan egindako aldaera batetik abiatu zen. Aldaera horretan, bestalde, beste aldaketa batzuk egin dira kode horiek gidaren errealitate egokitzeko, item batzuk banatuz eta beste batzuk gehituz egoera hobeto definitu ahal izateko.

Arriskuen Forma Kodea	
1	Beste maila batera erortzea
2	Maila berean erortzea
3	Lurreratzearen edo behea jotzearen ondorioz objektuak lurrera erortzea
4	Manipulatzen diren objektuak erortzea
5	Askatutako objektuak erortzea
6	Objektuen gainean zapaltzea
7	Geldirik dauden objektuen kontra talka egitea
8	Mugitzen ari diren objektuen kontra talka egitea
9	Objektu edo tresnekin kolpeak, ebakiak edo zulatuak egitea
10	Partikula-zatiak jaurtitzea
11	Objektuek edo objektu artean harrapatuta geratzea
12	Laneko ekipamenduak eta ibilgailuak iraulita harrapatuta geratzea
13	Gas edo lurrunengatiko asfixia
14	Arrisku termohigrometrikoen eraginpean egotea
14.1	Bero handiaren eraginpean egotea
14.2	Hotz handiaren eraginpean egotea
14.3	Hezetasun-baldintza desegokien eraginpean egotea
15	Ukipen termikoak
16	Ukipen elektrikoaren arriskuan egotea
17	Substantzia kaltegarrien eraginpean egotea
18	Substantzia kaustikoak ukitzea
19	Erradiazioen eraginpean egotea
19.1	Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea
19.2	Ekipamenduen erradiazioen eraginpean egotea
20	Leherketak
21	Suteak
22	Izaki biziak eragindako istripuak (hozkadak, helduak,...)
23	Ibilgailuek harrapatzea edo kolpatzea
24	In itinere
25	Kausa naturalak (bihotzekoak, enboliak,...)
26	Arrisku ergonomikoak
26.1	Bultzatzea eta arrastatzea
26.2	Jarrera behartuak
26.3	Mugimendu errepikakorak
26.4	Kargak eskuz manipulatzea
27	Arrisku psikosozialak
28	Itsasora erortzea
29	OS- oso sentikorrak
30	AMA- amatasuna
31	AD- Adingabeak
32	Agente kimikoak
33	Agente fisikoak
33.1	Zarataren eraginpean egotea
33.2	Bibrazioen eraginpean egotea
34	Agente biologikoak
35	DBPengatiko edo argiztapen-baldintzengatiko arriskuak

Gidaren bigarren zatian, urperatze bidezko itsaski-bilketan garatutako jardueretik espezifikotasuna dela eta, honako kode hauek gehitu dira dagokien matrizean:

- 36: barotrauma.
- 37: deskonpresioa.

“Forma-kodeak” ezagutzea eurekin lotura duten arriskuak sailkatzeko erabil daitezkeen tresna bat da, bere kausa aipatzen delako eta arriskuen ebaluazioaren aurretiko urratsa delako.

Fase, zeregin, azpizeregin eta arriskuen matrizea

Arriskuak zer egoeratan gerta daitezkeen zehazteko, faseak, zereginak, azpizereginak eta atribuzio profesionalak zatitzearen emaitza eta “Ontziko Arriskuen Forma Kodeak” gurutzatu egiten dira eta taula edo matrizeak sortzen dira, azpizeregin horietako bakoitza dagokion arriskuarekin uztartuz.

Lan konplexua da, zenbait fase, zeregin eta azpizeregin berraztertu eta berrantolatzea behartzen duena baina, aldi berean, arrantza-mota bakoitzak autonomia-erkidego bakoitzean dituen berezitasunak kontuan hartzeko balio izan duena. Sektore osorako eskema komuna lortzea izan da azken emaitza, jarduera bakoitza eta lanpostu bakoitza ebaluatzen lagunduko duena.

Fase, zeregin, azpizeregin eta arriskuen matrizeak gidako dagokien atalean daude garatuta.

Une horretara arte garatutako lan teknikoa, azken batean, langileen osasunaren zaintzaren zati bat da eta prebentzio-zerbitzua osatzen duten prebentziozko diziplinetako diziplina anitzeko elkarreragin- eta osagarritasun-erlazio gisa deskribatu den horretan txertatu da.

- » Gidaren hirugarren zatia lanpostuaren deskripzio xehatuan dago oinarrituta, fase, zeregin, azpizeregin eta arriskuen matrizeetatik ondorioztatzen den bezala, eta langileen osasunaren zaintza indibidualen aplikatu daitezkeen protokolo medikuei eta proba espezifikoei buruzko jarraibideak ematen ditu.

Gidaren zati hau mehatxuetan oinarritzen denez, eta ez arriskueta, bere erabilgarritasuna **jarraibide orokorra** soilik izatera mugatzen da.

Protokolo eta osasun-proben aplikazioa arriskuen ebaluazioak eta haiek kontrolatu eta murrizteko programek hura aplikatzea komenigarri bihurtzen badute soilik justifikatzen da, arriskuen eraginpean egotearen ondorioz osasunean izan ditzakeen eraginei buruzko ezagutza sortzeko eta, modu horretan, hura sortzea edo narriatzea saihestuko duten prebentziozko neurriak ezartzeko aukera ematen dutelako.

Arriskuen ebaluazioaren kasuan bezala, osasunaren zaintza langileei zeregin generikoak esleituta ezin dela egin nabarmendu behar da. Langile horien osasunaren zaintza nola egingo den erabakitzeko, lanpostuaren deskripzio xehatua, jasaten dituzten arriskuak eta horien handitasuna, arriskuaren eraginpean igarotako denbora, hartutako prebentzio-neurriak eta langilearen ezaugarri pertsonalak ezagutu behar dira.

Gidaren zati hau fitxa bidez antolatu da. Fase, zeregin, azpizeregin eta mehatxuen matrizeetan jasotako mehatxuen azterketa egin ondoren, gida hau zuzentzen zaien langile gehienen inguruan sor litezkeen jakinek arriskuekin zerikusia duen osasun-azterketa mota jasotzen dute fitxek.

Gidaren lehen zatian jasotako arriskuengatik osasun-azterketako fitxek indarrean jarraitzen duten

arren, edoskitzaroaren eta haurdunaldiaren babes espezifikoarekin lotutako fitxak ere sartu dira, lehenengoetan jasotako informazioa osatzen dutenak. Kasu bakoitzean aplikatu beharko liratekeen Gidaren lehen zatiko miaketa-fitxak zein diren ere adierazten da.

Fitxa osagarri horiek egiteko Laneko Segurtasun eta Higieneko Institutu Nazionalak 2011n argitaratutako *Laneko arriskuak ebaluatze eta lanean amatasuna babesteko jarraibideak* izeneko lanean jasotakoak egokitu dira.

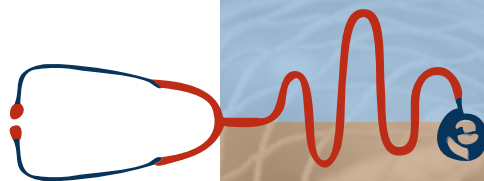
Haurdun dagoen, erditu berria den edo edoskitzaroan dagoen emakumearen kasuan, Gidaren lehen zatian hainbat taula jaso ziren, arriskuen ebaluazioan alderdi hori txertatzen laguntzen dutenak eta laneko medikuari erabakiak hartzeko aukera ematen diotenak: lanpostura egokitzea (lan-baldintzak edo laneko denbora egokitzea), bere lanpostutik arriskurik gabeko beste batera aldatzea, edo formula horiek ezinezkoak direnean, haurdunaldiko edota edoskitzaroko arriskuagatik kontratua etengo dela jakinaraztea, baldin eta arriskua ezabatzen ez bada.

Bigarren zati honetan lan hori errazteko 298/2009 EDko VII. eta VIII. eranskinak sartu dira, haurdun dagoen, erditu berria den edo edoskitzaroan dagoen langilearen laneko segurtasuna eta osasuna hobetzea sustatzeko neurriak aplikatzeari buruzko ([3. taula](#) eta [4. taula](#)) Kontseiluaren 92/85/CEE Zuzentarauaren transposizioak.

Laneko Segurtasun eta Higieneko Institutu Nazionalaren 915. prebentzioko ohar teknikoan jasotako “Haurdunaldian, erditu berritan eta edoskitzaroan osasuna zaintzeko elementu nagusiak” izeneko taularen kopia bat ere sartu da ([2. taula](#)).

Urperatze bidezko itsaski-bilketarako osasun-miaketako fitxa berri bat ere egin da. Gidaren zati hau egiteko oinarri nagusia Laneko Arriskuen Prebentziorako Fundazioak eta Langile Batzordeak sindikatuaren Komunikazio eta Garraio Federazioak kaleratutako *Arrain-haztegiarako Urpekaritza Profesionalaren laneko arriskuen prebentzioa* izeneko argitalpena izan da. Jardueraren ezagutza sakontzeko horretara jotzeko gonbitea egiten da. S. Landalucek eta laguntzaileek Laneko Medikuntza eta Segurtasuneko Espainiako Elkartearen aldizkarian argitaratutako “Ertzaintzako urpekarientzako osasun-azterketa eredu espezifikoa” izeneko artikulua ere erabili da.

Oro har, hemen aurkezten den gidak aukera ematen dio laneko medikuari langileen osasunaren zaintza espezifikoaren inguruan beharrezkoak diren protokolo eta proba mediko espezifikoak erabakitzeko. Horretarako, lanpostuen eta detektatutako arrisku-faktoreen deskripzio xehatutik abiatzen da, ezinbesteko urratsa baita osasunaren zaintzaren espezifikotasun egokia lortzeko.



**LANEKO
OSASUNA ETA
GENEROA**

LANEKO OSASUNA ETA GENEROA

Laneko arriskuen prebentzioaren helburu nagusia langile guztiak osasunean kaltea eragin dezaketen laneko egoera edo jarduera guztien aurka babestea da. Ugalketa-osasunaren babesari dagokionez, helburua bikoitza da:

- Laneko Arriskuen Prebentzio Legeko 25.2 artikuluan jasotako ugalketa-funtzioaren babesa, adin emankorrean dauden gizon eta emakumeak barne.
- Laneko Arriskuen Prebentzio Legeko 26. artikuluko 1. eta 4. puntuetan jasotako amatasunaren babesa, haurdun dagoen, erditu berri den edo edoskitzaroan dagoen emakume langilea aintzat hartzen dituen.

Beraz, ikuspegiak bi alderdi ditu:

- Lanak gizonarengan, emakumearengan eta horien ondorengoengan eragiten dituzten kalteen prebentzioa.
- Haurdunaldi, erditze gertatu berri eta edoskitzaro-egoerei lotutako enplegu-arloko desberdintasun eta diskriminazioen prebentzioa.

Azterketa horretatik ateratzen dugun lehen ondorioa da haurdunaldia eta edoskitzaroa babestera soilik zuzendutako prebentzio-neurriak hartzea, berez, ez dela nahikoa, sexuarekin zerikusia duten kontuan bakarrik hartzen dituelako kontuan.

Emakumeen laneko osasunaz hitz egiten denean, ugalketa-osasunean pentsatzen da batik bat, baina ez zaie behar adina erreparatzen beste lan-baldintza batzuei. Ez dira nahastu behar “sexua” eta “generoa”, ez eta “generoa” eta “emakumea” ere. Gizonezkoa eta emakumea bereizten dituzten eta unibertsalak diren ezaugarri biologikoak aipatzen dituen terminoa da sexua; generoa, bestalde, termino soziala da, gizon eta emakumeek gizarte, kultura eta garai jakin batean izango dituzten portaeren aukerak jasotzen dituen.

Genero ikuspegia ezagutzaren eraikuntzan sartzten den metodologia bat da, bizi dugun errealitatearen azterketak lekualdatzeko aukera ematen diguna, erabaki-esparru guztietako desberdintasunak eta desberdintasun- eta diskriminazio-egoeran seinalatuz. Azken batean, gizon eta emakumeen artean aukera-berdintasuna lortzeko tresna bat da.

Prebentzio-zerbitzuen jokatze moduan genero-ikuspegia txertatzeak prebentzio-jardueretan eta osasunaren zaintzan joera horiek detektatzen eta zuzentzen laguntzen du.

Laneko arriskuak enpleguaren eta enplegua garatzeko egiten den lanaren ezaugarrien ondorio dira. Horregatik, emakume langileek izaten dituzten laneko arriskuak, askotan, gizonezkoek izaten dituztenen desberdinak izaten dira eta, ondorioz, baita osasunerako kalteak ere.

Emakumeak lanbide- eta sektore-segregazioaren eta genero-estereotipoen biktima dira; horregatik dago emakumeen okupazio txikiegia zenbait ekonomia-jardueratan eta gehiegizko okupazioa beste batzuetan. Lan-merkatuaren segregazio horizontal handia dago; adibidez, emakumeen presentzia handiagoa da sektore publikoan, zerbitzuen sektorean, salmenten sektorean eta administrazio-lanetan. Gizonezkoek makinetako operadore gisa, lan teknikoetan eta artisautza, eraikuntza, garraioa, erauzketa-industria eta horrelako sektoreetan egiten dute lan.

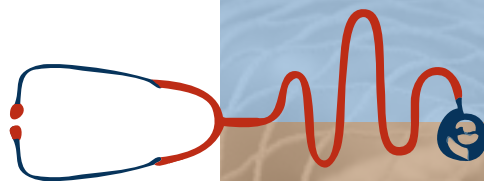
Lan-baldintzei buruzko Europako azken inkestek agerian uzten dute emakumeek proportzio handiagoan egiten dituztela lan monotonoak, soldata txikiagoa jasotzen dutela, euren lanaren plangintzan parte hartzeko aukera gutxiago dituztela eta gizonezkoek baino lanbide-sustapenerako aukera gutxiago dituztela; gainera, gehiago jasaten dute jazarpen psikologikoa eta sexu-jazarpena. Beraz, laneko genero-segregazioa

dago, laneko arriskuen eraginpean egotearen banaketa desberdina azaltzeko gako-elementua dena. Batik bat emakumeek garatutako jardueretan, laneko jarrera desegokiekin, zutik ordu asko igarotzearekin, lan errepikakorrek eta agente kimiko eta biologikoen eraginpean egotearekin zerikusia dutenak dira arrisku ohikoenak; batik bat gizezkoek egindako lanetan, berriz, segurtasunarekin eta pisu handiko objektuak manipulatzearekin zerikusia duten arriskuak dira ohikoenak. Hori da emakumeen artean muskulu eta hezurrei eragiten dien patologia ugari izatearen arrazoietako bat.

Laneko denboraren antolaketa, bestalde, emakume langileak beti lanerako prest dituen eredu batean oinarrituta dago, familia-ingurunearekin zerikusia duten erantzukizunak edo premiak kontuan hartu gabe. Azterketa askok adierazten dute emakume enplegatuek lan-merkatuan ez dauden etxekoandreak baino osasun-egoera hobea dutela, baina onura hori murriztu egiten da, emakumeek, etxetik kanpo lan egiteaz gain, etxeko lanen eta zaintza-lanen arduradun nagusiak ere badirenean.

Laneko segurtasuna eta osasuna gehiago zentratu dira, orain dela gutxi arte, lan-istripuetan eta gutxiago lan-osasunean. Gaixotasun profesionalen erregistro txikia gehitu behar zaio horri. Horregatik, gizezkoek laneko arriskuen eraginpean gehiago daudela uste da eta emakumeek lan “seguruagoak” egiten dituztela. Horren ondorioz, emakume gehienek prebentzio-premiak ez dira behar bezala baloratzen, okupatzen dituzten lanpostuak, lan-istripuen eragina ere baduten arren, beste arrisku batzuen eraginpean egon ohi direlako, esaterako, arrisku psikosozial eta ergonomikoen eraginpean, eta baita gaixotan profesionalak edo lanarekin zerikusia duten gaixotasunak eragiten dituzten arrisku higienikoen eraginpean ere. Beraz, ezinbestekoa da genero-azterketa kontuan hartzea gizon eta emakumeak desberdintasun biologiko eta sozialen eraginez gaixotzeko moduari buruzko eredu diferentzialak aztertzean, laneko osasunari dagokionez diskriminaziorik ez duen ikuspegian. Hori ez egitearen ondorioa da benetako arriskuak aintzakotzat ez hartzea eta baita haiei ez erreparatzea ere, bereziki emakumeen osasunerako eta, aldi berean, emakumezkoen berezitasunen ondoriozko arrisku espezifikoak kontuan hartuta.

Zentzu horretan, arriskuen ebaluazioek genero-ikuspegia izan beharko lukete, gizon eta emakumeen lanen ikerketarako eta azterketarako tresnak izateko aukera emango lukeena. Gainera, amatasunari eragin diezaioketen arriskuak identifikatu beharko lituzkete, baita egoera hori bizi duen langilerik ez egonda ere, arriskurik gabeko postu edo zereginen zerrenda egin ahal izateko. Osasunaren zaintza kolektiboaren emaitzek, bestalde, sexuen arabera bananduta aurkeztuko dira eta osotasunean eta bereizita aztertuko dira.



HAURDUNALDIA, ERDITZE GERTATU BERRIA ETA EDOSKITZE NATURALA

HAURDUNALDIA, ERDITZE GERTATU BERRIA ETA EDOSKITZE NATURALA

Amatasunaren babesa ugaltzearen babesaren adierazpen espezifikoa da, aldi berean, langile oso sentikorreren babesaren zati dena.

Haurdunaldia eta edoskitzaro naturala osasun-egoerak dira. Osasun-egoera horietan aldaketa fisiologikoak gertatzen dira emakumeengan fetuak eta bularreko haurrak euren garapenerako behar duten guztia dutela bermatzeko. Emakumea, fetua eta bularreko haurra sentiberak izan daitezke euren osasunerako kaltegarriak izan daitezkeen kanpoko faktore jakin batzuekiko. Horregatik daude horien inguruko araudi bat eta prebentziozko neurri espezifikoak.

Agente kimiko, fisiko, biologiko, ergonomiko edo psikosozial batek giza ugalketaren fase guztietan eta ugalketa-etapako hainbat unetan eragin dezake. Interferentziek gizon eta emakumeen sistema endokrinoari, emakumearen hileko zikloari, espermatozoidearen eta obuluaren garapenari, obulu ernaldutxo edo blastozitoaren ernaketari eta ezarpenari, enbrioiaren, fetuaren eta bularreko haurraren hazkundeari eta garapenari eta amaren esne-produkzioari eragin diezaiekete. Agente horien eraginak sortze aurreko etapen, ernaltze-etapan, edoskitzaroan, haurtzaroan edo ondorengo etapetan aurkez daitezke.

Interferentzia eta efektu horiek agente-motaren baitan, esposizio-mailaren baitan, esposizioaren iraupenaren baitan, ugalketa-prozesuekiko esposizioaren unearen baitan, norbanakoaren sentikortasunaren baitan, aldagai soziodemografiko, nutrizional, genetiko eta osasun-arlokoen baitan eta laneko eta lanetik kanpoko arrisku-faktoreen ekintza konbinatu posiblearen baitan daude.

Edoskitzaroan kontaktu bidez edo amaren esnearen bidez transmititu daiteke agentea. Amaren esne-produkzioa gobernatzen duen hormona-oreka delikatuari gai kimikoek edo lan-baldintzek ere eragin diezaiekete.

Bestalde, lanean jatorria duten eta emakume langilearen organismoan pilatzeko gaitasuna duten zenbait agentek ugalketa-funtzioan eragin dezakete haurdunaldian edo edoskitzaroan mugituta.

Enpresariak haurdun dagoen, erditu berria den edo edoskitzaroan dagoen emakumearekiko dituen betebeharrak arriskuen ebaluazioaren inguruan, prebentziozko neurriak hartzearen inguruan, prestakuntzaren inguruan eta osasunaren informazioaren eta zaintzaren inguruan garatzen dira.

ARRISKUEN EBALUAZIOA

Ugalketarako eta amatasunerako arriskuak arriskuen hasierako ebaluazioan hartu behar dira kontuan, Laneko Arriskuen Prebentziorako Legeko 16. artikuluan aurreikusitakoan. Legeko 26. artikulua arabera, ebaluazio horren ondorioz, enpresariak, langileen ordezkariak galdetu ondoren, haurdun dagoen, erditu berria den edo edoskitzaroan dagoen emakumearentzako arriskurik ez duten lanpostuen zerrenda egin behar du, lanpostu hori emakume batek betetzen badu edo ez.

Enpresariak langileen osasunerako eta segurtasunerako arrisku guztiak ezabatu, minimizatu edo kontrolatzeko duen prebentziozko funtsezko tresna da arriskuen ebaluazioa. Ugalketarako eta amatasunerako arriskuen kasuan, gutxienez, hiru unetan egin behar da ebaluazioa:

- Hasierako AE, denei egin beharrekoa, lanpostua emakume batek betetzen ez badu ere.

- Aldizkako eta berrikuspeneko AE, lan-baldintzak aldatzen direnean, emakume langilearen ezaugarriak aldatzen direnean edo laneko arrisku-faktoreekin zerikusia duen osasunerako kalteren bat detektatzen denean.
- AE gehigarria, arriskuko lanpostuetan, haurdunaldi-egoeraren, erditze gertatu berrikoaren edo edoskitzarokoaren berri jakiten denean, emakume langilea bere osasunean, fetuarenean edo bularreko haurrarenean modu negatiboan eragin dezaketen agente, prozedura edo lan-baldintzen eraginpean egotearen izaera, maila eta iraupena zehazteko. Ebaluazio horretan emakume langilearen arrisku indibidualaren profila finkatu behar da, langile horren baldintza fisiko, mental eta sozialen arabera, esposizioaren izaera, maila eta iraupenaren arabera, esposizio konbinatuak egotearen arabera, lanaren benetako prozeduraren arabera, etab. Balorazioa 39/1997 Errege Dekretuko 37.3.g artikuluan xedatuta dagoen bezala egin behar da. Honako hau dio artikulua: *“Prebentzio-zerbitzuko pertsonal sanitarioak, batik bat, haurdun dauden edo erditu berriak diren langileei, adingabeei eta arrisku jakin batzuekiko oso sentikorrak diren langileei eragin diezaieketen arriskuak aztertu eta baloratuko ditu eta prebentzio-neurri egokiak proposatuko ditu”*.

Haurdunaldian, erditze ostean eta edoskitzaroan, emakumearen lan-baldintzetan nahiz haren eta ondorengoen osasunean izaten den edozein aldaketari erreparatu behar zaio, arriskuen ebaluazioa berrikusi eta eguneratzeko. Zentzu horretan garrantzia hartzen du profesional sanitarioek gaixotasunagatik izaten dituzten absentzia luzeen azterketak, bai banaka eta bai maila kolektiboan, lan-baldintzekin izan lezakeen lotura detektatzeko eta prebentziozko neurri berriak abian jartzeko.

Arriskuen ebaluazioek honako elementu hauek izan behar dituzte:

- Erreprodukzioari eragin diezaieketen arriskuen identifikazioa.
- Lanpostuen eta zereginen inbentarioa eta karakterizazioa esposizio zuzena edo zeharkakoa dira.
- Eraginpeko herritarren identifikazioa.
- Esposizioaren ebaluazio kualitatiboa: esposizioaren gertagarritasuna, efektuaren izaera eta probabilitatea.
- Komeni bada, identifikatutako arrisku-faktoreen ebaluazio kuantitatiboa.
- Kasuen deskripzioa eta, ahal izanez gero, haurdunaldiarekin, erditze ostearekin eta edoskitzaroarekin zerikusia duten eta enpresan eskuragarri dauden datuen azterketa epidemiologikoa eta eboluzioa.

Arriskuen ebaluazioan kontuan izan beharko lirateke, gutxienez, 298/2009 EDko VII. eta VIII. eranskinetan jasotako arriskuak, haurdun dagoen, erditu berria den edo edoskitzaroan dagoen emakumearen laneko segurtasuna eta osasuna hobetzeko sustatutako neurrien aplikazioari buruzko Kontseiluaren 92/85/CEE Zuzentarauaren transposizioari dagozkionak, eta [3. taula](#) eta [4. taula](#) jaso ditugunak. Hala ere, ez dira horietara mugatuko eta aldi horretan kaltea eragin dezakeen edozein lan-baldintza hartuko da kontuan.

Urpeko jardueren kasuan, esaterako, itsaskiak biltzen dituen urpekariaren kasuan, ezin du egon esposizio-arriskurik haurdun dauden emakumeentzat. Esan beharra dago jarduera horiek Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duen 39/1997 Errege Dekretuko I. eranskinak jasota duen arrisku berezien artean daudela.

PRESTAKUNTZA ETA INFORMAZIOA

Amatasunaren babesari buruzko informazio- eta prestakuntza-eskubideek enpresaria behartzen dute haurdun edo edoskitzaro naturalean dauden emakumeek izan ditzaketen arriskuei buruz eta aldi biologiko horretan langileen segurtasunari eta osasunari buruz hartzen den edozein neurriari buruz informatzera. Halaber, prestakuntzari dagokionez, emakume langileek euren jardueraren ondorioz izan ditzaketen eta haurdunaldirako eta edoskitzarorako izan ditzaketen arriskuen gainean prestakuntza egokia jasotzen dutela bermatu behar du.

Ugalketarako eta amatasunerako arriskuak detektatzen diren lanpostu edo zereginetan, langileek informatuta egon behar dute arrisku horiei buruz. Halaber, emakume langileek jakin behar dute haurdunaldia lehenbailehen detektatzea eta enpresari jakinaraztea garrantzitsua dela.

Enpresari jakinaraztea

Aurreko paragrafoan adierazi den bezala, oso garrantzitsua da amatasunerako arriskua duen lanposturen bat esleituta duten emakume langile guztiek enpresari euren egoeraren berri ematea, beraien eta ondorengoen osasuna babesteko prebentziozko neurri egokiak lehenbailehen martxan jartzeko. Laneko Arriskuen Prebentzio Legeko 26. artikulua aitpatzen duen legezko babes espezifiko eta indibiduala ez da aktibatuko harik eta emakume langileak enpresari bere egoeraren berri ematen ez dion arte, egoera nabarmena izan arte edo enpresa jakinaren gainean egon arte.

Lege horretako 29. artikulua dio: *“Langile bakoitzari dagokio, bere posibilitateen heinean eta kasu bakoitzean hartutako prebentzio-neurriak betez, laneko bere segurtasuna eta osasuna eta, laneko egintzak eta ez-egiteak medio, bere lan-jarduerak eragin diezaiekeen pertsonena zaintzea, bere prestakuntzaren eta enpresariak emandako aginduen arabera”*.

Horretarako, komeni da jakinarazpen-prozedura erraza eta arina izatea, prebentziozko jardueran atzerapenak saihesteko. Komenigarria da emakume langilearen jakinarazpena idatzizkoa izatea eta zaintzen duen medikuaren ziurtagiriarekin batera aurkeztea.

KONTSULTA ETA PARTE-HARTZEA

Kontsulta eta parte-hartze eskubideari dagokionez, beste batzuen artean, enpresariaren betebeharra dago langileen ordezkariari aurretik kontsulta egiteko (edo langile beraiei, ordezkariarik ez badago), amatasunerako arriskurik gabeko lanpostuak zehazteko.

OSASUNAREN ZAINTZA

Osasunaren zaintza arriskuen ebaluazioaren arabera antolatu beharko da eta Laneko Arriskuen Prebentzio Legeko 22. artikuluan jasotako ezaugarrietara doitu.

Prebentzio-zerbitzuen osasun-arloari ez dagokio haurdunaldiaren, erditze ondoko aldiaren edo edoskitzaroaren jarraipena egitea, baina beharrezkoa da horretaz arduratzen direnekin elkarlanean aritzea. Lan-baldintzak emakume langilearen egoera espezifikora doitzen direla uneoro bermatzea da helburua, aldi horretan lanpostua egokitzea ezinbestekoa egiten duten egoerak sor daitezkeelako. Horrela, lanpostua modurik onenean beteko da ongizate eta osasun-egoerarik onenarekin.

Emakumearen organismoan aldaketak haurdunaldian, erditu ostean eta edoskitzaroan.

Emakumearen organismoan izaten diren aldaketak honako hauetan laburbildu daitezke:

- Lehen hiruhilekoan estrogeno ugari sortzen dira, likido-atxikipena eta arazo digestiboak eragiten dituztenak.
- Bigarren hiruhilekoan relaxina gehiago jariatzen da, erditzeko lana prestatzeko behar dena baina lotailuen laxotasuna eta maila normaletik haratagoko giltzaduren mugikortasuna eragiten dituen; minaren atalaseak behera egiten du eta pisua handitzen hasten da.

Bigarren hiruhilekoan muskulu eta hezurretako nahasteak (gerrikoak eta ziatikoak eta atzipenagatiko neuropatiak) eta nekea sortzen dira. Ohiko sintoma da hau, lanaren ondorioz edo bestela gerta daitekeena baina, edozein kasutan, emakumeak ahalegin fisikoak egiten baditu edo jarrera behartuetan egoten bada areagotzen dena. Haurdun eta karga fisikoaren eraginpean dagoen emakumeak denbora gabeko erditzea izateko arriskuaren adierazle gisa ere deskribatu da neke-sentsazioa.

- Hirugarren hiruhilekoan sabelaren bolumena oztopoa izaten da jarrera egokia hartzeko, objektuetara iristeko nahiz emakumea bera mugitzeko, eta oreka-arazoak ere sortzen ditu grabitate-zentroa lekualdatu egiten delako. Besoen irismena mugatu egiten da eta objektuak gorputzetik gero eta urrunago manipulatzera behartzen du, goiko gorputz-adarretan (besoak eta sorbaldak) gainkargak eraginez. Haurdunaldia aurrera doan heinean gerriko lordosiaren kurbatura areagotu egiten da, eta lunbalgiak sortzen laguntzen du. Gorputzaren pisua handitzeak gainkarga eragiten du muskulu eta giltzaduretan. Haurdunaldiaren azken fasean kargak bultzatzeko eta kargei tiratzeko indar maximoa murriztu egiten da, alde batetik, indar muskularra txikitzen delako eta, bestetik, indarra egiteko jarrera egokia hartzeko zailtasuna duelako. Zutikako jarrerak edo eserita jarrera aldatu gabe egoteak beheko gorputz-adarretako zirkulazio-sistemako presioa areagotzen du.
- Erditze ostean, batik bat emakume multiparoetan, nahaste ohikoenetako bat gernu-ihesa da, laneko karga fisikoak larriagotu edo betikotu egin dezakeena pelbis inguruko muskulu eta lotailuen tentsioagatik.
- Edoskitzaroan, bestalde, gorputzetik oso hurbil lan egitea eskatzen duten zenbait lanetan, eragozpenak eta kargak (objektuak nahiz pertsonak) maneiatzeko arazoak sor daitezke bularren tamaina eta sentikortasuna handitu egiten delako.
- Azkenik, egokitzapen kardiobaskularrak, beste gauza batzuen artean, geldiko bihotz-maiztasuna handitzen du 15-25 bat taupadatan haurdunaldiaren hasieraren eta bukaeraren artean.
- Haurdunaldian izaten diren hormona aldaketek ere nerbio nagusia estutu dezakete, hau da, karpoko kanalaren sindromea izateko aukera handitzen dute karpoko kanalean igarotzean. Hori haurdun dauden emakumeengan gertatzen da, baita lan errepikakorrik egiten ez badute ere. Zaintza medikoa areagotzea eta emakumea mugimendu errepikakorrak egitea eskatzen duten lanetatik urruntzea gomendatzen da.

Osasunaren zaintzaren helburuak

Haurdunaldiko, erditze osteko eta edoskitzaroko egoeren kasuan garrantzi berezia hartzen dute osasunaren zaintzaren helburu espezifikoak:

1. Haurdun dauden, erditu berriak diren edo edoskitzaroan dauden langileen identifikazioa.
2. Arrisku gehigarri eta aldizkakoen ebaluazioak egiteko proposamena eta laguntza.
3. Amatasun-faseetan aipaturiko langileei jarraipena egitea lanpostua eta haien egoera bateragarriak direla eta osasun ona dutela egiaztatzeko.
4. Norbanakoetara doitutako prebentzio-neurrien edo babes bereziko neurrien proposamena.
5. Amatasun-baimenaren ondoren lanera itzultzeko prestaketa.
6. Haurdunaldiarekin, erditze ostearrekin eta edoskitzearekin zerikusia duten eta enpresako langile emakumeengan gertatzen diren ondorio kaltegarrien eta lanean jatorria duten arrisku-faktoreekin izan dezaketen loturaren azterketa.
7. Lanpostuaren eta langilearen egoera biologikoaren arteko bateragarritasunaren balorazioa.

Zaindu beharreko efektuak

Ugalketaren alterazioei eta haien prebentzioari dagokionez, haurdun dagoen emakumearen, fetuaren edo bularreko haurraren gaineko efektuak ez dira zaindu beharreko bakarrik.

Lan-baldintzek ere eragina izan dezakete adin emankorrean dauden gizon eta emakumeengan hainbat modutan: antzutasuna, sexu-grinarik eza, libidoa murriztea, inpotentzia edo alterazioak hilekoan; edo haurraren ager daitezke garapen fisiko edo mentalaren alterazio gisa, alterazio funtzional gisa, portaeraren alterazio gisa edo baita haurren minbizi gisa ere.

Prebentzio-zerbitzuak lan-baldintzek langileengan izan ditzaketen ondorioei buruzko informazioa bildu lezake hainbat iturritatik. Adibidez:

1. Bisita medikuen emaitzak:

Haurdunaldiko, erditze osteko eta edoskitzaroko sintomak eta zenbait arrasto (tentsio arteriala handitzea).

2. Emakume langilea edo bere haurra zaintzen duen medikuaren txostenak:

Haurdunaldiaren eboluzioa, fetuaren hazkundea, erditzearen zirkunstantziak eta haurren erikortasuna.

3. Beste txosten batzuk:

Jaiotza izan den ospitale edo klinikaren altako txostena, amaren osasunari buruzko, erditzeari buruzko eta jaioberriaren osasunari buruzko datuak jasotzen dituen.

4. Laneko falten maiztasuna eta iraupena:

Giza baliabideen saila.

2. taula: OSASUNAREN ZAINTZAKO ELEMENTU NAGUSIAK HAURDUNALDIAN, ERDITZEA GERTATU BERRITAN ETA EDOSKITZAROAN.

OSASUNAREN ZAINTZAREN ELEMENTU NAGUSIAK			
HELBURUAK		BISITA MEDIKUEN EDUKIA	
• Arrisku-faktore espezifikoaren analisia arriskuen ebaluazioan. • Emakume langile oso sentikorraren identifikazioa. • Ugalketa-osasunaren gaineko efektuen detekzio goiztiarra. • Kasuen azterketa eta datuen azterketa epidemiologikoa. • Emakume langilearen premien detekzioa. • Arrisku-faktore berrien detekzioa. • Prebentzio-neurrien proposamena eta haien eraginkortasunaren ebaluazioa. • Prestakuntza eta informazioa.		Emakume langilearen zaintza medikoa lantokiak amatasunerako dituen arriskuen arabera. Inoiz ez da Laneko Medikuntza unitatearen egitekoa haurdunaldiaren edo edoskitzaroaren jarraipena egitea, osasun-sistema nazionalako medikuaren ardura baita.	
BISITA MEDIKOEN PERIODIKOTASUNA		Lehen bisita	Behin emakume langilearen baimen informatua lortutakoan zaintza medikoa egiteko eta bere lanpostuko arriskuen azken ebaluazioa berrikusita, honako hauek egingo dira: • Emakume langilearen historia klinikoa (ginekologia eta obstetrizia barne) eta laneko historia egin edo eguneratu. • Egoera immunitarioa. • Amaren, fetuaren edo bularreko haurraren osasun-egoerari buruzko informazioa biltzea. • Bisitaren unean premiak ebaluatzea. • Lan-baldintzekin zerikusia duen kalteren bat izateko arriskuaren pertzepzioa aztertzea. • Arterietako tentsioa. • Sentikortasun berezia baztertzeko edo jakinarazpena hilekoaren atzerapen bati buruzkoa den kasuan haurdunaldi-susmoa baieztatzeko egokitatzat jotzen diren beste miaketa batzuk.
Lehena	Unea: Emakume langileak bere egoeraren susmoa edo baieztapena jakinarazten duen unean, plangintzaren aurretik. Helburuak: • Emakume langile oso sentikorrak identifikatzea. • Arriskuei eta hartu beharreko neurriei buruz informatzea. • Enpresaren politikari eta haren eskura jarritako baliabideei buruz informatzea. • Bere premiak ebaluatzea. • Prebentziozko neurriak proposatzea. • Aholku indibiduala.		
Segidakoak	Unea: Haurdunaldian lehen bisitaren ondorengo bi bisita mediko antola litezke: lehen lauhilekoaren bukaeran bat eta hirugarren hiruhilekoan bestea. Edoskitzaroan, bigarren bisita lanean berriro hasi eta hilabetera egin liteke. Portaeraren alderazioa, alderazio funtzionalak edo haur-minbizia detektatzeko elkarriketa gehigarri bat edo bi egin beharko lirateke jaio ondorengo 3-5 urteetan. Helburuak: • Lan-baldintzek eragin edo larriagotutakoa izan litekeen emakume langilearen, fetuaren, bularreko haurraren edo umearen osasunaren edozein gorabehera edo alderazio garaiz detektatzea. • Premiak ebaluatzea. • Emakume langilea gogobetetzea hartutako neurriekiko eta horien eraginkortasunarekiko. • Prebentziozko neurriak proposatzea edo daudenak hobetzea. • Osasunerako heziketa.		
		Segi-dakoak eta zirkunstantzialak	Zaintzaren zatirik garrantzitsuenak emakume langileari egingo zaion elkarriketa izango da, azterketa-motaren arabera eta egiten den unearen arabera, honako hauen berri jakiteko: • Lan-baldintzek eragin edo larriagotu dituzten alderazio posibleak. • Bere egoeraren eboluzioarekin edo laneko aldaketekin • Zaintzen duen medikuak emandako informazioaren berrikuspina eta oharpena. • Martxan jarritako prebentziozko neurriekiko gogobetetasuna. • Aholku indibiduala. • Eratorritako sentikortasun berezia edo aurretiko anamnesiagatikoa detektatzeko beharrezkotzat jotzen diren miaketak.
		BISITA MEDIKOETAKO DATUEN ANALISIA	
		Arrisku-faktore berrien susmoa	Emakume langile batek edo horren haurrak kalteren bat izateak edo sail/arlo batean kasuak pilatzeak, aldi berean nahiz denbora luzean, arrisku-faktoreak berrikustea eragin beharko luke, bai lan-esparruan nahiz lanetik kanpokoan. Prebentzio-zerbitzuak uneoro eguneratu behar du ugalketak enpresan dituen arriskuei buruzko informazioa.

Zirkunstantziala	Unea: Amaren, fetuaren edo haurraren osasunerako kalteren bat izatea. Lanpostua aldatzea edo arrisku berriak sortzea Gaixotasunagatik zazpi egun baino gehiagoz lanera joan gabe edo behin eta berriz lanera joan gabeko aldi txikiak izan ondoren. Emakume langileak eskatuta. Lanera itzuli eta berehala. Helburuak: • Arrisku-faktore berriak detektatzea. • Jakineko kasu bat edo kasu-multzo bat aztertzea. • Premiak ebaluatzea. • Prebentziozko neurriak proposatzea edo daudenak hobetzea. • Osasunerako heziketa.	Hainbat kasu agertzearen azterketa	Denbora labur batean ugalketarako efektu kaltegarriak pilatzearen inguruko azterketak, beste gauza batzuen artean, haien deskripzio eta azterketa zorrotzak egitea eskatzen du, efektu- eta esposizio-motari dagokienez alderagarriak diren eta haien maiztasuna gainerako herritarrena baino handiagoa den jakiteko. Kasu horietan, gardentasuna eta komunikazio eraginkorra ezinbestekoak dira ikerketa eta erabakiak hartzea errazteko eragile nagusi guztien lankidetzan eta parte-hartzean oinarrituta.
		Prebentziozko neurrien eraginkortasuna	Amatasuna babesteko programan finkatutako helburuen arabera, prebentziozko neurrien eraginkortasuna ebaluatzeko adierazleak ezarriko dira.
		OHARRAK	
		Ikuspegi indibidualetik, amatasunaren babesak arriskuen ebaluazio orokor eta gehigarrien azterketa xehatuan, emakume langilearen ezaugarri indibidualetan eta haurdunaldiaren, erditze ostearren eta edoskitzaroaren eboluzioan oinarritu behar du. Ikuspegi kolektibotik, bestalde, ugalketa-osasunaren jarraipena denboran zehar arrisku-faktoreen arabera egiteko aukera ematen duten adierazleen elaborazioan, bilketan eta analisisan oinarrituko da amatasunaren babesa.	

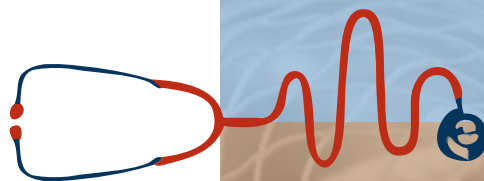
Iturria: NTP 915. Haurdunaldia, edoskitzea eta lana: osasunaren zaintza. LSHIN 2011.

3. taula

VII. ERANSKINA	
Haurdunaldian edo edoskitzaroan dauden emakume langileen osasunean, fetuaren osasunean edo edoskitzaroan dagoen haurraren osasunean eragin negatiboa izan dezaketen agente, prozedura eta lan-baldintzen zerrenda.	
A. Agenteak.	
1. Agente fisikoak, fetuari lesioak eragin diezazkiokeela edo karen-askatzea eragin dezaketela uste denean, eta bereziki honako hauek:	a) Talkak, bibrazioak edo mugimenduak. b) Arriskuak sor ditzaketen karga astunak eskuz manipulatzeko, batik bat bizkarrerako eta gerrirako arriskuak. c) Zarata. d) Erradiazio ez-ionizatzaileak. e) Muturreko hotza eta beroa. f) Haurdun dagoen, erditu berria den edo edoskitzaroan dagoen langilearen jarduerarekin lotura duten lantoki barruko nahiz kanpoko mugimenduak, jarrerak, desplazamenduak, buruko eta gorputzeko nekea eta beste karga fisiko batzuk.
2. Eragile biologikoak.	Lanean agente biologikoen eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurka langileak babesteari buruzko maiatzaren 12ko 664/1997 Errege Dekretuan ezarritako agente biologikoen sailkapenaren arabera, 2., 3. eta 4. arrisku-taldeetako agente biologikoak, agente horiek edo beraiekin nahitaez ekartzen dituzten neurri terapeutikoei haurdun dauden langileen edo fetuaren osasuna arriskuan jartzen dutela jakiten den heinean eta VIII. eranskinean jasota ez badaude.
3. Agente kimikoak. Honako agente kimiko hauek, haurdun edo edoskitzaroan dauden langileen, fetuaren edo edoskitzaroan dagoen haurraren osasuna arriskuan jartzen dutela jakiten den heinean eta VIII. eranskinean ez badaude:	a) Gai arriskutsuak sailkatzeari, ontziratzeari eta etiketatzeari buruzko Araudiak, Martxoaren 10eko 363/1995 Errege Dekretuak onartutakoak, R40, R45, R46, R49, R68, R62 eta R63 gisa etiketatutako gaiak, edo gaiak eta nahasteak sailkatzeari, etiketatzeari eta ontziratzeari buruzko Europako Parlamentuaren eta Kontseiluaren 1272/2008 Araudiak, 2008ko abenduaren 16koak H351, H350, H340, H350i, H341, H361f, H361d eta H361fd gisa etiketatutakoak, oraindik VIII. eranskinean jasota ez badaude. b) Langileak lanean eragile kartzinogenoen eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurka babesteari buruzko maiatzaren 12ko 665/1997 Errege Dekretuko I. eta III. eranskinetan jasotako agente kimikoak. c) Merkurioa eta deribatuak. d) Sendagai antimitotikoak. e) Karbono monoxidoa. f) Agente kimiko arriskutsuak, azalean sartzen direla badakigunak.
B. Prozedurak.	Langileak lanean eragile kartzinogenoen eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurka babesteari buruzko maiatzaren 12ko 665/1997 Errege Dekretuko I. eranskinean jasotako industria-prozedurak.

4. taula

VIII. ERANSKINA	
Haurdun edo edoskitzaroan dauden langileek haien eraginpean egoteko arriskurik ez duten agente eta lan-baldintzen zerrenda ez-exhaustiboa.	
A. Haurdun dauden langileak.	
I. Agenteak.	
a) Agente fisikoak:	Erradiazio ionizatzaileak. Presio handiko giroetako lanak; adibidez, presioko lokaletan, urpekaritza
b) Agente biologikoak:	Toxoplasma. Errubeolaren birusa. Haurdun dagoen langilea, bere immunizazio-egoeratik, agente horien aurka nahikoa babestuta dagoela adierazten duten frogak daudenean izan ezik.
c) Agente kimikoak:	Gai arriskutsuak sailkatzeari, ontziratzeari eta etiketatzeari buruzko Araudiak, Martxoaren 10eko 363/1995 Errege Dekretuak onartutakoak, R60 eta R61 gisa etiketatutako gaiak, edo gaiak eta nahasteak sailkatzeari, etiketatzeari eta ontziratzeari buruzko Europako Parlamentuaren eta Kontseiluaren 1272/2008 Araudiak, 2008ko abenduaren 16koak, H360F, H360D, H360FD, H360Fd eta H360Df gisa etiketatutakoak. Laneko Segurtasun eta Higieneko Institutu Nazionalak argitaratutako "Agente kimikoen esposizio profesionalaren mugak Espainian" dokumentuko 2. taulan jasotako gai kartzinogeno eta mutagenoak, aipaturiko dokumentuko III. taularen arabera esposizio-mugarik ez dutenak. Beruna eta deribatuak, agente horiek giza organismoak xurga ditzakeen heinean.
2. Lan-baldintzak	
	Lur azpiko meatze-lanak.
B. Edoskitzaroan dauden langileak.	
I. Agente kimikoak:	Gai arriskutsuak sailkatzeari, ontziratzeari eta etiketatzeari buruzko Araudiak, Martxoaren 10eko 363/1995 Errege Dekretuak onartutakoak, R64 gisa etiketatutako gaiak, edo gaiak eta nahasteak sailkatzeari, etiketatzeari eta ontziratzeari buruzko Europako Parlamentuaren eta Kontseiluaren 1272/2008 Araudiak, 2008ko abenduaren 16koak, H362 gisa etiketatutakoak. Laneko Segurtasun eta Higieneko Institutu Nazionalak argitaratutako "Agente kimikoen esposizio profesionalaren mugak Espainian" dokumentuko 2. taulan jasotako gai kartzinogeno eta mutagenoak, aipaturiko dokumentuko III. taularen arabera esposizio-mugarik ez dutenak. Beruna eta deribatuak, agente horiek giza organismoak xurga ditzakeen heinean.
2. Lan-baldintzak	
	Lur azpiko meatze-lanak.



URPERATZE BIDEZKO ITSASKI-BILKETA

OROKORRAK

Urpekaritza profesionalaren ezaugarria da arrisku espezifikoekin lotura izatea. Prebentzio Zerbitzuko Araudiko I. Eranskinean sartutako lanetako bat da.

Lan-mota horrek eragindako gaixotasunak gaixotasun profesionalen errege dekretuan daude jasota, hain zuzen ere agente fisikoek eragindakoen atalean: “*2H taldea. Konpresio edo deskonpresio atmosferikoak eragindako gaixotasunak: ur azpiko lanak eskafandra edo urpekaritzako ekipamendu autonomoa daramaten urpeko kamera hiperbarikoen operadoreetan*”.

Hala ere, osasunaren zaintza gutxi garatuta dago sektore horretan eta laneko medikuntzako profesionalek ez dituzte ondo ezagutzen lanbide horren arriskuak eta patologiak. Ezjakintasun hori azaldu dezaketen arrazoietako bat langilearen gaitasuna lanbide-jarduerari ekin aurretik baloratzeko premia da. Gaitasun fisikoa hasierako osasun-azterketa baten bitartez baloratu behar da eta urtean behingo osasun-azterketen bitartez berretsi. Urpeko jarduerekin zerikusia duen titulua, espezialitatea, diploma edo ziurtagiria duten medikuek egin behar dute azterketa eta erakunde ofizial batek eman behar du. Sustapen Ministerioaren 1997ko urriaren 14ko Aginduak, urpeko jardueretarako segurtasun-arauak onartzen dituenak, urpekari profesionalek, jarduera garatzen jarraitu ahal izateko, urtero osasun-azterketa espezializatua egin behar dutela dio. Arau horrek ez du adierazten nola egin behar diren azterketak eta, horregatik, oraindik indarrean dagoen Gobernu Lehendakariaren 1973ko apirilaren 25eko Aginduan agindutakoa aplikatu behar da. Garapeneko araudi autonomikoa badago, hori nagusitzen dela ere adierazi behar da, Sustapen Ministerioaren 1997ko urriaren 14ko eta 2000ko uztailaren 20ko Aginduetan xedatutako urpeko jardueretarako segurtasun-arauen kalterik gabe. Hori da Galiziako Autonomia Erkidegoaren kasua. Arrantza, Itsaski-bilketa eta Nekazaritza Conselleriaren 1999ko apirilaren 23ko Aginduan jasota daude urpekaritza profesionalerako titulua lortzeko osasun-azterketen eta urteko gaitasun-azterketen baldintzak.

1997tik 2001era bitartean argitaratu ziren urpekaritza profesionalaren arloan autonomia-erkidegoetara eskualdatutako Estatuko Administrazioaren funtzio eta zerbitzuak. Autonomia-erkidegoek urpekaritza profesionaleko tituluak lortu aurreko osasun-azterketak egiteko premia adierazten dute, baina Galiziako Autonomia Erkidegoa da arautu duen bakarra.

Itsas Langileen Erregimen Berezian afiliatutako urpekariei dagokienez, ontziratze azterketak arautzen dituen 1696/2007 Errege Dekretua aplikatzen da. Azterketa horiek aukera ematen dute haien laneko zereginak egiteko gaitasuna lortzeko, eskatzailearen baldintza psikofisikoak lanpostuaren ezaugarriekin bateragarriak direla eta norbanakoaren eta tripulazioko gainerako kideen osasunerako eta segurtasunerako arriskurik ez dutela sortzen bermatzeko. Osasun-azterketak Itsasoko Gizarte Institutuak egiten ditu, hain zuzen ere erakunde horrek xede horretarako gaitutako itsas osasuneko fakultatiboek.

Badira erregimen horretan afiliatu gabeko langileak ere; kasu horretan, urpeko jarduerekin loturiko eta erakunde ofizial batek emandako titulua, espezialitatea, diploma edo ziurtagiria duten medikuek egindako osasun-azterketak izan behar dute. Horrek ez du esan nahi prebentzio-zerbitzu batean integratutako laneko medikuek egin behar dituztenik; dena den, ezerk ez du hori galarazten eta zerbitzu horien barruan egin daitezke. Horrek mesede egiten die langile nahiz enpresariei, azken horiei baitagokie osasunaren zaintzaren ardura guztia hartzea.

Kontu horri dagokionez, Arrantza sektorean osasuna zaintzeko gida honen lehen zatian jasotako jarraibideak gogoratzeko komeni da, hau da, osasun-azterketak egin ondoren, langileen osasunaren zaintza definitzen duten laneko arriskuen prebentziora bideratutako norbanako nahiz kolektiboei buruzko gainerako jarduerak geratzen direla egiteko, prebentzio-legeko 22. artikuluan jasota dagoen bezala. Osasunaren zaintzaren norainokoa eta edukiak jakin nahi dituzten erabiltzaileek Gidaren lehen zatia kontsulta dezakete.

ARRISKU-AGENTEAK ETA OSASUNERAKO KALTEAK

Urpekari profesionalek itsasoko langile guztiek dituzten laneko arriskuei aurre egin behar diete, baina badira beraien jarduerako arrisku espezifikoak ere, lan egiten duten ingurunean jatorria dutenak. Ingurune horren honako ezaugarri hauek nabarmenduko ditugu:

- Aire baina ingurune dentsuagoa da.
- Presioa handiagoa da.
- Baldintza termohigrometrikokoak okerragoak dira.

Atal honetan urpeko jardueraren ondoriozko hainbat agente fisiko, kimiko eta biologiko espezifiko xehatzen dira, lanak ingurune horretan egiten dituzten langileen osasunari eragin diezaiokeelako. Arrisku-faktore horiek ingurunean sartuta ez daudenean eragiten dietenei gehitu behar zaizkie eta, horregatik, horiekin batera identifikatu eta ebaluatu behar dira.

Agente fisikoen artean, presioa eta hotza nabarmenduko ditugu, honako hauek eragin baititzakete:

> Presioa:

- Barotraumak.
- Entzumenaren alterazioak: gortasuna.
- Deskonpresio-gaixotasuna.
- Deskonpresio-gaixotasunaren forma kronikoak: alterazio neurologikoa.
- Biriketako lesioak.

> Hotza:

- Hipotermia.
- Raynauden sindromea.
- Murgiltze-oina.

Agente kimikoen artean, urpekaritzako gasak eta materialak nabarmenduko ditugu, honako hauek eragin ditzaketenak:

> Gasagatiko intoxikazioak:

- Narkosi nitrogenatua.
- Hiperoxia.
- Hiperkapnia.
- Gas kutsatzaileak: olio-lurrunak eta karbono monoxidoa.

> Urpekaritzako materialekiko hipersentsibilizazioagatiko dermatitisa.

Azkenik, **agente biologikoen** artean, itsas organismoak eta beste infekzio-agente batzuk nabarmenduko ditugu, honako hauek eragin ditzaketenak:

> Itsasoko organismoek eragindako azaleko lesioak:

- Ukipen bidez.
- Puntura bidez.
- Hozkada bidez.

> Beste infekzio-agente batzuk:

- Kanpoko otitisa.

Langile gehienek lan egiten duten ohiko ingurunearekiko desberdintasunak merezi du atal bat eskaintzea bere ezaugarri batzuk azaltzeko.

Agente fisikoak

>Presioa

Ura airea baino askoz dentsuagoa da eta, horregatik, ur-ingurunekeo presio aldaketak askoz handiagoak dira. Gutxi gorabehera, 10 metroko sakoneran 1 atmosferatan handitzen da presioa.

Barotrauma

Giza gorputzak hainbat aire-barrunbe ditu, honako hodi hauen bitartez giroko presioan aireztatutakoak: birikak, belarriak, sinuak... Presioaren edozein aldaketak, handitzeak nahiz txikitzeak, barruan duten airearen bolumena aldaraziko du. Alterazioa garrantzitsua bada, barotrauma edo presioagatiko trauma sortuko da, honako hauei eragin diezaiekeena:

- Entzumenari.
- Sinu paranasalei.
- Aparatu gastrointestinalari (eskafandrariaren kolikoa).
- Hortzei.
- Birikei (biriketako gainpresioa).

Biriketako barotraumak, aldi berean, hainbat koadro kliniko eragin ditzake:

- o Pneumomediastinoa.
- o Pneumotoraxa.
- o Larruazalpeko enfisema.
- o Arteriako gas-enbolia (AGE): airea odol-uharreen sartu eta arteria ixtea, garunaren ezkerreko hemisferioari eragin eta eskuin aldean hemiplejiak eta hemiparesiak sortzen dituenak.

Oso zaila da koadro horietako bat egoera puruan aurkitzea; gehienetan hainbat agertzen dira elkartuta. Ohikoa da biriketako gainpresioaren, deskonpresio-gaixotasunaren eta itomenaren koadroak elkartuta agertzea.

Hipoakusia

Alterazioa galerarekin agertzen da maiztasun gorenetan, 4000 Hz-en ingurunean, eta pixkanaka-pixkanaka hedatzen da entzumen-espektroan, solas-maiztasunei eragitera iritsi arte. Zaratagatiko hipoakusiaren kasuan bezala, galerak antzeko mailan eragiten die bi belarriei, eta itzulezina da.

Entzunbideko exostosis

Entzunbideko exostosisa belarriko kanalaren inguruko hezur txikien ez-ohiko hazkundera da, presioaren ondoriozkoa. Hazkunde horrek belarriko infekzioak eragin ditzake behin eta berriz eta entzunbidea itxi ere egin dezake. Horren ondorioz entzumena galtzen da.

Deskonpresio-gaixotasuna

Giza gorputza likido bat bezala portatzen da, eta gure biriketako airea osatzen duten gasak disolbatzen dira bertan. Urperaketan airearen presioa handitzen denean, aireko gasen presio partziala ere handitu egingo da eta, ondorioz, gas horietako bakoitzaren kantitate gehiago disolbatuko da. Batik bat odol-uharreen disolbatzen den nitrogeno kantitateari erreparatu behar diogu eta, gero, gure organismoko ehun bakoitzari, nitrogenoa baita deskonpresio-gaixotasunaren (DG) erantzulea. Disolbatutako nitrogeno kantitatea presioaren (urperatzearen sakonera)

eta esposizio-denboraren (hondoan igarotako denbora) baitan egongo da. Azalera itzultzean (deskonpresio-fasea) prozesua alderantzizkoa da: presio-maila alderantzikatzean, nitrogenoa ehunetatik libratu eta odolera igarotzen da, eta hortik biriketara. Hala ere, desconpresio-fase horrek motela izan behar du (urperaketaren profilaren arabera desconpresio-geldialdiak egiten dira sakonera jakin batzuetan eta denbora jakin batean), bestela nitrogeno-burbuilak sortzen baitira, odol-hodiak butxatzen dituztenak.

Deskonpresio-gaixotasunak askotariko koadro klinikoak eragin ditzake larritasunaren eta burbuilen kokapenaren arabera.

Alterazio neurologikoa edo desconpresio-gaixotasun kronikoa

“Urpekari eroaren sindromea” izeneko alterazioa lanean urte asko daramatzaten eta sakonera handiko urperaketa ugariko historiala duten urpekarietan agertzen den koadro klinikoa da.

Biriketako lesioak

Eskarmentu handiko urpekariak izaten dituzten edukiera bitalaren galerak dira, etengabeko presio-aldaketengatik behin eta berriz izaten dituzten tentsio eta distentsioen ondoriozko biriketako ehunen narriadurak eragindakoak.

>Hotza

Hipotermia

Denbora jakin batean giro hotzaren eraginpean egoteak bero-galera eragin dezake, berotasuna sortu eta kontserbatzeko ohiko mekanismoek konpentsatu ezin dutena. Bero-galera horrek 35 gradu azpitik uzten badu gorputzeko tenperatura, hipotermia-egoeran gaudela esan dezakegu.

Raynauden sindromea

Oin eta eskuetako hatzetan odol-isuria eteten duen krisia da. Gorputz-adarretako zona periferikoetara odola eramaten duten arteria txikien espasmoek eragiten dute etenaldia. Hotza da gisa horretako gertakariak eragiten dituen faktore nagusia, minutu gutxi batzuetatik ordubetera bitartean irauten duena.

Murgiltze-oina

Oinak luzaroan bustita baina izoztu gabe izan dituzten pertsonengan agertzen da. Hotzak odol-zirkulazioan eragiten dituen alterazioen ondorioa da. Murgiltze-oinak hainbat ondorio sor ditzake: hotzarekiko hipersentsibilitatea eta pisu handiak erabiltzean mina.

Agente kimikoak

>Gasagatiko intoxikazioa

Narkosi nitrogenatua

Intoxikazio etilikoarekin duen antzagatik “sakonerako mozkorra” ere esaten zaio.

Hiperoxia

Hiperoxia akutuak bi koadro-mota izan ditzake:

- Koadro neurotoxikoa (“Paul Bert efektua”), nerbio-sistema zentralari eragiten diona eta honako sintoma hauek dituen: takikardia, aurpegiko muskuluen nahigabeko mugimenduak, bertigoia, gorakoa, akufenoak eta ikusmenaren alterazioak.
- Krisi hiperoxikoa, epilepsia-krisi handi baten oso antzekoa dena.

Karbono dioxidoa

Urpekaritzan honako hauek dira CO₂-aren bidez intoxikatzeko bi moduak:

- Kanpokoak: aire konprimatuan baimendutako CO₂-ren gehieneko kontzentrazioa % 0,5ekoa denean. Kontzentrazio hori handitu egin daiteke konpresoreen aire-hartuneen kokapen txarragatik, esaterako, konbustio-foku batetik hurbil.
- Barnekoak: organismoak sortzen duen CO₂-ren eta arnasbideetatik ezabatzeko ahalmenaren artean desoreka dagoenean. Gehiegizko esfortzuetan edo gehiegizko arnasketa-lana egiten den larritasun- eta izu-egoeretan gertatzen da.

CO₂-aren bidezko intoxikazioak hiperoxia, narkosi nitrogenatu eta deskonpresio-gaixotasunaren koadroak agertzen laguntzen du.

Karbono monoxidoa

CO konbustio-prozesuetan agertzen da eta, urpekaritzaren kasuan, aire-konpresoreen funtzionamendu txarrean du jatorria, instalazioaren mantentze-faltagatik edo aire-hartuneen kokapen txarragatik, esaterako, tximinietatik edo ihes-hodietatik hurbil.

Olio-lurrunak

Olio-lurrunen bidezko intoxikazioak aire-konpresorearen funtzionamendu txarrean du jatorria.

>Urpekaritzako materialekiko hipersentsibilizazioagatiko dermatitisa

Jantzi isotermoen neoprenoarekiko alergia sortzen duena da ohikoena.

Agente biologikoak

>Itsasoko organismoek eragindako lesioak

Ukitzeengatiko lesioak

Gure itsasertzean dauden kategoria horretako organismo-multzoak protistek (marea gorriak), anemonak, aktiniak eta marmokak dira

Sastadagatiko lesioak

Espainiako itsasertzean pozoia sar dezaketen arantzadun hiru arrain-mota daude: trakinidoak (armiarna), eskorpenidoak (krabarroka, krabarroka beltza) eta milobatoideoak (bastanga, arraia).

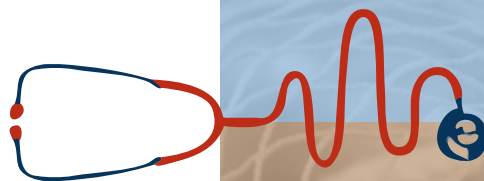
Hozkadengatiko lesioak

Espainiako itsasertzean hozkada egiteko arrisku handieneko arrainak morenak, itsas aingirak eta barrakuda europarrak dira, arriskutsuak izan daitezkeen askoz espezie gehiago dauden arren. Horien hozkadak ez dira pozoitsuak baina erraz infektatzen diren zauriak egiten dituzte.

>Beste infekzio-agente batzuk

Kanpoko entzunbideko infekzioak

Kanpoko entzunbideak babes-hesi naturala dauka, ezkoa, mikrobio-fauna kontrolatzen duen azidotasun-mailari eusten diona. Etengabeko urperatzeek kanpo-belarria garbitzen dute eta ezkoa ezabatzen dute. Horrek giro alkalinoa, hezea eta mikrobioak garatzeko eta kanpoko otitisak eragiteko tenperatura egokia duena sortzen du.



FASE, ZEREGIN, AZPIZEREGIN ETA ARRISKUEN MATRIZEA

OINEZKO ITSASKI-BILKETA: TXIRLA, BERBERETXOA, KADELUXA

OINEZKO ITSASKI-BILKETAK: TXIRLA, BERBERETXOA, KADELUXA			ARRISKUAK ("x"rekin identifikatutakoak)																																																
Fasea	Zeregina	Azpizeregina	Pa	Ib	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14.1	14.2	14.3	15	16	17	18	19.1	19.2	20	21	22	23	24	25	26.1	26.2	26.3	26.4	27	28	29	30	31	32	33.1	33.2	34	35					
Hazia prestatzea	Txandeko aurregizentzea	Hazia hartzea		x				x					x																																						
		Hazia portura eramatea		x	x	x				x						x					x														x																
		Hazia eta hornidurak ontziratzea		x	x	x			x		x	x	x	x		x					x														x																
		Desatratzea	x		x	x															x														x																
		Txanelera nabigatzea	x			x					x	x	x								x		x														x														
		Txanelean atrakatzea	x			x							x								x																	x													
		Hazia eta hornidurak lehorreratzea		x	x	x			x		x	x	x	x		x					x														x																
		Hazia edukiontzietan jartzea		x		x			x					x	x						x																x														
		Edukiontziak garbitzea (trikuak, algak, izarrak, etab.)		x		x			x						x	x					x																x														
		Parke eta bankuetako ereinketarako bilketa		x		x			x					x							x																														
		Produktua eta hornidurak ontziratzea		x	x	x					x	x	x	x		x					x														x																
		Portura nabigatzea		x			x					x	x	x								x		x																x											
		Portuan atrakatzea		x			x	x								x	x					x																		x											
		Produktua eta hornidurak lehorreratzea			x	x	x			x		x	x	x	x		x																			x															
		Parkeko aurregizentzea	Parkeko harea eskuz prestatzea (aitzurra, eskuarea) Parkeko harea mekanikoki prestatzea (motokultorea) Hazia hartzea Hazia parkera eramatea Hazia ahurtaraka eriteia Babes-estalkia jartzea (sarea, burdin-sareak, etab.) Parkea aldiro-aldiro eskuz garbitzea (algak, arribazoiak, etab.)			x								x								x	x					x								x	x														
						x								x		x	x	x					x	x					x																						
						x									x																																				
						x			x					x																																					
				x										x	x																																				
				x										x	x																																				
				x										x	x																																				
				x																																															
				x																																															
				x																																															
				x																																															
				x																																															
				x																																															
				x																																															
				x																																										</					

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

24. "In itinere" istripuak. Langile guztiak eraginpean daude ontziratuta aurretik eta lehorreratu ondoren.

25, 29, 30 eta 31 itemetarako, hurrenez hurren: kausa naturalak, pertsona bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

27. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatuko da.

BALIABIDE ESPEZIFIKOEN OINEZKO BILKETA: DATILA / DATIL HANDIA, TRIKUA, ALGAK, POLIKETOAK, ETAB.

BALIABIDE ESPEZIFIKOEN OINEZKO BILKETA: DATILA / DATIL HANDIA, TRIKUA, ALGAK, POLIKETOAK, ETAB.			ARRISKUAK ("x"rekin identifikatutakoak)																																											
Fasea	Zeregina	Azpizeregina	Bi	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14.1	14.2	14.3	15	16	17	18	19.1	19.2	20	21	22	23	24	25	26.1	26.2	26.3	26.4	27	28	29	30	31	32	33.1	33.2	34	35	
Harrapaketa	Desplazamendua																																													
(Trikuu, algak, datila / datil handia, poliketok)		Harrapaketa-eremura ibilgailuz lekualdatzea	x													x														x																
		Harri-eremura edo hondartzara oinez hurbiltzea	x	x	x					x	x														x													x								
		Hornidurak eskuz garraiatzea	x	x	x			x		x	x														x																					
		Harrietan ibiltzea	x	x	x					x	x					x									x																					
	Eskuz harrapatzea		Bizi-lerroari lotzea	x	x	x							x			x										x																				
			Trikuu eskuarearekin biltzea	x		x							x							x	x					x																			x	
			Trikuu eskularrekin biltzea	x		x														x	x					x																			x	
			Trikuak truelean sartzea	x		x														x	x					x																			x	
			Algak igitaiarekin biltzea	x		x							x							x	x					x																			x	
			Algak ganibetarekin biltzea	x		x							x							x	x					x																			x	
			Algak eskuarearekin biltzea	x		x							x							x	x					x																			x	
			Algak truelean sartzea	x		x						x		x						x	x					x																			x	
			Bilketa-eremuen artean igerian igarotzea	x												x				x	x																									
			Harrapaketak harrietatik jasotzea	x	x	x			x		x	x		x							x					x																				
		Datila/datil handia hiru hortzekoarekin harrapatzea	x																x	x					x																					
	Mekanikoki harrapatzea (algak)																																													
			Palarekin edo traktorearekin biltzea	x						x							x																													x
			Kamioia kargatzea	x	x	x			x	x	x		x																																	
		Lehortzeko eremura kamioian garraiatzea	x																																											
		Kamioia deskargatzea	x	x	x			x		x		x																																		
		Lehortzeko tiraketa	x		x				x		x																																			
		Paketatzea	x		x					x		x																																		x
Desplazamendua																																														
		Harrapaketa-eremutik oinez alde egitea	x	x	x					x	x														x																					
		Harrapaketak eta hornidurak eskuz kargatzea	x	x	x			x		x	x		x																																	
		Harrapaketak eta hornidurak mekanikoki kargatzea	x						x				x													x																				
		Harrapaketa-eremutik ibilgailuz lekualdatzea	x																																											
Portuko lanak	Harrapaketak deskargatzea															x																														
			Kaxak eta ekipamenduak deskargatzea	x	x	x			x	x	x	x		x																																
			Harrapaketak eskuz hautatzea	x		x																																								x
			Lekualdaketa eta salmenta	x		x				x	x		x																																	

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

24. "In itinere" istripuak. Langile guztiak eraginean daude ontziratuta aurretik eta lehorreratu ondoren.

25, 29, 30 eta 31 itemetarako, hurrenez hurren: kausa naturalak, pertsona bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

27. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, lasu bakoitza ebaluatuko da.

Bi: Biltzailea

URPEKARITZAKO BALIABIDE ESPEZIFIKOAK: DATILA, ITSAS BELARRIA, TRIKUA, ALGAK, POLIKETOAK

[illegible]

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

24. "In itimere" istripuak.Tripulazio guztia (TG) eraginpean dago ontzitaru aurretik eta lehorreratu ondoren.

25, 29, 30 eta 3 litemetarako, hurrenez hurren: kausa naturalak, pertsona bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Balintza horiek edonon existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-balintzen arabera kontuan hartuko dira.

27. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizeregin(e) esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebalatuko da.

36. Barotraumatik kontuan hartu behar dira urperatuta lanak egiten diren guztietan.

37. Deskonpresioa gertatu istripuak kontuan hartu behar dira urperatuta lanak egiten diren guztietan.

BALIABIDE ESPEZIFIKOAK. LANPERNA

BALIABIDE ESPEZIFIKOAK: LANPERNA			ARRISKUAK ("x"rekin identifikatutakoak)																																																											
Fasea	Zeregina	Azpizeregina	TG	Pa	Lb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14.1	14.2	14.3	15	16	17	18	19.1	19.2	20	21	22	23	24	25	26.1	26.2	26.3	26.4	27	28	29	30	31	32	33.1	33.2	34	35															
Hornitzea eta ontziratzea	Ontzia lehorrean	Portura atoiari eramatea	x										x				x									x					x																															
		Arrapalatik igotzea	x				x		x		x	x	x	x				x	x							x					x																															
		Garabiarekin igotzea	x				x	x		x	x							x	x							x					x																															
		Ur gainean jarzea eta lotzea	x				x					x		x				x								x																																				
		Hornidurak ontziratzea	x				x	x		x		x	x		x			x	x							x																																				
		Ontzia ainguran																																																												
		Aingurara laguntzailearekin iristea	x				x				x	x									x					x																																				
		Portuan atrakatztea		x				x				x	x		x						x					x																																				
		Hornidurak ontziratzea	x				x	x	x	x		x	x		x											x																																				
		Desatrakatztea eta nabigatzea																																																												
		Desatrakatztea	x				x	x				x	x		x							x									x																															
		Ekipamenduak prestatzea	x					x			x		x	x		x						x									x																															
		Ontzia gobernatzea		x				x		x	x	x		x							x									x																																
		Ontzian ibiltzea	x				x		x		x	x		x							x					x				x																																
		Motorra zaintzea																																																												
		Harrapaketa																																																												
		Harrietan ibiltzea																																																												
		Bizi-lerroari lotzea																																																												
		Langerna errasketarekin biltzea																																																												
		Langerna errasketarekin eta truelarekin biltzea																																																												
		Langerna beste tresna batzuekin biltzea																																																												
		Harrapaketak poltsaratzea																																																												
		Harri artean igerian igarotzea																																																												
		Harri artean igerian igarotzea laguntzarekin (paipoa, aletak, etab.)																																																												
		Ontziratzea																																																												
		Hornidurak eta harrapaketak ontziratzea																																																												
		Ontziratzea																																																												
		Portura nabigatzea																																																												
		Nabigatzea																																																												
		Ontzian ibiltzea																																																												

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

24. "In itinere" istripuak. Tripulazio guztia (TG) eraginpean dago ontziratuta aurretik eta lehorreratu ondoren.

25, 29, 30 eta 3 litemetarako, hurrenez hurren: kausa naturalak, pertsona bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

27. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatuko da.

Lb: Lanperna-biltzailea

Pa: Patroia

BESTE ARRANTZA-TRESNA BATZUK KONPONTZEA / ERATZEA

[illegible]

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

24. "In itinere" istripuak. Langile guztiak eraginpean daude ontziratuta aurretik eta lehorreratu ondoren

25, 29, 30 eta 31 itemetarako, hurrenez hurren: kausa naturalak, pertsona bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

27. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatuko da

Ma: Marinela

Sa: Saregilea

Garraiatzaileak / Paketatzaileak / Errai garbitzaileak / Laguntzaileak / Erosleak / Orga-eramaileak

ARRAIN TXIKIEN MANIPULAZIOA ETA GARRAIOA:			ARRISKUAK ("x"rekin identifikatutakoak)																																																										
Fasea	Zeregina	Azpizeregina	OI	PI	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14.1	14.2	14.3	15	16	17	18	19.1	19.2	20	21	22	23	24	25	26.1	26.2	26.3	26.4	27	28	29	30	31	32	33.1	33.2	34	35															
Kaiko lanak	Deskargatzea	Garraibide eta enbalajeen pilaketa	x	x		x		x	x	x	x	x	x		x	x			x	x														x	x	x	x																								
		Karga sotoan eslingaz lotzea	x		x	x	x	x	x	x	x					x				x		x												x	x	x	x							x	x																
		Arrain-kaxak eskuz deskargatzea	x		x	x	x	x	x	x										x	x	x												x	x	x	x		x																						
		Arrain-kaxak garabiarekin deskargatzea	x			x	x	x	x	x										x	x	x		x										x	x	x	x		x					x	x																
		Arrain-kaxak karga-besorekin deskargatzea	x			x	x	x	x	x											x	x	x															x																							
		Karga kaian hartzea	x		x	x	x	x	x	x										x	x	x												x	x	x	x																								
		Solteko arraina salabardoarekin deskargatzea	x					x						x	x																					x	x	x	x																						
		Solteko arraina ponpa bidez deskargatzea	x											x			x																						x																						
		Edukiontziak betetzea	x												x																																														
		Kaxak / edukiontziak manipulatzea	x	x					x																											x	x	x	x																						
		Plastikozko bilkariarekin lotzea	x	x											x																						x	x	x	x																					
		Edukiontziak / kaxak palet-garraigailuekin eramatea	x	x			x			x		x	x	x																						x																									
		Edukiontziak / kaxak orgekin eramatea					x	x				x	x	x																						x																									
		Edukiontziak / kaxak eskorgarekin eramatea	x	x					x		x																		x	x																															
		Hurrengo kargaren bila itzultzea	x	x																										x	x																														
		Kala garbitzea	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x			x	x	x																		x	x	x	x		x					x																
		Lonjako lanak	Laginak aurkeztzea	Garraiobideen pilaketa	x	x		x		x	x	x	x	x	x		x	x			x	x														x	x	x	x		x																				
				Piezak kiloka zenbatzea	x	x				x		x	x	x		x																						x	x	x	x																				
Lagin-kaxak erakusketa-eremura eramatea	x			x		x		x		x				x																						x	x	x	x																						
Kaxa guztiak lonjara eramatea	x			x		x		x		x				x																						x	x	x	x																						
Pisatzea																																					x	x	x	x																					
Paletak pisaketa-eremura eramatea	x			x		x				x		x			x																					x	x	x	x																						
Karga baskulan jartzea	x			x					x																												x	x	x	x																					
Karga pisatzea	x			x		x				x		x																									x																								
Karga baskulatik ateratzea	x			x					x																																																				
Arrain-kaxak manipulatzea	x			x			x				x				x																						x	x	x	x																					
Etiketatzea	x			x																																																									
Enkantea				x		x					x																																																		
Kaiko lanak	Materiala prestatzea					x																																																							
				Eskuzko garraiobideen pilaketa	x			x			x		x	x	x	x		x	x																		x																								
				Garraiobide mekanikoen pilaketa	x			x				x		x	x	x		x	x																																										
				Desplazamendua																																																									
				Orgarekin lonjara lekualdatzea		x		x	x			x	x	x				x	x																			x	x																						
				Palet-garraigailuekin lonjara lekualdatzea		x		x	x			x	x	x				x	x																			x																							
		Eskorgarekin lonjara lekualdatzea		x			x																																																						
		Lonjan ibiltzea		x		x	x	x			x	x	x																																																
		Karga/deskarga	Kargatzea																																																										
				Arrain-kaxak kokatzea		x		x					x	x	x																																														
				Kaxak organ laguntzarik gabe eskuz kargatzea		x		x				x	x	x																																															
				Kaxak organ laguntzarekin eskuz kargatzea		x		x		x		x	x	x																																															
				Kaxak paletetan laguntzarik gabe eskuz kargatzea		x		x			x	x	x	x																																															
				Kaxak paletetan laguntzarekin eskuz kargatzea		x		x		x		x	x	x																				</																											

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

24. "In itinere" istripuak. Tripulazio guztia (TG) eraginpean dago ontziratuta aurretik eta lehorreratu ondoren.

25, 29, 30 eta 31 itemetarako, hurrenez hurren: kausa naturalak, pertsona bereziki sentikorrek, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira

27. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatuko da

14.3. Hezetasun-baldintza desagokiak eraginpean egotea azpizeregin eta lantututik guztietan hartuko da kontuan.

35. Argiztapen-baldintzen ondoriozko arriskuak iakineko baldintza batzuen arabera identifikatu beharko lirateke

Ol: Ontziko langileak

Pl: Portuko langileak

Matrize honetan deskribatutako lanbideek izen espezifikoak dituzte autonomia-erkidegoaren arabera: NESKATILA - CARREXÓN - ESCABICHEIRO - ETAB.

ARRAIN TXIKIEN MANIPULAZIOA ETA GARRAIOA (JARRAIPENA):
Garraiatzaileak / Paketatzaileak / Errai garbitzaileak / Laguntzaileak / Erosleak / Orga-eramaileak

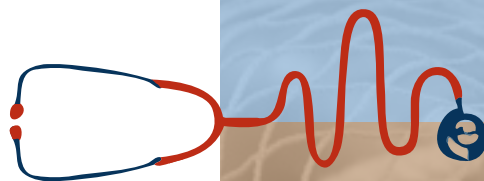
[illegible]

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

24. "In itinere" istripuak. Tripulazio gutzia (TG) eraginean dago ontziratu aurretik eta lehorreratu ondoren.
25, 29, 30 eta 31 itemetarako, hurrenez hurren: kausa naturalak, pertsona bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.
27. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatu da.
14.3. Hertzetasun-baldintza desagokiak eraginean egotea azpizeregina eta lanpostu gutzietan hartuko da kontuan.
35. Argiztapen-baldintzen ondoriozko arriskuko jakineko baldintza batzuen arabera identifikatu beharko lirateke.

Ol: Ontziko langileak
Pl: Portuko langileak

Matrize honetan deskribatutako lanbideek izen espezifikoak dituzte autonomia-erkidegoaren arabera: NESKATILA - CARREXÓN - ESCABICHEIRO - ETAB.



OSASUN- AZTERKETAKO FITXAK ARRISKUEN ARABERA



**HAURDUNALDIA,
ERDITZE GERTATU
BERRIA ETA EDOSKITZE
NATURALA**

ARRISKU ERGONOMIKOA	
Kargak eskuz manipulatzeari	
	Kalte posibleak
	Haurdunaldia
	Maiztasuna handitzen da edo muskulu eta hezurren nahasmenduak larriagotu egiten dira (lunbalgiak, min sakro-iliakoak, karpoko kanalaren sindromea). Muskuluetako kontraktura- eta distentzio-arrisku handiagoa. Neke goiztiarra eta neke-sentsazioa. Sabelaren bolumena eta pisua handitzearen ondorioz, kargak manipulatzeko zailtasun handiagoa.
	Erditze gertatu berria
	Batik bat emakume multiparoetan, gernu-ihesa larriagotu edo betikotu egiten da.
	Edoskitzaroa
	Kargak manipulatzeko zailtasuna, batez ere gorputzetik hurbil lan egitea eskatzen duten lanetan.
	Fetua
	Abortuak, denbora gabeko erditzeak, pisu txikiko fetuak.
	Arrisku-aldia
	Haurdunaldi osoa, edoskitzaroa eta erditze gertatu berria.
	Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria
	Pertsonak, objektuak, animaliak, ekipamenduak eta abar eskuz maneiatzea. Kargak jarri, lotu, arrastan eraman, bultza, altxatu edota garraiatzea. Mugimendu edo jarrera desegokiak edo giro bero edo hotzetan kargak eskuz manipulatzeko zereginak. Kontuan izan beharreko beste egoera batzuk: Palankei edo biraderei eragitea eskatzen duten lanak, ahalegin fisikoa eskatzen dutenak. Etengabeko ahalegina edo aldizkakoa egitea eskatzen duten lanak, etenaldirik egiteko aukerarik gabe.
	Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)
	Kargen eskuzko manipulazioa eta indarren aplikazioarekin bultzatzea eta arrastatzea. Bizkarrezurra. Goiko gorputz-adarra. Beheko gorputz-adarra. Bi oinen gainean luzaroan egotea.

ARRISKU ERGONOMIKOA	
Jarrera behartuak	
	Kalte posibleak
	Haurdunaldia
	Muskulu eta hezurretako nahasmenduen prebalentzia handiagoa (lunbalgiak, tendinitisak, karpoko tunela, etab.) Zaintiratuak izateko arrisku handiagoa. Beheko gorputz-adarretan edemak eta barizeak agertzea. Bena-tronbosi sakonaren arriskua handitzea. Zutik luzaroan egoteagatiko zorabio eta konorte-galtzeak, gauetan karranpak eta zango nekatu edo minberatuak. Nekea. Erditzeke unean arazoak.
	Fetua
	Bi oinen gainean luzaroan egonda berezko abortu gehiago, hilda jaioetako haur gehiago, jaioetean pisu txikiagoa eta denbora gabeko erditze gehiago izaten dira.
	Arrisku-aldia
	Haurdunaldi osoa, bi oinen gainean luzaroan egonez gero. Azken hiruhilekoa muskulu eta hezurren nahasmenduetarako, bereziki lunbalgietarako.
	Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria
	Jarrera behartuak hartzea eskatzen duten lanak, esaterako, besoekin bertikalean edo horizontalean gauzetara iristea edo gorputza flexionatzea/luzatzea eskatzen dutenak. Leku txikietan lan egitea, batez ere haurdunaldi-bukaeran. Denboran zehar jarrera oso estatikoa izatera behartzen duten zeregin guztiak, zutik nahiz eserita. Aldamenetarako mugimendu errepikakorrak egin beharreko jarrera sedentarioak ere behartutzat joko dira. Ibilgailuak gidatzea, eserita luzaroan eta jarrera ez-egokian egotea eta gorputz osoa bibrazio errepikakorren eraginpean egotea behar denean.
	Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)
	Mugimendu errepikatuak, jarrera behartuak eta presioagatiko neuropatiak. Bizkarrezurra. Goiko gorputz-adarra. Beheko gorputz-adarra. Bi oinen gainean luzaroan egotea: zirkulazio-sistema periferikoko alterazioak.

ARRISKU FISIKOA	
Zarata	
	Kalte posibleak
	Haurdunaldia
	Hipertentsioa. Zaratak haurdun dagoenaren arteria-presioa eta nekea areagotu ditzake. Datu gehiagoren faltan, zarata haurdunaldirako ondorio kaltegarriak izan ditzakeen arrisku-faktorea dela ohartarazten da, batez ere beste estres-faktore batzuekin konbinatzen denean, esaterako, kargak maneiatzearekin edo txandakako lanarekin.
	Erditze gertatu berria
	Ez da arrisku espezifikorik deskribatzen.
	Edoskitzaroa
	Ez da arrisku espezifikorik deskribatzen. Hala ere, kontuan hartu beharko litzateke zarata estresa eragiten duen agentea dela eta amaren esne-produkzioa murriztu dezakeela.
	Fetua
	Beharrezko dosiei, zarata-maiztasunei eta abarri buruzko informazio gehiago emango duten azterketak falta diren arren, haurdun dagoen emakumea zarataren eraginpean egoteak jaioko den haurraren entzuteko gaitasunari eragin diezaioke. Behe-maiztasunek ondorio kaltegarriak areagotu ditzaketela nabarmentzen da.
	Arrisku-aldia
	Haurdunaldi osoa amarentzat. Haurdunaldiko 25. astetik aurrera fetuarentzat.
	Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria
	Eguneko maila baliokidea (LAeq,d) 80 dB(A)-ra iristen deneko edo irits daitekeeneko lanpostuak. Zaratak behe-maiztasun ugariko espektroa dueneko lanpostuak. Uneren batean 135 dB(C)-ra irits daitezkeen inpaktu gisako zarata handiak eragiten dituzten lanpostuak. Maila horietara iritsi gabe, zaratarekin batera, bibrazioak edo gai ototoxikoekiko esposizioak (metalak, disolbatzaile organikoak, etab.) eragiten dituzten lanpostuak.
	Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)
	Zarata.

ARRISKU FISIKOAK	
Bibrazioak	
	Kalte posibleak
	Haurdunaldia
	Bibrazioei eta haurdunaldiari buruzko azterketek bat-bateko abortuen gehikuntzarekin, denbora gabeko erditzeekin, erditze-garaiko arazoekin eta jaiotzako pisu txikiarekin lotzen dute esposizio hori. Azken efektu hori ez dirudi zientifikoki baieztatuta dagoenik. Ez dago nahikoa informazio bibrazioen eraginpean egoteak haurdunaldiari sor diezaiokeen kaltearen atalasea finkatzeko. Herbeheretan, dena den, $0,25 \text{ m/s}^2$-ko azelerazioa gomendatzen dute 8 ordu/eguneko lan-egunetarako gorputz osorako esposizio-mugatzat haurdunaldian zehar. Gorputz osoko bibrazioekiko esposizioa bizkarreko eta gerriko diskopatiak, lunbalgiak, ziatika, alterazio digestibo eta baskular periferikoak (hemorroideak, barizeak) agertzearekin lotzen dira.
	Erditze gertatu berria
	Ez da arrisku espezifikorik deskribatzen.
	Edoskitzaroa
	Ez da arrisku espezifikorik deskribatzen.
	Fetua
	Intentsitate handiko bibrazioen eraginpean egotea beste arrisku-mota ergonomiko batzuekin konbinatzen denean, fetuaren heriotza-tasa handitu egin daiteke. Bibrazioen eraginpean egotea jaiotzako pisu txikiarekin lotu da.
	Arrisku-aldia
	Haurdunaldi osoa amarentzat. Haurdunaldiaren 25. astetik aurrera prebentzioa areagotzeko gomendioa.
	Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria
	Organo eta ehunen erresonantzia-maiztasuna dela eta, gorputz osoko bibrazioak osasunean dituen ondorioak —aurrerago aipatuko direnak— batik bat 1 eta 80 Hz arteko maiztasuneko bibrazioenak dira, ibilgailuetan gertatzen direnak. Esposizioaren garrantzia epaitzeko kontuan hartu behar da modu esanguratsuan esku hartzen dutela bibrazioarekiko esposizio-denborak eta x, y eta z hiru ardatz ortogonal normalizatuak buruzko bibrazioaren norabideak, bai giza gorputzarenak bai eskua-besoa sistemarenak.
	Miaketa-fitxak (Gidaren 1. alea)
	Gorputz osoko bibrazioak.

ARRISKU FISIKOA	
Kolpeak/Talkak	
	Kalte posibleak
	Haurdunaldia
	Haurdunaldian izandako sabeleko traumatismoa bat-bateko abortuarekin, denbora gabeko erditzearekin, karen-askatzearekin (KA), zuntzen haustura goiztiarrarekin, fetuaren eta amaren arteko transfusioarekin (fetuaren odola amarengana ohi ez bezala igarotzea) eta jaioberri hilen kopuruaren hazkundearekin lotzen da. Arazo horien maiztasuna, hasiera edo garapena (ez da beti berehalakoa izaten), adin gestazionalaren eta traumatismoaren larritasunaren arabera izango dira. Fetu-amen arteko transfusioak Rh sentsibilizazioa eragin dezake Rh negatiboa duen amarengan.
	Fetua
	Fetuaren heriotza karen-askatzeagatik, haurdunaldi aurreratuan amaren traumatismo txikiarekin gerta daitekeena. Fetuaren anemia edo heriotza amak odoljariora izaten badu. Fetu-amen transfusioaren kasuan: jaioberriaren anemia, fetuaren arritmiak edo fetuaren heriotza odolustuta. Zuntzak garaiz lehen hausten direnean (24. astea baino lehen birjartzen ez bada), biriketako hipoplasia eta deformazio ortopedikoak. Pelbisa haustearen ondorioz, lesioak fetuaren garezurrean.
	Arrisku-aldia
	Haurdunaldi osoan, baina zenbat eta aurreratuago dagoen haurdunaldia aukera gehiago daude umetoki-, fetu- edo karen-traumatismoa izateko. Haurdunaldi bakarrean, 12. atera arte umetokia pelbis barruan egoten da eta, ondorioz, ondorengo asteetan baino gehiago babestuta. Azken hiru hilekoan umetoki-pareta meheagoa da eta fetuaren babesak murriztu egiten da. Fetu-amen arteko transfusio-arriskua 12. astean sortzen da gutxi gorabehera eta karen-askatzeko arriskua 20. astean, gutxi gorabehera.
	Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria
	Objektu batek jotzea, beste maila batera edo maila berean erortzea, ibilgailuak gidatzea. Leku-falta; garbiketa eta ordena desegokiak. Parte mugikorrak eta babesik gabeak dituzten makina eta ekipamenduen presentzia. Laneko erritmo altua. Oreka behar duten lanak. Leku jendetsu edo oso masifikatuak. Behin eta berriz astinduen eraginpean egotea. Irristadak.

ARRISKU FISIkoa	
Hotza eta beroa	
	Kalte posibleak
	Haurdunaldia
	Beroarekiko sentikortasuna handitu daiteke amaren oinarritzko metabolismoa handitzeagatik, hormona-mailak aldatzeagatik eta aldaketa kardiobaskularrengatik. Europako Erkidegoetako Batzordearen (COM(2000) 466 bukaerakoa, 21. orrialdean dioenaren arabera: "haurdun dauden emakumeek beroarekiko tolerantzia txikiagoa dute eta joera handiagoa beroagatik zorabio edo estreserako. Arriskua txikitu egiten da erditu ondoren, baina ezin da esan nolako lastertasunaz nabaritzen den hobekuntza. Beroaren eraginpean egoteak ondorio negatiboak izan ditzake haurdunaldirako". Zorabiorako edo konorte-galerarako joerak zeharkako istripu-arriskuak sor ditzake, erorketengatik, harrapatuta geratzeagatik, etab. Ez dago argi haurdunaldian termoregulazio egokirako behar diren doikuntza kardiobaskularrak gertatzen direnik estres termikoko egoeretan. Ez dago muturreko beroko egoerekiko tolerantzia-bermerik arrisku handiko haurdunaldien kasuan.
	Edoskitzaroa
	Beroak eragindako deshidratazioaren ondorioz esne-kantitatea murrizteak kalte egin diezaioke edoskitzeari.
	Fetua
	Haurdunaldiko lehen hiru hilabeteetan fetuak deformazioak izateko arrisku handiagoa dago amaren barne-tenperaturak 39° C gainditzen baditu aldi luzeetan. Egitate hori adierazi da sukarragatik hipertermia (endogenoa) bolada luzeetan, hipertermia eragin dezaketean laneko oso giro beroaren eraginpeko egoeretan egiaztatu ez bada ere.
	Arrisku-aldia
	Haurdunaldi osoan. Egoera beroen arrisku zuzen eta zeharkakoen ebaluazioan, fitxa honetako ataletan aipatzen diren beste faktore batzuek gain, kontuan izan beharko litzateke, haurdun dagoenaren gero eta pisu handiagoa dela eta, beroarekiko gero eta intolerantzia handiagoa duela eta gorputzaren gehiegizko pisuaren ondorioz, mugimendu guztiek muskuluen esfortzu handiagoa eskatzen dutela eta, horregatik, pertsona argalek baino bero gehiago sortzen duela.
	Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria
	Oro har, eta horrek ez du esan nahi beti arriskua dagoenik haurdunaldirako edo edoskitzerako, arreta berezia eskaini beharko litzazieke 28° C-tik gorako eta 10° C-tik beherako tenperaturan haurdun dauden emakumeak lanean ari diren egoerei. Hotza: Hotz-ganberetako lanak. Aire zabaleko lanak oso tenperatura baxuan. Izoztutako produktuak manipulatzeko lanak. Beroa: Aire zabaleko lanak tenperatura altuarekin eta eguzkitan.
	Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)
	Hotza. Hezetasuna.

ARRISKU PSIKOSOZIALA	
Txandakako lana eta gaueko lana	
	Kalte posibleak
	Haurdunaldia
	Ugaltzearekin zerikusirik ez duten efektuak, haurdunaldiaren ohiko garapenean eragin dezaketenak: - Alterazioak ziklo biologikoetan. - Alterazioa loaren faseetan, kalitatean eta kantitatean. - Nekearen gehikuntza. - Alterazioak jateko ohituretan. - Nahasmendu digestiboak,metabolikoak,nerbioetakoak edo kardiobaskularrak. - Alterazioak gizarte- eta familia-osasunean. - Laneko istripuren bat izateko arrisku handiagoa. Ugaltzearekin zerikusia duten efektuak: - Preeklanpsia txandakako lanean.
	Edoskitzea
	Edoskitze naturala uzten da lanera itzultzean.
	Fetua
	Abortu-arriskua, pisu txikia jaiotzean eta denbora gabeko erditzea.
	Arrisku-aldia
	Haurdunaldi osoa eta edoskitzaroa.
	Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria
	Lana gaez egiten duten langileak edo ordutegia txandatan antolatuta dutenak. Txandakako lana: Taldeakako lanaren era guztietako antolaketak.Antolaketa horren arabera, langileek lanpostu beraiek okupatzen dituzte erritmo jarraitu edo etenakako jakin batean. Horren ondorioz, langileak ordu desberdinetan egin behar du lan, hainbat eguneko edo asteko aldi jakin batean. Gaueko lana: Gaueko 10etatik goizeko 6etara egiten dena. Gaueko langilea: “Bere eguneko laneko hiru ordu, gutxienez, edo urteko lanaldiaren heren bat horrelako ordutegian egiten dituen”.
	Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)
	Arrisku psikosoziala.

ARRISKU PSIKOSOZIALA	
Lanaldiaren iraupena	
	Kalte posibleak
	Haurdunaldia
	Akidura eta nekea pilatzea. Estresa eta estresaren ondoriozko nahasmenduak izateko arriskua handitzea. Jarreraren, esfortzu fisikoaren edota errepikapenaren gisako eskakizunekin konbinatuta, gorputz- eta gogo-nekea handitzea. Bost lanegunetik gora jarraian atsedetik gabe: Preeklanpsia-arriskua handitzea eta, neurri apalagoan, hipertentsioa.
	Edoskitzea
	Laneko denboran esnea ateratzeko baldintza egokiak sortzen ez badira, edoskitzeari eustea zaildu dezake eta mastitis-arriskua handitu.
	Fetua
	Lanaldiaren gehiegizko iraupena: Denbora gabeko erditzearen, bat-bateko abortuaren eta, neurri txikiagoan, jaiotzean pisu txikiagoa izateko eta umetoki barneko hazkundera murrizteko arriskua. Bost lanegunetik gora jarraian atsedetik gabe: Denbora gabeko erditzearen arriskua.
	Arrisku-aldia
	Haurdunaldi osoan.
	Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria
	8 ordutik gorako lana egunean. 40 ordutik gorako lana astean. Lanean bost egun baino gehiago jarraian atsedetik gabe. Etenaldirik ez, etenaldi gutxi edota zurruntasuna etenaldietan. Txandekin edota gaueko lanarekin konbinatzea.
	Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)
	Arrisku psikosoziala.

ARRISKU PSIKOSOZIALA	
Laneko erritmoaren eta etenaldien gaineko kontrola	
	Kalte posibleak
	Haurdunaldia
	Lan-karga fisiko eta mentalaren astungarria da, neke-arriskua areagotzen duelako. Estres-arriskua eta estresaren ondoriozko nahasmen-arriskua areagotzen du, eta baita estres akutuarena ere. Laneko erritmoaren gainean kontrolik ez izateak preeklampsia-arriskua areagotu dezake lehenengo umea duten emakumeengan. Kateko lanak edo inposatutako erritmokoak preeklampsia-arriskua areagotu dezake.
	Edoskitzea
	Laneko denboran esnea ateratzeko baldintza egokiak sortzen ez badira, edoskitzeari eustea zaildu dezake eta mastitis-arriskua handitu.
	Fetua
	Laneko erritmoaren gainean kontrolik ez izateak jaiotzean pisu txikia izateko arriskua areagotu dezake lehenengo umea dutenengan.
	Arrisku-aldia
	Haurdunaldi osoan.
	Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria
	Erritmo handian, abiadura handian lan egitea. Inposatutako (erabiltzaile eta bezeroek, beste lankide batzuek, laneko makina edo ekipamendu materialek, industria-prozesuak, etab.) erritmoan lan egitea. Epe laburrekin lan egitea. Soldata aldakorra izatea, sari edo komisioren araberakoa. Gutxi aldatzen diren zereginak. Atsedenaldirik ez izatea edo gutxi izatea. Etenaldietan zurruntasuna izatea, araututako etenaldiak soilik egitea. Lanpostua uzteko ezintasuna.
	Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)
	Arrisku psikosoziala.

ARRISKU PSIKOSOZIALA	
Agente estresagarriak	
	Kalte posibleak
	Haurdunaldia
	Osasungarriak ez diren bizimoduak hartzeko probabilitatea areagotzen du (atseden hartzeko zailtasuna, jateko ohitura txarrak, estimulatzaileen kontsumoa...), eta horrek zuzenean eragiten du haurdunaldiaren garapenean eta emaitzan. Lehenengo umea dutenengan eta 30 astetik aurrerako esposizioetan preeklanpsia arriskua areagotu dezake. Haurdunaldiko hipertentsio-arriskuaren arrastoren bat dago.
	Edoskitzea
	Edoskitzeari eustea zaildu dezake.
	Fetua
	Estresari atxikitako hormona anitzeko erreakzioak odol-presioaren gorakada eragiten du eta horrek, aldi berean, umetokiko suminkortasuna, karen-funtzioaren murrizketa, umetokiko eta karenko zirkulazio kaskarragoa eta umetokiko jardueraren gehikuntza. Horrek guztiak arriskuan jar dezake fetuaren garapena. Denbora gabeko erditzea izateko arriskua areagotu dezake (esposizio iraunkorretan, babes sozial txikiarekin edo ertainarekin konbinatuta). Jaiotzean pisu txikia izateko eta fetua hiltzeko arriskuaren arrastoren bat dago. Bat-bateko abortu-arriskua areagotu dezake (lanetik kanpoko faktoreekin, astean 40 ordutik gorako lan-jarduerarekin eta babes sozial txikiarekin konbinatuta), eta baita jaiotzean pisu txikia izatekoa ere.
	Arrisku-aldia
	Haurdunaldi osoan.
	Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria
	Lan gehiegi lanerako dagoen denborarako. Esleitutako zereginen gaineko eta zeregin horien ordenaren eta gauzatzeko moduaren gaineko autonomia-falta. Denbora-autonomiarik eza: erritmoaren edota etenaldien gainean. Zeregin monotonoak, errepikakorrek eta gutxi aldatzen direnak. Zeregin pobreak, eduki txikikoak. Baliabiderik ez edo desagokiak (giza baliabideak, baliabide materialak, etab.). Laguntza eta babes sozialik ez lankideen edota nagusien aldetik. Egindako lanaren eta ahaleginaren gaineko aitortzarik ez. Ordutegi desagokiak: txandakako lana, gaueko lana, lanaldi luzeak, aurreikusi gabeko ordutegiak.

	Etenaldiez gozatzeko baldintza egokirik ez (lokalak, ordezkapenerako aukera, ondorengo gainkarga, etab.) Emoziozko eskakizunak eta emozioak ezkutatzekoak. Jendearenganako etengabeko arreta. Jazarpen psikologiko edota sexualarekin bateragarriak diren portaerak. Barneko edo kanpoko (erabiltzaileak, bezeroak, etab.) indarkeriaren eraginpean egotea. Tratu bidegabea, diskriminazioa. Laneko arriskuei buruzko/haurdunaldiari, erditze osteari eta edoskitzeari dagozkien prebentzio-neurri espezifikoek buruzko informazio-falta. Ezegonkortasuna enplegu- edota soldata-baldintzetan.
	Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)
	Arrisku psikosoziala.



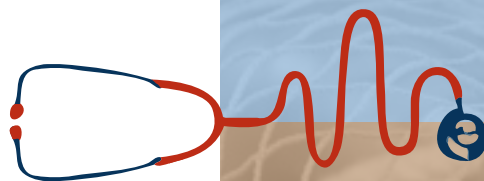
URPERATZE BIDEZKO ITSASKI-BILKETA

Urperatze bidezko itsaski-bilketa	
	Kalte posibleak
	Agente fisikoak: • Presioa: - Barotraumak. - Entzumenaren alterazioak. - Deskonpresio-gaixotasuna . - Deskonpresio-gaixotasunaren forma kronikoak. - Biriketako lesioak. • Hotza: - Hipotermia. - Raynauden sindromea. - Murgiltze-oina.
	Agente kimikoak: • Gasagatiko intoxikazioak: - Narkosi nitrogenatua. - Hiperoxia. - Hiperkapnia. - Gas kutsatzaileak: olio-lurrunak eta karbono monoxidoa. • Urpekaritzako materialekiko hipersentsibilizazioagatiko dermatitisa.
	Agente biologikoak: • Itsasoko organismoek eragindako lesioak. • Kanpoko otitisak.
	Osasun-azterketa
	Osasunari buruzko adierazpen pertsonala
	Anamnesi espezifikoa
	Istripu disbarikoen historiala. Deskonpresio-gaixotasunaren azalpenik gabeko kasu errepikatuak. Istripu disbarikoen ondorioak.
	Urpeko jarduera galarazten duten patologia espezifiko diagnostikatuak.
	Ohiturak: - Alkohol- eta tabako-kontsumoa. - Sendagaiak ohituraz edo aldiro-aldiro hartzea. - Kirola egitea.
	Anamnesi otorrinolaringologikoa
	Sinu paranasalei eragingo dieten prozesuak daudela susmarazi dezaketen sintomak.

	Anamnesi kardiobaskularra
	Bihotz aurreko minaren, palpitazioen edo zorabioen aurrekariak, bihotzeko patologia dagoela susmarazten dutenak.
	Arnasbideetako anamnesia
	Eztula, karkaxa edo arnasestua bezalako sintomak, osagai butxatzaile edo murriztailea duen biriketako prozesuaren susmoa sortzen dutenak.
	Digestio-aparatuko anamnesia
	Azidotasuna, disepsia, disfagia, jateko gogoaren alterazioak, gorakoa eta heste-erritmoaren alterazioak.
	Gernu-aparatuko anamnesia
	Txiza egitean mina, mina giltzurrun-hobietan, edo gernu-maiztasuna handitzea bezalako sintomak.
	Anamnesi osteomuskularra
	Giltzaduretako minaren, mugapenen, giltzaduretako hanturen, zerbikalgien, lunbalgien eta dorsalgien iraganeko edo berritako sintomak.
	Anamnesi neurologikoa
	Epilepsia, konbultsio edo konorte-galaren gertakariak.
	Miaketa espezifikoa
	Datu antropometrikoak
	Garaiera. Pisua. Gorputz-masaren indizea. Gorputzeko gantz-ehunekoa.
	Azterketa dermatologikoa
	Larruazalaren oinarritzko miaketa alergiak edo dermatitisak detektatzeko.
	Azterketa oftalmologikoa
	Begi-globoaren miaketa.
	Begi-zorroztasuna.
	Kolore-ikusmena.
	Begi-hondoaren azterketa.
	Miaketa otologikoa.
	Otoskopia Valsalvaren maniobrarekin.
	Tinpanometria.
	Audiometria.
	Errinologia-miaketa.
	Kopetako eta masailetak sinuen gaineko perkusioa.

	Errinoskopia.
	Sinu paranasalen (naso-mento-plaka) erradiografia. Masailetakoa eta kopetakoa sinuak eta aurrealdeko sinu etimoidalak.
	Azterketa odontologikoa
	Hortzetako barotraumak eragin ditzaketen infekzioak.
	Miaketa kardiobaskularra
	Bihotz-auskultazioa.
	Arteria-presioaren neurketa.
	Beheko gorputz-adarren miaketa. Erradioko, atzeko tibiako eta oineko pultsuak. Bena-sistemaren egoera. Maleoloko edemak.
	Geldiko elektrokardiograma.
	Esfortzu-proba.
	Arnasbideen miaketa
	Biriken auskultazioa.
	Toraxeko erradiografiak (aurretik atzerakoa eta albokoa).
	Espirometria behartua.
	Digestio-aparatuaren azterketa
	Sabelaldeko auskulatazioa eta haztapena hernia-masa edo -puntuen bila.
	Gernu-aparatuaren azterketa
	Ukabil-perkusioko maniobrak bi giltzurrun-hodietan.
	Azterketa osteo-muskularra
	Oinarrizko miaketa osteo-artikularra.
	Erradiografia lokalizatuak. Urpekariak, giltzaduretan, hezurretan, bizkarrezurrean mina sumatzen badu edo miaketa orokorrean mugikortasuna murriztu dela detektatzen bada soilik.
	Miaketa neurologikoa
	Oinarrizko miaketa neurologikoa
	Elektroentzefalograma. Sakonera handiko urpekarietara soilik eta osasunari buruzko adierazpen pertsonalean aldatzeko psikologikoen susmoak agertzen badira soilik.
	Orekaren miaketa
	Rombergen zeinua.
	Babinski-Weillen proba.

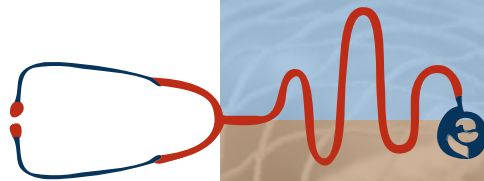
	Ebaluazio psikologikoa
	Analitika
	Odola: Hematimetria osoa, jalkiera-abiadura barne. Giltzurrun-funtzioaren eta funtzio hepatikoaren, gluzemiaren, azido urikoaren, kolesterolaren eta deribatuen probak.
	Gernua Anormalak eta jalkina.



I. ERANSKINA

5. taula - Arrantza-sektorean sor daitezkeen gaixotasun profesionalak, gaixotasun profesionalen taulari jarraituta

Gaixotasun profesionalak eta horiek sortzeko gai diren jarduera nagusien zerrenda
Agente kimikoek eragindako gaixotasun profesionalak
Agente fisikoek eragindako gaixotasun profesionalak
Zaratak eragindako hipoakusia edo gortasuna
Laneko jarrera behartuek eta mugimendu errepikakorrek eragindako gaixotasunak; presioagatiko poltsa serosoetako gaixotasunak, larruazal azpiko zelulitisa:
Sinobialetako edo belarunak bermatzeko zonetako larruazal azpiko ehunetako burtsitis kronikoa.
Ipurmasaileko, orpo-hezur atzeko eta C7ko eta akromiodeltoideas azpiko apofisi zorrotzeko burtsitis
Izterreko aurreko fasziko burtsitis
Kanpoko maleoloko burtsitis
Ukondoko hidroma kronikoa
Laneko jarrera behartuek eta mugimendu errepikakorrek eragindako gaixotasunak; nekeak eta tendoi-zorroen, ehun peritendinosoen eta muskulu eta tendoien lotuneen hanturak eragindako gaixotasunak:
Sorbaldak: birakarien zorroko tendoi-patologia kronikoa.
Ukondoa eta besaurrea: epikondilitisa eta epitrokleitisa
Eskumuturra eta eskua: abduktore luzeko eta hatz lodiko hedatzaile laburreko tendinitisa (De Quervain tendinitisa), hatzeko tenosinobitis estenosantea (malguki-hatza), lehen hatzeko hedatzaile luzeko tenosinobitis
Laneko jarrera behartuek eta mugimendu errepikakorrek eragindako gaixotasunak:
Apofisi arantzatsuen nekeagatiko erazketa
Laneko jarrera behartuek eta mugimendu errepikakorrek eragindako gaixotasunak: nerbioen paralisia presioagatik:
Kanal epitrokleo-olekranianoaren sindromea ukondoko nerbio kubitalaren konpresioagatik
Karpoko kanalaren sindromea eskumuturreko erdiko nerbioaren konpresioagatik
Guyonen kanalaren konpresioa eskumuturreko nerbio kubitalaren konpresioagatik
Kanpoko nerbio ziatiko popliteoaren konpresioaren sindromea, perone-lepoaren pareko konpresioagatik
Zerradun nagusiko, angeluarreko, erronboideko eta zirkunflexuko nerbioen paralisia.
Nerbio erradialaren paralisia konpresioagatik
Laneko jarrera behartuek eta mugimendu errepikakorrek eragindako gaixotasunak:
Meniskoko lesioak erazketa- eta konpresio-mekanismo elkartuengatik, pitzadura edo haustura osoak eraginez
Konpresio edo deskonpresio atmosferikoak eragindako gaixotasunak
Gaixotasun oftalmologikoak erradiazio ultramoreen eraginpean egotearen ondorioz. 100 eta 400 nm arteko uhin-luzeradun erradiazio ez-ionizatzaileen eraginpeko lanak
Agente biologikoek eragindako gaixotasun profesionalak
Paludismoa, amebiasia, tripanosomiasia, dengea, sukar horia, papataci sukarra, sukar errepikakorra, izurria, leishmaniasia, plana, exantema-tifusa, <i>Borrelia</i> eta beste ricketsiosi batzuk:
Eremu endemikoetan garatutako lanak.
Beste atal batzuetan jaso ez diren gaixotasun infekzioso eta parasitarioak: mikosia, legionellosia eta helmintasia
Hezetasuneko lanak
Beste atal batzuetan jaso ez diren substantzia eta agenteak inhalatzeagatik gaixotasun profesionalak
Pisu molekular handiko substantziak (landare- eta animalia-jatorriko eta mikroorganismoetako substantziak eta landare- eta animalia-jatorriko eta mikroorganismoetako substantzia entzimatiakoak):
Errinokonjuntibitisa
Asma
Arnasbideetako disfunzio errektiboaren sindromea
Beste atal batzuetan jaso ez diren substantzia eta agenteek eragindako larruazaleko gaixotasun profesionalak
Pisu molekular txikiko substantziak, 1000 daltonetik beherakoak
Pisu molekular handiko substantziak, 1000 daltonetik gorakoak
Substantzia fotosentsibilizatzaile exogenoak
Agente infekziosoak



GLOSARIOA

GLOSARIOA

Aitzurra: Burdinazko lau angeluko lamina edo pala duen tresna, gehienetan 20 eta 25 cm arteko aldeak dituen. Horietako bat zorrotza da eta beste aldekoak kirten edo heldulekua ahokatzeko balio duen eraztuna du, palarekin angelu zorrotz samarra eratuz. Oinezko itsaski-bilketan harea-jalkinak iraultzeko eta moluskuak ateratzeko erabiltzen da.

Alga: Landare talofito, zelulabakar, plurizelularrak, ahal izanez gero uretan bizi direnak, ur gezatan nahiz gezitan eta, oro har, klorofila dutenak, batzuetan askotariko beste pigmentu batzuek lagunduta. Plurizelularren taloak filamentu-, zinta- edo lamina-forma du eta adarkatua izan daiteke.

Apnea: Arnasa faltatzea edo etetea.

Arrastela: Marea eraginpeko zonetan oinezko itsaski-bilketan erabiltzen den tresna da. Tresnak, batetik, 40-50 cm-ko zabalerako metalezko armazoiak du eta, bestetik, metalezko xafla laua eta 7-10 cm-ko zabalerakoa. Armazoi horretatik, maneiatzeko balio duen 1,5 m-ko heldulekua ateratzen da. Tresnaren ahoaren aldamenetan bi zirgilo handi daude eta zirgilo horietatik bi soka ateratzen dira, gerriko edo uhala eratzen dutenak. Ondoren sareko zakua dago, 24 eta 26 iraganaldikoa, harrapatutako itsaskia gordetzeko balio duena. Tresna uretara botatzen da eta hondo hareatsuan arrastan eramaten da. Azkenean jaso eta, aldi berean, berehala biratzen da. Moluskuak burdinazko hortzen artean harrapatuta geratzen dira.

Bibalboa: Bi maskor dituen. Molusku lamelibrankioen eta beste ornogabe batzuen maskorra osatzen duten pieza gogor eta mugikorretako bakoitza.

Datil handia: Molusku lamelibrankio jangarria, datilaren oso antzekoa, hura bezain kurbatua ez den arren. Datil handiak kolore zuri krematsua du kanpotik eta barrutik. Maskorra kolore desberdineko bi zonatan banatzen duen beta diagonal mehea duelako bereizten da datiletik.

Datila: Itsasoko molusku lamelibrankioa, bi kusu simetriko, leun, berdexka distira zuri eta urdinxkekin, hamabi zentimetro luze eta bi zabaleko eraturako eta alde handienetako batetik labanaren kirten-azalen gisa bat eginda daudenek eraturako maskorra duena.

Ekinodermoa: Simetria erradiatu pentagonaleko itsasoko animalia metazooak dira, larruazalaren loditasunean hedatutako karedun pikorrez eraturako edo, gehienetan, elkarren ondoan jarritako karedun plakaz eraturako eta, batzuetan, arantzaz hornitutako kanpo eskeletoa dutenak; adibidez, holoturiak eta itsas izarrak. Kanpo eskeletoan zulo txiki asko daude. Zulo horietatik hodi formako apendizetatik zutikorrak ateratzen dira, batzuetan bentosan bukatzen direnak eta erradio forman antolatuta daudenak.

Errasketa: Burdinazko xafla da, ertz zorrotzak eta egurrezko heldulekua dituen, itsasontzien mastak, bizkarrak eta alboak arraspatzeko eta garbitzeko erabiltzen dena eta oinezko itsaski-bilketan itsas belarria eta lapak ateratzeko.

Erriatu: Soka bat edo kate bat laxatzea edo askatzea.

Eskuarea: Helduleku luze eta mehe batek eta muturrean zeharkatzen duen zeharraga batek eratzen dute. Zeharragak hortzak ditu eta substratu hareatsua iraultzeko eta moluskuak azalera ateratzeko balio du.

Gantxeloa: Tamaina txikiko eta metalezko pieza bakarreko aitzurra, bibalboak biltzeko erabiltzen dena.

Hiru hortzekoa: Gezi-muturrean bukatutako lantza modukoa, datila eta datil handia harrapatzeko erabiltzen dena. Moluskuaren maskorren artean sartzen denean, hura itxi eta tresna barruan geratzen da. Une hori aprobetxatzen da tiratu eta itsaskia harrapatzeko.

Hornidurak: Edozein operaziotarako behar diren tresnak.

Igitaia: Orri altzairatu eta kurbatu batek eratutako tresna, mutur oso zorrotzekoa eta alde konkaboan sorbatza duena, egurrezko helduleku bati atxikitakoa. Oinezko itsaski-bilketan erabiltzen da txirlak eta berberetxoak ateratzeko. Orriaren muturra bibalboak harean agerian uzten duen zulotik sartzen da, bira bizkor baten bidez ateratzeko.

Itsas belarria: Maskor obalatua duen molusku gasteropodoa, espira oso baxukoa, ingurunearen erdian ertz mehea duena eta beste erdian ezpain moduko bat. Hor zuloak daude, animalia hazten doan heinean ixten direnak. Zimurtua eta arre kolorekoa da kanpotik eta nakar koloreko distiratsua barrutik. Espainiako itsasoetan bizi da.

Itsas trikua: Animalia ekinodermoa, plaka poligonalez eratutako eta arantza artikulatuz estalitako karezko kanpo eskeletoak babestutako gorputz hemisferikoa duena. Ahoa beheko aldearen erdian dauka eta uzkia goikoaren erdian. Ahotik uzkira pieza anbulakralen bost serie bikoitz doaz.

Kakoa: Mutur zorrotz eta kurbatuko tresna, hainbat erabilera dituen.

Kaloia: Metro luze inguruko makila biribila, albo batetik zintzilikatuta sareak zabalduta edukitzeko balio duena.

Krustazea: Zakatz-arnasketa eta bi antena-pare dituzten, kaltzifikatutako maskorrak estaltzen dituen eta apendize-kopuru aldakorra duten animalia artropodoak.

Lanperna: Krustazeo zirripodoa da, bost piezaz osatutako oskola du eta pedunkulu mamitsua, itsasertzeko harrietara itsasteko erabiltzen duena. Multzotan hazten da eta jangarria da.

Lasta: Harria, harea, ura edo ontzi-hondoan jartzen den pisudun beste gauza bat, ontzia komeri den lekuraino sar dadin uretan.

Marea artekoa: Itsasgoraren eta itsasbeheraren mailen artean kokatutako itsasertzaren zatia da. "Erretiro-eremua" ere esaten zaio.

Marea eraginpekoa: Ur txikiko zona da, marea beheareneko lerrotik hurbilen dauden uren zona.

Moluskua: tegumentu bigunak dituzten metazooak dira, helduetan gorputz segmentatu gabea, biluzia edo maskor baten bitartez babestua eta aldebiko simetria duena, beti perfektua ez bada ere.

Neskatila: Arraina Euskal Herriko arrantza-portuetara iristen denean, hura deskargatu eta garbitzeaz arduratzen den emakumea.

Paketatzailea: Arrantza-portuetan, gero saldu egingo den arraina kaxetan jartzen duen emakumea.

Poliketoak: Uretako animaliak dira, ia denak itsasokoak. Segmentu bakoitzean parapodo-parea dute, bizkarraldeko adarrarekin eta sabelaldeko adarrarekin, eta keta ugarirekin (zurden antzekoak). Hondo hareatsuetako haragijaleak dira gehienak, baina badira jalkina jaten espezializatutako formak ere, lurreko zizareek lurrarekin egiten duten bezala, edo ura iragazten espezializatutakoak.

Sardea: Bere muturretako batean bi puntatan bukatutako makila. Y formako mekanismoa, beste pieza batzuei eusteko edo haiek birarazteko erabiltzen dena.

Saregilea: Arrantza-mota desberdinetarako (ingurasarea, tretza, arrastea edo aparailu txikiak) sareak egitea edo konpontzea lanbide duen pertsona, gehienetan emakumea.

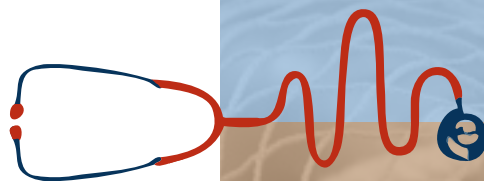
Sargazoa: Kolore gorri arreko alga, itsasoko zenbait tokitan ugaria dena eta sargazo-itsasoa deiturikoa eratzen duena.

Tresmaila: Hiru sarek eratutako arrantza-tresna. Erdikoa itxiagoa da elkarren gainean doazen kanpokoak baino.

Truela: Salabardoa. Markoan sartutako eta makila edo kirten bati lotutako sare txikia. Sarexka baino tamaina handiagokoa.

Tunikatua: Gorputz biguna eta gelatina-itxura duten eta batik bat zelulosaren gisako gai batez eratutako zuntz edo tunikak inguratzen dituen animaliak dira. Jaiotzen direnean zapaburu forma dute. Isatsak notokorda du eta animalia heldutasunera iristen denean galdu egiten du.

Zerra: Ingurasarearen beheko soka, arraina sartzen denean aparailua itxi eta hura harrapatzen duena.



BIBLIOGRAFIA

ARAUDIA

LANEren hitzarmen eta gomendioak

- Osasuna babesteari eta osasun-laguntza emateari (itsasoko jendeari) buruzko 164. hitzarmena, 1987.
<http://www.ilo.org/ilolex/cgi-lex/convds.pl?C164>
- C188 Arrantzako lanari buruzko hitzarmena, 2007.
<http://www.ilo.org/ilolex/cgi-lex/singles.pl?query=012007188@ref&chspec=01>
- R199 Arrantzako lanari buruzko gomendioa, 2007.
<http://www.ilo.org/ilolex/cgi-lex/singles.pl?query=022007199@ref&chspec=02>

Erkidegoko araudia

- 1272/2008 (EE) Erregelamendua, Europako Parlamentuarena eta Kontseiluarena, 2008ko abenduaren 16koa, substantziak eta nahasteak sailkatu, etiketatu eta ontziratzeari buruzkoa, eta 67/548/EEE eta 1999/45/EE zuzentarauak aldatu eta indargabetu eta (EE) 1907/2006 Erregelamendua aldatzen dituen (Testu egokia EEEren ondorioetarako). L 353 Aldizkari Ofiziala, 2008/12/31koa, 0001 - 1355 or.
<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:32008R1272:ES:HTML>
- 92/29/EEE zuzentzaraua, Europako Kontseiluarena, 1992ko martxoaren 31koa, ontzietan osasun-laguntza hobea sustatzeko gutxieneko segurtasun- eta osasun-xedapenei buruzkoa. L 113 Aldizkari Ofiziala, 1992/04/31koa, 0019 – 0036 or.
<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:31992L0029:es:HTML>
- 94/33/EE zuzentzaraua, Europako Kontseiluarena, 1994ko ekainaren 22koa, gazteak lanean babesteari buruzkoa. L 216 Aldizkari Ofiziala, 1994/08/20koa, 0012-0020 or.
<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:31994L0033:ES:HTML>
- 2007/30/EE zuzentzaraua, Europako Parlamentuarena eta Kontseiluarena, 2007ko uztailaren 20koa, Kontseiluaren 89/391/EEE zuzentzaraua, bere zuzentzari espezifikoak eta Kontseiluaren 83/477/EEE, 91/383/EEE, 92/29/EEE eta 94/33/EE zuzentarauak aldatzen dituen, bere aplikazio praktikoari buruzko txostenak sinplifikatu eta arrazionalizatu ahal izateko. L 165 Aldizkari Ofiziala, 2007/06/31koa, 21-24 or.
<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2007:165:0021:01:ES:HTML>
- 92/85/EEE zuzentzaraua, Europako Kontseiluarena, 1992ko urriaren 19koa, haurdun dagoen, erditu duen edo edoskitzaroan dagoen langilearen laneko segurtasuna eta osasuna hobetzeko neurriak aplikatzeari buruzkoa (89/391/EEE zuzentzari 16. artikuluko 1. idatz-zatiaren arabera hamargarren zuzentzari espezifikoak). L 348 Aldizkari Ofiziala, 1992/11/31koa, 0001 – 0008 or.
<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:31992L0085:ES:HTML>

Estatuko eta autonomia-erkidegoetako araudia

- 15/1999 Lege Organikoa, abenduaren 13koa, Datu Pertsonalak Babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1999/12/14/pdfs/A43088-43099.pdf>
- 3/2007 Lege Organikoa, martxoaren 22koa, emakume eta gizonezkoen arteko berdintasun eraginkorrerakoa, emakumeak lanean berdintasun eraginkorra izateko eskubidearen zati gisa esparru horretan neurriak hartzeko premia aurreikusten duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2007/03/23/pdfs/A12611-12645.pdf>
- 14/1986 Legea, apirilaren 25koa, Osasunari buruzko Lege Orokorra.
http://www.boe.es/aeboe/consultas/bases_datos/act.php?id=BOE-A-1986-10499
- 27/1992 Legea, azaroaren 24koa, Estatuko Portuei eta Merkataritzako Ontzidiari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1992/11/25/pdfs/A39953-39984.pdf>

- 31/1995 Legea, azaroaren 8koa, Laneko Arriskuen Prebentzioari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1995/11/06/pdfs/A38934-38942.pdf>
- 39/1999 LEGEA, azaroaren 5koa, langileen familiako eta laneko bizitza bateratzea sustatzekoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1999/11/06/pdfs/A38934-38942.pdf>
- 1/1994 Legegintzako Errege Dekretua, ekainaren 20koa, Gizarte Segurantzaren Lege Orokorren Testu Bategina onartzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1994/06/29/pdfs/A20658-20708.pdf>
- 1/1995 Legegintzako Errege Dekretua, martxoaren 24koa, Langileen Estatutuaren Legearen testu bategina onartzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1995/03/29/pdfs/A09654-09688.pdf>
- 39/1997 Errege Dekretua, urtarrilaren 17koa, Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duena. 27. BOE, urtarrilaren 31koa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/01/17/pdfs/A1853-1853.pdf>
- 486/1997 Errege Dekretua, apirilaren 14koa, langileek bizkarreko eta gerriko lesioak izateko arriskua eragiten duen kargak eskuz manipulatzeari buruzko segurtasun eta osasuneko gutxieneko xedapenei buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/04/23/pdfs/A12926-12928.pdf>
- 664/1997 Errege Dekretua, maiatzaren 12koa, langileak lanean eragile biologikoen eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurka babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/05/24/pdfs/A16100-16111.pdf>
- 1216/1997 Errege Dekretua, uztailaren 18koa, arrantza-ontzietan laneko segurtasun eta osasunaren inguruko gutxieneko baldintzak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/08/07/pdfs/A24070-24078.pdf>
- 439/1998 Errege Dekretua, martxoaren 20koa, urpekaritza profesionalaren arloan Estatuko Administrazioaren funtzio eta zerbitzuak Kantabriako Autonomia Erkidegora lekualdatzeari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1998/04/01/pdfs/A11045-11046.pdf>
- 258/1999 Errege Dekretua, otsailaren 12koa, itsasoko langileen osasunaren babesari eta osasun-laguntzari buruzko gutxieneko baldintzak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1999/02/24/pdfs/A07614-07680.pdf>
- 2084/1999 Errege Dekretua, abenduaren 30ekoa, uretako irakaskuntza, urpekaritza profesional eta urpeko jardueren arloan Estatuko Administrazioaren funtzio eta zerbitzuak Asturiasko Printzerria lekualdatzea.
<https://sede.asturias.es/bopa/disposiciones/repositorio/LEGISLACION/2/66/2/1FF3CA3D932847A79830C0E1376B9F4B.pdf>
- 374/2001 Errege Dekretua, apirilaren 6koa, langileen osasuna eta segurtasuna agente kimikoekin zerikusia duten arriskuen aurka laneko denboran babestea.
<http://www.boe.es/boe/dias/2001/05/01/pdfs/A15893-15899.pdf>
- 1277/2003 Errege Dekretua, urriaren 10ekoa, osasun-zentro, -zerbitzu eta -establezimenduak baimentzeari buruzko oinarri orokorrak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2003/10/23/pdfs/A37893-37902.pdf>
- 171/2004 Errege Dekretua, urtarrilaren 30ekoa, Laneko Arriskuen Prebentzioari buruzko azaroaren 8ko 31/1995 Legeko 24. artikulua garatzen duena, enpresa-jardueren koordinazioari dagokionez.
<http://www.boe.es/boe/dias/2004/01/30/pdfs/A1848-1848.pdf>
- 1311/2005 Errege Dekretua, azaroaren 4koa, bibrazio mekanikoen eraginpean egotearen ondoriozko arriskuen aurrean langileen osasuna eta segurtasuna babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/2005/11/05/pdfs/A36385-36390.pdf>
- 286/2006 Errege Dekretua, martxoaren 10ekoa, zarataren eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurrean langileen osasuna eta segurtasuna babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/2006/03/10/pdfs/A09842-09848.pdf>

- 1299/2006 Errege Dekretua, azaroaren 10ekoa, Gizarte Segurantzaren sisteman gaixotasun profesionalen taula onartzen duena eta hura jakinarazteko eta erregistratzeko irizpideak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2006/12/19/pdfs/A44487-44546.pdf>
- 1696/2007 Errege Dekretua, abenduaren 14koa, itsasoratu aurreko osasun-azterketak arautzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2007/12/31/pdfs/A53975-53985.pdf>
- 298/2009 Errege Dekretua, martxoaren 6koa, Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duen urtarrilaren 17ko 39/1997 Errege Dekretua aldatzen duena, haurdun dagoen, erditu duen edo edoskitzaroan dagoen langilearen laneko segurtasuna eta osasuna hobetzeko neurriak aplikatzeari dagokionez.
<http://www.boe.es/boe/dias/2009/03/07/pdfs/BOE-A-2009-3905.pdf>
- 337/2010 Errege Dekretua, martxoaren 19koa, honako hauek aldatzen dituena: Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duen urtarrilaren 17ko 39/1997 Errege Dekretua, eraikuntza-sektorean azpikontratazioa arautzen duen urriaren 18ko 32/2006 Legea garatzen duen abuztuaren 24ko 1109/2007 Errege Dekretua eta eraikuntza-obretan segurtasuneko eta osasuneko gutxieneko baldintzak xedatzen dituen urriaren 24ko 1627/1997 Errege Dekretua.
http://www.boe.es/aeboe/consultas/bases_datos/doc.php?id=BOE-A-2010-4765
- 504/2011 Errege Dekretua, apirilaren 8koa, Itsasoko Gizarte Institutuaren egitura eta funtzioei buruzkoa, erakunde horri itsasoko langileen osasun-laguntza esleitzen dio, ontzian nahiz atzerrian, eta baita ontziko botikinen ikuskapena eta kontrola eta itsasoko langileen osasun-prestakuntza ere.
<http://www.boe.es/boe/dias/2011/05/12/pdfs/BOE-A-2011-8282.pdf>
- 843/2011 Errege Dekretua, ekainaren 17koa, prebentzio-zerbitzuen osasun-jarduera garatzeko baliabideen antolamenduari buruzko oinarritzko irizpideak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2011/07/04/pdfs/BOE-A-2011-11428.pdf>
- 2055/1969 Dekretua, irailaren 25ekoa, urpeko jarduerak arautzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1969/09/27/pdfs/A15182-15184.pdf>
- 152/1998 Dekretua, maiatzaren 15ekoa, Galiziako Autonomia Erkidegoan urpekaritza profesionala egiteko baldintzak xedatzen dituena.
<http://www.xunta.es/Doc/Dog1998.nsf/FichaContenido/6526?OpenDocument>
- 210/2000 Dekretua, uztailaren 21ekoa, Galiziako Autonomia Erkidegoan arrantza-baliabideak urpekaritza-teknikekin ateratzeko ziurtagiri profesionalak arautzen dituena.
<http://www.xunta.es/Doc/Dog2000.nsf/FichaContenido/11EE2?OpenDocument>
- 73/2002 Dekretua, ekainaren 6koa, Asturiasko Printzerrian urpekaritza profesionala egiteko baldintzak xedatzen dituena.
<http://sede.asturias.es/bopa/disposiciones/repositorio/LEGISLACION01/66/5/001U001W1C0002.pdf>
- 201/2004 Dekretua, urriaren 13koa, Euskal Autonomia Erkidegoan urpekaritza profesionala egiteko baldintzak xedatzen dituena.
<http://www.euskadi.net/bopv2/datos/2004/11/0405670a.pdf>
- 1973ko apirilaren 25eko Agindua, Itsasoko eta Barruko Uretan Urpeko Jarduerak egiteko Araudia onartzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1973/07/20/pdfs/A14757-14788.pdf>
- 1995ko abenduaren 22ko Agindua, urpeko jarduerak arautzen dituzten arau jakin batzuk indargabetzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1996/01/12/pdfs/A00917-00917.pdf>
- 1997ko urriaren 14ko Agindua, urpeko jardueretarako segurtasun-arauak onartzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/11/22/pdfs/A34419-34456.pdf>
- 1999ko apirilaren 23ko Agindua, Galiziako Autonomia Erkidegoan urpekaritza profesionala arautzen duena.
<http://www.xunta.es/Doc/Dog1999.nsf/FichaContenido/87BA?OpenDocument>

- 2000ko uztailaren 20ko Agindua, 1997ko urriaren 14ko Aginduak onartutako urpeko jardueretarako segurtasun-arauak aldatzen dituenak.
<http://www.boe.es/boe/dias/2000/08/07/pdfs/A28240-28240.pdf>
- 2001eko martxoaren 30eko Agindua, Galiziako Autonomia Erkidegoan urpekaritza profesionala arautzen duen 1999ko apirilaren 23ko Aginduan araututako urpekaritza profesionaleko titulazioen baliokidetasunen eta baliozkotzeen erregimena xedatzen duena, Itsas Armadako Urpekarien Erakunde Teknikoak emandako tituluen edukitzaileentzat (Itsas Armadaren Urpekaritza Zentroa).
<http://www.xunta.es/Doc/Dog2001.nsf/FichaContenido/638E?OpenDocument>
- 2000ko urriaren 17ko Agindua, Galiziako Autonomia Erkidegoan arrantza-baliabideak urpekaritza-teknikekin ateratzeko ziurtagiri profesionalak arautzen dituenak.
http://www.xunta.es/dog/Publicados/2000/20001027/Anuncio14A12_es.html
- SCO/1526/2005 Agindua, maiatzaren 5koa, Laneko Medikuntza espezialitatearen prestakuntza-programa onartu eta argitaratzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2005/05/28/pdfs/A18091-18100.pdf>
- 2006ko martxoaren 13ko Agindua, Nekazaritza, Arrantza eta Elikadura sailburuarena, Sakonera Txikiko Urpekari Profesionalaren Titulua lortzeko ikastaroa prestakuntza-programa arautzen duena, eta baita ikastaroa egiteko baldintzak, ikastaroak egiteko Landaren eta Itsasertzaren Garapeneko Zuzendaritzak baimena emateko prozedura eta Jardueren Libreta egitea ere, Euskal Autonomia Erkidegoan urpekaritza profesionala egiteko baldintzak xedatzen dituen urriaren 13ko 201/2004 Dekretua garatuz.
http://www.euskadi.net/cgi-bin_k54/bopv_20?c&f=20060511&s=2006088
- TAS/1/2007 Agindua, urtarrilaren 2koa, gaixotasun profesionaleko parte-eredua ezartzen duena, parte-eredua egiteko eta transmititzeko arauak xedatzen dituenak eta datu pertsonalen fitxategia sortzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2007/01/04/pdfs/A00482-00487.pdf>
- 2009ko otsailaren 26ko Agindua, Nekazaritza, Arrantza eta Elikadura sailburuarena, nautika eta arrantzako identitate profesionaleko eta urpekaritza profesionaleko txartelak lortzeko eta egiteko prozedura xedatzen duena.
http://www9.euskadi.net/cgi-bin_k54/bopv_20?c&f=20090406&s=2009066
- TIN/2504/2010 Agindua, irailaren 20koa, Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duen urtarrilaren 17ko 39/1997 Errege Dekretua garatzen duena, prebentzio-zerbitzu gisa, prebentzio-jardueren memoria gisa eta enpresen prebentzio-sistemaren auditoria-jardura egiteko baimen gisa espezializatutako erakundeak akreditatzeari dagokionez.
<http://www.boe.es/boe/dias/2010/09/28/pdfs/BOE-A-2010-14843.pdf>
- 1991ko urtarrilaren 15eko ebazpena, Idazkaritza Nagusi Teknikoarena, Estatuko Administrazioak Nazioarteko Itunen arloan duen jardueraren antolamenduari buruzko 801/1972 Dekretuko 32. artikulua aplikatzeari buruzkoa.
http://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-1991-1613
- 1999ko urtarrilaren 20ko Ebazpena, Merkataritza Itsasketako Zuzendaritza Nagusiarena, urpeko jarduerak egiteko arauak onartzen dituen 1997ko urriaren 14ko Aginduko jakineko taula batzuk eguneratzen dituenak.
<http://www.boe.es/boe/dias/1999/02/18/pdfs/A07072-07083.pdf>
- 2002ko abuztuaren 5eko Ebazpena, Landa Inguruneko eta Arrantzako Sailarena, urpekaritza profesionalaren arloan baimenak, ziurtagiriak, tituluak eta txartelak lortzea arautzen duena.
<https://sede.asturias.es/bopa/disposiciones/repositorio/LEGISLACION02/66/7/001U001XIG0003.pdf>

BIBLIOGRAFIA

- *10 arrazoi genero-ikuspia duen laneko osasun eta segurtasunerako*. Generalitat de Catalunya. Departament de Treball. Bartzelona, 2010eko urria.
http://www.redunidadesdeigualdad.udl.cat/fileadmin/Recursos/PRL/10XQ_Genere_cast.pdf
- Alfonso Riveiro, P., Ortega Iñarrea, M., Pérez López, A.I., Rivas Grande, T. *Estudo das condicións de traballo das redeiras galegas*. Federación Galega de Redeiras Artesas O Peirao.
http://www.issga.es/archivos/publico/publicacions/publicaciones_2008/124125247.pdf
- Amatasuna. Aitatasuna. Haurdunaldiko arriskua. Edoskitzaro naturaleko arriskua. Lan eta Immigrazio Ministerioa. Gizarte Segurantzaz.
<http://www.seg-social.es/prdi00/groups/public/documents/binario/100442.pdf>
- Arrantza Sektoreko 15 metro baino gutxiagoko ontzietan ikuskapen-jarduketak egiteko protokoloa.
http://www.mtin.es/itss/web/Atencion_al_Ciudadano/normativa_y_Documentacion/Documentacion_Riesgos_Laborales/008/002/columna2/8.la_PROTOCOLO_buques_menos_de_15.pdf
- Benavides, F.G., Ruiz Frutos, C., García García, A.M., 1997. *Laneko osasuna. Laneko arriskuen prebentziorako kontzeptuak eta teknikak*. Bartzelona: Masson.
- Blasco, A. *Laneko Segurtasunerako eta Osasunerako Eskubidearen kontzeptua, iturriak eta norainokoa*. Santander: Kantabriako Gobernua, Industria, Turismo, Lan eta Komunikazio Kontseilaritza.
- Cristóbal, J.L. *Urpekari profesionalen laneko gaitasuneko osasun-azterketen antolaketa*. Itsas Medikuntzako Nazioarteko II. Kongresu Hispano Frankofonoa. Cartagena, 2008ko urriak 3-4.
<http://www.semm.org/cihf/pdf/M1rtosbuzosprofjoseluiscristobal.pdf>
- Eiroa del Río, F., 2002. *Arrantza profesionala eta bere teknika*. Santiago de Compostela: Galiziako Xunta.
- Eklöf, B., Rutherford, R.B., Bergan, J.J., Carpentier, P.H., Gloviczki, P., Kistner, R.L. et al.; American Venous Forum International Ad Hoc Committee for Revision of the CEAP Classification. "Revision of the CEAP classification for chronic venous disorders: consensus statement". *Journal of Vascular Surgery*, 2004, 40: 1248-1252.
- Esparru arautzaile berria arrantza-sektorerako. Baxurako Arrantzaleen Kolektiboan Laneko Arriskuen Prebentzioa Arazteko Iradokizunak, 2007.
http://www.mapfre.com/documentacion/publico/i18n/catalogo_imagenes/grupo.cmd?path=1062380
- Esteban Buedo, V., García Gómez, M., Gallo Fernández, M., Guzmán Fernández, A. 2004. *Laneko arriskuen prebentziorako osasunaren zaintzaren Liburu Zuria*. Madril: Osasun eta Kontsumo Ministerioa.
<http://www.msc.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/docs/portadaLibroBlanco.pdf>
- Esteban Buedo, V., Santolaria Bartolomé, E., de Motta Martínez, M.J., Escolano Puig, M. (koord.) 2005. *Osasuna sortzen duten enpresak*. Valentzia: Valentziako Generalitat.
http://biblioteca.sp.san.gva.es/biblioteca/publicaciones/MATERIAL/PUBLICACIONES/SER_SL/ASE/EGS/EGS_CASTELLANO.PDF
- Euskal Autonomia Erkidegoko Arrantza Sektorean Laneko Arriskuen Prebentziorako Plan Integrala. Arriskuen Identifikazioak eta Ebaluazioak.
<http://www.itsaspreben.com/index.php?idioma=es&seccion=5&ctipo=2&contenido=210>
- Fariña Castro, M. *Artes e aparellos de pesca empregados en Galicia*.
<http://www.cetmar.org/DOCUMENTACION/dyp/ArtesDePesca.pdf>
- García Gómez, M., Esteban Buedo, V., Gallo Fernández, M., Guzmán Fernández, A. "Hamar urte langileen osasuna zaintzen". *La Mutua aldizkaria*, 2006, 14. zk., 9-29 or.
http://www.fraternidad.com/descargas/FM-REVL-14-2_4_Diez_años_de_vigilancia_de_la_salud_de_los_trabajadores.pdf
- Gil Hernández, F. 2005. *Laneko Medikuntzari buruzko Ituna*. Bartzelona: Masson.
- González Rodríguez, M.M., García Puente, N.E. 2004. *NTP 625: Arrisku biologikoak itsasoko arrantzan*. Madril: LSHIN.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_625.pdf

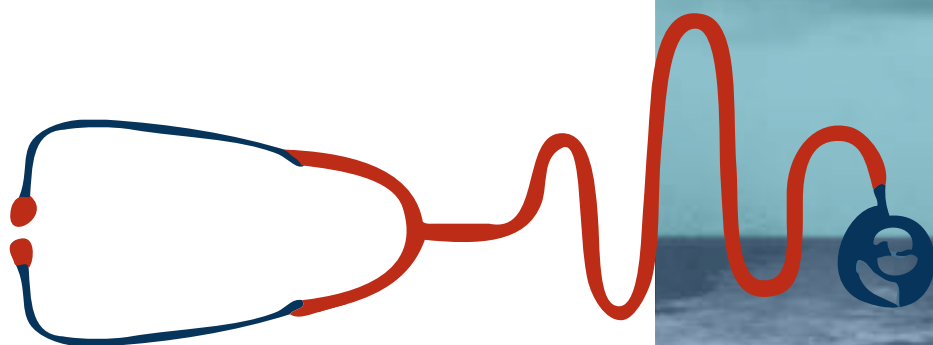
- *Guia de bona praxi per a la vigilància de la salut mental relacionada amb els factors de risc psicosocial*. Generalitat de Catalunya. Departament de Salut. Direcció General de Salut Pública.
<http://www.gencat.cat/salut/depsalut/html/ca/dir2143/riscpsicocompl2010.pdf>
- Kortum, E., Olukoya, A. 2011. *Gender, work and health*. Geneva: World Health Organization.
http://whqlibdoc.who.int/publications/2011/9789241501729_eng.pdf
- LaDou, J. 2005. *Diagnostikoa eta tratamendua laneko eta ingurumeneko medikuntzan*. Mexiko: Manual Moderno.
- Landaluze, S., Larrea, J., Sastre, B. "Ertzaintzako urpekarietako osasun-azterketaren eredu espezifiko". *SEMST-ren aldizkaria*, 2008, 3. alea, 1. zk., 19-24 or.
http://www.semst.org/revista/_pdf/v3n1.pdf
- *Laneko osasunaren sustapena eta kalitatearen ebaluazioa*. LSHIN.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/FichasNotasPracticas/Ficheros/fp_rev_35.pdf
- *Laneko Segurtasun eta Osasunari buruzko Espainiako Estrategia*, 2007ko ekainaren 29an Ministro Kontseiluak onartutakoa.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Instituto/Estrategia_Seguridad_Salud/estrategia_2007_2012.pdf.Actualizado%20junio%202011.pdf
- *Laneko Segurtasuneko Plan Integrala*. Azterketa eta tresna praktikoa muskuilu-sektorean. Itsasadarreko muskuilutarako ontzi laguntzailea (Txanel-ontzia). Vigoko portuko armadoreen kooperatiba (ARVI) – SPM Coapre eta Galiziako Xunta.
- *Laneko Segurtasuneko Plan Integrala*. LAPko jardunbide egokien gida. Zerradun ingurasarea – Itsasertzeko eta baxurako flotak. Vigoko portuko armadoreen kooperatiba (ARVI) – SPM Coapre eta Galiziako Xunta.
- *Laneko Segurtasuneko Plan Integrala*. LAPko jardunbide egokien gida. Aparailu txikiak: Otarreak eta mailasarea. Vigoko portuko armadoreen kooperatiba (ARVI) – SPM Coapre eta Galiziako Xunta.
- LANEren entziklopedia.
<http://www.insht.es/portal/site/Insht/menuitem.1f1a3bc79ab34c578c2e8884060961ca/?vgnextoid=a981ceffc39a5110VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD&vgnextchannel=9f164a7f8a651110VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD>
- Langileen osasunaren zaintza espezifikorako protokoloak. Osasun, Gizarte Politika eta Berdintasun Ministerioa.
<http://www.msps.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/saludLaboral/vigiTrabajadores/protocolos.htm>
- Lorenzo Espeso, N., Gil Fernández, M., Santiago Pérez, I. 2012. Azterketa epidemiologikoa oinezko itsaski-bilketan. Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral (ISSGA) eta Galiziako Xunta.
- Morales Cuenca, G., Moreno Egea, A., Aguayo Albasini, J.L. "Kirurgialari orokorrak barizeen kirurgiaren aurrean". *Espainiako kirurgia*, 2009, 85(4): 205-213.
http://www.aecirujanos.es/revisiones_cirugia/2009/Abril2_2009.pdf
- OHSAS 18001 (Occupational Health and Safety Assessment Series): Specifications for OH&S Management Systems.
- OHSAS 18002: Guidance for OH&S Management Systems.
- *Ontziko osasun-gida*. Madril: Laneko eta Gizarte Gaietarako Ministerioa, 1995.
http://www.seg-social.es/Internet_1/Lanzadera/index.htm?URL=70
- Porter, J.M., Moneta, G.L.; International Consensus Committee on Chronic Venous Disease. "Reporting standards in venous disease: an update". *Journal of Vascular Surgery*, 1995, 21: 634-45.
- *Prevención de Riscos Laborais no sector da Baixura*. Arrantza, itsaski-bilketa eta akuikultura. Federación Galega de Confrarías – SPM Galiziako itsaso segurua eta ISSGA.
http://www.issga.es/html/public/servizos_publicacions_detalle.php?publicacion=116&listar=propias&ubopcion=temas
- Rodríguez Arribe, J.A. "Prebentzioaren kudeaketa arrantza-ontzietan. Etapa baten hasiera". *AETINAPE*, 2007ko martxoa.

- Rodríguez Arribe, J.A. "Prebentzioari buruzko kontzientzia". *Area e Mar*, Pontevedrako Arrantzale Kofradien Federazioaren aldizkaria, 2007ko iraila. 34-37 or.
- Rodríguez Arribe, J.A. "Vixía Plana". Itsasoko Gizarte Institutuaren MAR aldizkaria, 2007, 457. zk., 32-33 or.
- Rodríguez Arribe, J.A. "Prebentzioa ontziko segurtasuna". *Industrias Pesqueras*, 2008, 1942. zk., 37. or.
- Rodríguez Arribe, J.A. "Arraina uretan bezala". *Asturias Prevención*, Laneko Arriskuen Prebentziorako Asturiasko Institutuaren aldizkaria, 2009, 14. zk., 16-22 or.
- Rodríguez Arribe, J.A. "Vixía plana, Galiziako administrazioak arrantza-sektorean LAPren alde egin duen apustu sendoa". *Riesgo Laboral*, 2009. 27. zk., 22-25 or.
- Serra, C, García-Gómez, M. "Osasunaren zaintza indibiduala". Benavides FG, Ruiz C, Garcia AM. *Laneko osasuna. Laneko arriskuen prebentziorako kontzeptuak eta teknikak*. Bartzelona: Masson; 2000. 237-249 or.
- Solé Gómez, M.D. NTP 639: *Laneko osasunaren sustapena: kalitatearen ebaluaziorako galdetegia*. CNCT-INSHT.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_639.pdf
- Solé Gómez, M.D. NTP 915: *Haurdunaldia, edoskitzaroa eta lana: osasunaren zaintza*. CNCT-INSHT.
<http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/NTP/NTP/Ficheros/891a925/915w.pdf>
- Solé Gómez, M.D. "Laneko osasunaren sustapena: utopia ala premia?". CNCT-INSHT.
<http://www.estrucplan.com.ar/Articulos/verarticulo.asp?IDArticulo=816>
- Solé Gómez, M.D et al. 2011. *Arriskuak ebaluatzeko jarraibideak eta lanean amatasuna babestea*. Bartzelona: CNCT-INSHT.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Instituto/Noticias/Noticias_INSHT/2011/ficheros/2011_11_23_DIR_MATER.pdf
- *Urpekaritza Profesionaleko laneko arriskuen prebentzioa arrain-haztegietan*. Madril: LKren komunikazio eta garraio federazioa, 2004.
http://www.fsc.ccoo.es/comunes/recursos/31/125593-Prevencion_de_riesgos_laborales_del_Buceo_Profesional_en_piscifactorias.pdf
- Vicente, M.T., Ramírez, M.V., Murcia, J.J., 2008. *Laneko medikuntza. Protokoloak eta jardunbidea*. Lettera argitalpenak.
- Vogel, L. 2003. *Emakume langilearen osasuna Europan. Aitortu gabeko desberdintasunak*. Brusela: Bureau Technique Syndical Européen pour la Santé et la Sécurité.
<http://www.istas.net/web/abreenlace.asp?idenlace=2597>

KONTSULTATUTAKO BESTE ITURRI BATZUK

- http://www.seg-social.es/prdi00/idcplg?IdcService=GET_FILE&dID=83672&Rendition=Web
- http://www.marm.es/es/estadistica/temas/estadisticas-pesqueras/2009_04_Caracteristicas_tecnicas_tcm7-51486.xls
- http://www.seg-social.es/Internet_1/Estadistica/Est/Observatorio_de_las_Enfermedades_Profesionales/index.htm
- <http://www.mtin.es/es/estadisticas/index.htm>
- <http://www.seg-social.es/prdi00/groups/public/documents/binario/141887.pdf>
- <http://www.insht.es/portal/site/Insht;VAPCOOKIE=ycQmTRJfSnZn4lsD9YJZPIVWgJmGY3J5pnJLLHITm9X4zITr9kh5I9954I282I!-2063770658>
- <http://www.msps.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/saludLaboral/vigiTrabajadores/protocolos.htm>
- http://www.issga.es/html/public/campanas_detalle.php?campana=16
- <http://www.osalan.euskadi.net/s94-osalan/es/>

- <http://iaprl.asturias.es/es/>
- <http://icasst.es/>
- <http://www.itsaspreben.com/>
- <http://www.portalreach.info/clp/http://www.granpesca.com/diccionario/z.htm>
- <http://www.ginasthma.org/>
- <http://www.fisterra.com/>
- <http://www.ilo.org/global/lang--es/index.htm>
- <http://www.cdc.gov/spanish/niosh/>



ARRANTZA SEKTOREAN OSASUNA ZAINTZEKO GIDA 3. ZATIA



Instituto Galego
de Seguridade
e Saúde Laboral



INSTITUTO ASTURIANO DE
PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



Instituto Cántabro
DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



OSALAN
Laneko Segurtasun eta
Osasunerako Euskal Erakundea
Instituto Vasco de Seguridad y
Salud Laborales

ISBN: **978-84-695-9011-9**



EGILEAK

GIDA HAU HONAKO HAUEK EGIN DUTE:

Medikuntza-arloan:

Egileak:

Aitor Guisasola Yeregui. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

Nieves Lorenzo Espeso. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. ISSGA - Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral.

Helena Abigail Rodríguez González. Laneko erizaintzako erizain espezialista. IAPRL – Laneko Arriskuen Prebentziorako Asturiasko Erakundea.

Dulce M^a Platero García. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. IAPRL – Laneko Arriskuen Prebentziorako Asturiasko Erakundea.

Arlo teknikoan:

Egileak:

José Antonio Rodríguez Arribe. Prebentzioko teknikaria. ISSGA - Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral.

Iñaki Zubia Díaz. Prebentzioko teknikaria. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

M^a Isabel García Leal. Prebentzioko teknikaria. ICASST – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Kantabriako Erakundea.

Diego Castro Balboa. Prebentzioko teknikaria. ISSGA - Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral.

Honako hauen lankidetzarekin:

Manuel Iglesias Fanjul. Prebentzioko teknikaria. IAPRL – Laneko Arriskuen Prebentziorako Asturiasko Erakundea.

Ángel Pereira Vado. Prebentzioko teknikaria. AZTI – Tecnaliako ikertzailea.

José María Ferarios Lázaro. Prebentzioko teknikaria. AZTI – Tecnaliako ikertzailea.

Xabier Aboitiz Goitia. Prebentzioko teknikaria. AZTI – Tecnaliako ikertzailea.

Pedro Monzón Durán. AZTI – Tecnaliako Segurtasun eta Osasun arduraduna.

Ramón Sancho Piñeiro. SPM COAPRE-ARVI-ko prebentzioko teknikaria.

Rafael Coma Samartín. MUGATRAko prebentzioko teknikaria.

Koordinazioa:

Aitor Guisasola Yeregui. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

Ikuskapena:

José Rega Piñeiro. Prebentzioko teknikaria. ISSGA - Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral.

Pedro Pablo Uriarte Astarloa. Laneko medikuntzan espezializatutako medikua. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

José Antonio Vázquez Grueiro. Prebentzioko teknikaria. OSALAN – Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea.

AURKIBIDEA

Sarrera.....	6
Sektorearen ikuspegia.....	8
Justifikazioa.....	19
Helburuak.....	21
Aplikazio-eremua.....	23
Metodologia.....	25
Fase, zeregin eta azpiereginen matrizeak eta arriskuen forma-kodeak.....	34
Alturako hondoko tretza.....	35
Alturako azaleko tretza (long line).....	36
Alturako ingurasarea (atunontziak).....	37
Atze-arrastea (alturakoa, altura handikoa).....	38
Atze-arrastea (alturakoa, altura handikoa) -jarraipena-.....	39
Bikoteko arrastea (alturakoa, altura handikoa).....	40
Arraste klasikoa (alturakoa, altura handikoa).....	41
Sardedun arrastea (alturakoa, altura handikoa).....	42
Osasun-azterketako fitxak arriskuen arabera.....	43
Arrisku ergononmikoa.....	44
Kargen eskuzko manipulazioa eta indarren aplikazioarekin bultzatzea eta arrastatzea.....	45
Mugimendu errepikatuak, jarrera behartuak eta presioagatiko neuropatiak.....	46
Bizkarrezurra.....	48
Goiko gorputz-adarra.....	49
Beheko gorputz-adarra.....	50
Jarrera behartuak: bi oinen gainean luzaroan egotea.....	51
Arrisku higienikoa.....	52
Zarata.....	53
Gorputz osoko bibrazioak.....	54
Erradiazio ultramorea (eguzkia).....	56
Hotza.....	57
Hezetasuna.....	59
Beroa.....	60
Dermatosia.....	62
Asma okupazionala.....	63
Segurtasun-arriskuak.....	64
Kolpeak/talkak haurdunaldian.....	65
Arrisku psikosoziala.....	66
Glosarioa.....	69
Bibliografia.....	76



SARRERA

SARRERA

Kantauriko ipar-mendebaldeko itsasertzeko bizitza sozial eta ekonomikoari estuki lotutako errealitatea da arrantza eta, horregatik, Galizia, Asturias, Kantabria eta Euskal Autonomia Erkidegoetan kokatutako Laneko Segurtasun eta Osasun Institutuen zuzendaritzek *Arrantza-sektorean Osasuna Zaintzeko Gida* hau elkarrekin garatzea erabaki zuten 2010ean.

Gida hainbat etapatan egiten joan da. Lehen etapa, baxurako eta artisau-arrantzako flotei zuzendutakoa, 2011ko udazkenean argitaratu zen. Bigarrenak oinezko itsaski-bilketaren jarduerak, baliabide espezifikoek erauzketa eta arrantzako jarduera laguntzaileak jorratu zituen, eta 2012ko udazkenean argitaratu zen, eta hirugarrena, alturako eta altura handiko arrantza-motei buruzkoa, ale honetan jasotakoa, oraintxe argitaratu da, urtebete geroago. Beste lan bat geratzen da oraindik. Arriskuak ebaluatzen Gida hau erabilia, langileen osasunaren zaintza espezifikoa izatea lor daitekeela erakusteko ahalegina egingo da lan horretan.

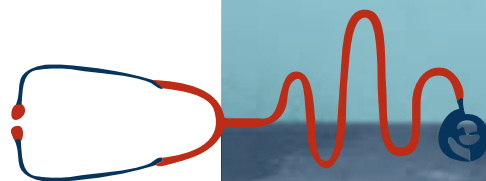
Laneko Arriskuen Prebentzio Legeko printzipioei erreparatuta, lanpostuaren ezagutza xehatua izateko aukera ematen duen ereduak garatu du Gidak, lanpostuari dagozkion faseak, zereginak eta azpizereginak deskribatuz eta horietako bakoitzari lotutako arriskuak identifikatuz. Arriskuak ebaluatu aurreko fasea da, hau da, saihestu ezin izan diren arriskuen magnitudea kalkulatzera zuzendutako prozesua. Beraz, ebaluazio hori egin ahal izateko orientazio orokorra da Gida, kasu bakoitzean modu berezian egin behar dena.

Lanpostuak ondo ezagutzeak, euren deskripzio xehatuan oinarrituta, eta haien arriskuak ebaluatzeak aukera ematen du lanpostu horiek betetzen dituzten langileen osasunaren zaintzaren eduki espezifikoa zehazteko, eta azkenean horietara egokituko da beraien ezaugarri pertsonalen arabera. Hori guztia funtsezkoa da lan-baldintzek langileen osasunari nola eragiten dioten ulertzeko eta laneko medikuak enpresariari eta prebentzio-arloan erantzukizunak dituzten pertsonen langileak bere lanpostua betetzeko jarreraren inguruan edo babes- edo prebentzio-neurriak sartu edo hobetzeko premiaren inguruan egindako azterketetatik ateratzen diren ondorioen berri emateko, prebentzio-arloan dituzten betekizunak behar den bezala gara ditzaten.

Gidaren hirugarren zatiak alturako eta altura handiko arrantza-motei buruzko lana aztertzen du, hau da, itsasontzi handiagoetan, teknifikatuagoetan eta gure kostatik urrun ibiltzen diren arrantza egiten dutena. Aldi luzeak urrutiko kaletan igarotzea, hainbat herrialdeetako langileekin zereginak partekatzea eta elkarrekin bizitzea, gaixotasun endemikoak eta gatazkak egon litezkeen eta gurearen oso klima desberdinak dituzten herrialdeetan aritzea aintzat hartu beharreko kontuak dira ikuspegi sozialetik eta medikuntza-ikuspegitik; eta arrisku horiek sektore osoan dauden arren, kasu honetan garrantzi berezia hartzen dute.

Gidaren zati honetako fase, zeregin eta azpizereginen matrizeak euren konplexutasunagatik eta gauzatzen zailtasunagatik nabarmen izan dira, baina jendearen eskura jarriko ditugu erabiltzen dituenaren lana errazagoa eta egingarriagoa izango direlakoan.

Arrantza-sektorean Osasuna Zaintzeko Gidaren hirugarren zati honen xedea, hasiera-hasieratik izan den bezala, laneko arriskuen prebentzioaren arloan tresna baliagarria izatea da.



SEKTOREAREN IKUSPEGIA

SEKTOREAREN IKUSPEGIA

Arrantza-sektorean Osasuna Zaintzeko Gidaren azken zati hau alturako eta altura handiko arrantza-motei zuzenduta dago. Kantauriko ipar-mendebaldeko 4 autonomia-erkidegoetan presentziarik handiena dutenak aukeratu ditugu, eta honela sailkatu ditugu:

- Tretza:
 - Azaleko tretza (*Long line*)
 - Hondoko tretza (Pintxo, harri bola)
- Alturako ingurasarea (Atunontziak)
- Arrastea
 - Atze-arrastea
 - Bikoteko arraste-arrantza
 - Arraste klasikoa
 - Sardedun arrastea

543/2007 EDk, apirilaren 27koak, 24 metroko luzerako (L) itsasontziek kutsaduraren inguruan bete beharreko segurtasun- eta prebentzio-arauak finkatzen ditu eta arrantza-ontzien honako sailkapen hau ezartzen du, hain zuzen ere, “arrantza-ontzietako laneko gutxieneko segurtasun- eta osasun-xedapenei” buruzko uztailaren 18ko 1216/97 ED aplikatzeko Gida Teknikoak jasotzen duena:

- a) Tokiko arrantza-ontziak. Itsasertzetik 10 milia baino gehiago urrundu gabe arrantzan aritzen direnak.
- b) Itsasertzeko arrantza-ontziak. Itsasertzaren eta itsasertzarekiko 60 miliako lerroaren artean eta 52° I eta 20° I paraleloen artean kokatutako eremuan jarduera egiten dutenak dira.
- c) **Alturako arrantzako** ontziak. Lehen aipaturiko 60 miliako lerrotik kanpo eta 60° I eta 35° H paraleloen eta 52° E eta 20° M meridioen artean kokatutako eremuan jarduera egiten dutenak dira.
- d) **Altura handiko arrantzako** ontziak. Itsasoen eta itsasertzeko distantzien mugarik gabe eta lehen aipaturiko eremuetatik kanpo jarduera egiten dutenak.

Arrantza-ontzien sailkapen hori eraikitze baimena onartzean ezarriko da eta Itsas Administrazioak berretsiko du ontzia zerbitzuan sartu aurreko hasierako azterketa egin aurretik.

Alturako arrantzan diharduten ontzien ezaugarriei dagokienez, hainbat egunez portura itzuli gabe edo urrutiko arrantza-tokietan lanean aritzeak, esaterako, Gran Sol-en (Britainiar uharteak), Hatton Bank (Islandiako hegoaldea) edo Kanariak-Saharako arrantza-tokian, ontziaren potentzia, luzera eta tonajearen gehikuntza garrantzitsua izatea eragiten du. Zenbait ontzik 1.200 CV-tik gorako potentzia dute eta 30 metrotik gorako luzera. Tretza eta arrastea dira gehien erabiltzen diren arrantza-motak.

Altura handiko flotak itsasontzi handiek osatzen dituzte, 100 metrotik gorako luzera eta 7.500 CV baino gehiagoko potentzia dituztenek, botaldi bakoitzean arrain-kantitate handiak ateratzeko gai direnek. “Lantegi-ontziak”, inguraketa-ontziak edo arraste-ontzi izoztaileak dira, arraina arrantzatze, eraldatzeko eta biltegiratzeko askoz ahalmen handiagoa dutenak eta ekoizpen-prozesu konplexuagoak garatzeko aukera ematen dutenak.

Alturako arrantzaren eta altura handiko arrantzaren arteko desberdintasun nagusia altura handiko ontziek munduko arrantza-toki guztietan arrantza egin dezaketela da, distantzia-mugarik gabe eta horretarako lizentzia izateko baldintza soilarekin. Azken kasu horretan, arrantza-mota horretan diharduten enpresa askoren kasuan, kapitala Espainiakoa izan arren eta tripulazioko kide gehienak ere nazionalitate berekoak izan arren, ontziek arrantza egiten duten arrantza-tokien eskubideak dituzten herrialdeen bandera eraman behar izaten dute, beraz, esan daiteke, bandera propioa duten ontziek eta beste nazionalitate batzuetako ontzientzako itxita dauden arrantza-tokietan arrantza egiteko komenentziako edo derrigorrezkotasuneko bandera duten ontziek osatzen dutela Espainiako flota. Arrantzatzen diren espezieen artean abadira, mihi-arrain buruhandia, atuna, bisigua, oilarra, legatza, bakalada, hegaluzea, txipiroia, mihi-arraina, eta abar nabarmentzen dira.

Bi arrantza-mota horietan teknologia sofistikatua erabiltzen da. Ontziek radarrak dituzte arrain-sardak detektatzeko eta daramaten norabidea eta abiadura jakiteko. Sonarrak ere badituzte detektatutako arrain-sarden tamaina neurtzeko eta, batzuek, baita aireko baliabideak ere (helikopteroak) arrain-sardak aurkitzeko. Oro har, mekanikoki egiten da erauzketa eta, lehen ere adierazi den bezala, ontziak lantegi flota garriak dira, harrapaketak prozesatzeko, izozteko, ontziratzeko eta azpiproduktuak egiteko ahalmena dutenak. Arrain-prozesaketan, arraina garbitu egiten da, tripak eta burua kentzen zaizkio eta xerratu edo gazitu egiten da izango duen merkataritza-xedearen arabera. Produktua izozteko baldin bada, prozesuak pixka bat konplexuagoak dira, lantegi-ontziak diren, zatitzeko, xerratzeko eta abarrerako gailuak izatearen edo izozteko soilik izatearen arabera. Horretarako, hozkailuak dituzte, arraina ontzian baldintza egokietan kontserbatzeko. Nolanahi ere, lan-prozesuak dezente mekanizatuta egoten diren arren, aurretik eskuzko lana egin behar izaten da.

Hainbat herrialdeetako langileekin eta gaixotasun endemikoak egon litezkeen herrialdeetan aldi luzeak urrutiko kaletan igarotzeak, arrisku psikosozialak gehitzen dizkie arrantza-teknikekin eta klima-baldintzekin lotutako arriskuei; horien artean aipagarrienak ontzi barruko harreman pertsonalekin zerikusia dutenak edo aldi luzeetan familiarengandik urrunduta egotearekin lotutakoak daude, Indiar ozeanoko itsasertzetan ibiltzen diren ontziek jasan dituzten piraten erasoak ahaztu gabe.

LANGILEAK

Gizarte Segurantzako bulego birtualetik ateratako 2013ko maiatzari buruzko datuen arabera, Espainian Itsasoko Erregimen Berezian alta emandako **langile** kopurua 54.249,59koa da. Horietatik 28.655,82k Kantauriko ipar-mendebaldeko itsasertzeko autonomia-erkidegoetan egiten dute lan. Itsasoan lan egiten duten langileen erdia baino zerbait gehiago dira, datu horietan kotizazio-multzo guztiak jasota dauden arren (I. taula).

I. taula. Itsasoko Erregimen Bereziko langile-kopurua

ZUZENDARITZA PROBINTZIALAK	Itsasoko Erregimen Berezia		Guztira
AUTON. ERK.	Besteren kontura	Norberaren kontura	
Araba	0,00	0,00	0,00
Gipuzkoa	1.052,72	89,27	1.141,99
Bizkaia	2.686,18	110,04	2.796,22
EAE	3.738,90	199,31	3.938,21
Coruña	3.242,04	2.517,54	5.759,58
Lugo	1.544,63	182,45	1.727,08
Ourense	0,00	0,00	0,00
Pontevedra	7.417,04	6.751,86	14.168,90
GALIZIA	12.203,72	9.451,86	21.655,58
ASTURIAS	1.363,00	382,04	1.745,04
KANTABRIA	1.141,04	175,95	1.316,99
GUZTIRA	49.303,31	12.721,81	54.249,59

Iturria: lanketa propioa, honako helbide honetan lortutako 2013ko maiatzari buruzko datuetan oinarrituta: http://www.seg-social.es/Internet_I/Estadistica/Est/AfiliacionAltaTrabajadores/AfiliacionesAltaLaboral/Afiliaci_n_Media_mensual/Afiliados_medios_mes_por_CC.AA_y_provincias_seg_n_reg_menes/index.htm

Afiliatu horien artean honako talde hauek bereizten ditugu, eta I eta II-A kotizazio-taldeak dira alturako eta altura handiko arrantzan lan egiten dutenak:

- **I taldea:** (0811 erregimena, besteren konturakoak, eta 0821 erregimena, besteren konturakoei berdindutako armadoreak) besteren konturako langileak eta soldata ordaindutako eta zatia ordaindutako besteren konturakoei berdindutakoak hartzen ditu, itsas garraioan aritzen diren ontzietan zerbitzuak eskaintzen dituztenak edo 150 tonatik gorako erregistro gordineko arrantza-ontzietan eta horien enpresetan lan egiten dutenak. Lehen aipaturikoez gain, enpresariekin adostuta soldata ordaindutakoen zenbatekoan eta moduan kotizatzea aukeratzen dutenak.
- **II-A taldea:** (0812 erregimena, besteren konturakoak, eta 0822 erregimena, besteren konturakoei berdindutakoak) besteren konturako langileak eta zatia ordaindutako besteren konturakoei berdindutakoak hartzen ditu, 50,01 tona eta 150 tona arteko erregistro gordineko arrantza-ontzietan eta horien enpresetan lan egiten dutenak.

- **II-B taldea:** (0813 erregimena, besteren konturakoak, eta 0823 erregimena, besteren konturakoei berdindutakoak) besteren konturako langileak eta zatia ordaindutako besteren konturakoei berdindutakoak hartzen ditu, 10,01 tona eta 50 tona arteko erregistro gordineko arrantza-ontzietan eta horien enpresetan lan egiten dutenak.
- **III taldea:** zatia ordaindutako besteren konturako langileak hartzen ditu (CCC 0814 erregimena), 10 tona arterainoko erregistro gordineko ontzietan eta horien enpresetan lan egiten dutenak eta norberaren konturako langileak edo autonomoak (0825 erregimena), ontzi txikietako armadoreak barne, baldin eta teknikari edo tripulazioko kide gisa lan egiten badute, tripulazioko kide horien kopurua, armadorea barne, bostetik gorakoa ez bada eta 10 tonatik gorako erregistro gordina ez badu.

2. taula. Taldeen banaketaren laburpena

LANGILEEN BANAKETA TALDEKA JARDUERAREN ARABERA ETA, ARRANTZA-JARDUERAN, ORDAINKETAREN ARABERA ETA ARRANTZA-ONTZIEN EGT-REN ARABERA			
TALDEA	JARDUERA	ORDAINKETA	ONTZIAREN EGT
I TALDEA	ITSAS ARRANTZAKO EDOZEIN JARDUERA (AKUIKULTURA, MERKAT. ONTZIDIA, PORTUKO, ESTIBATZAILEAK...)	SOLDATA	
	ARRANTZA	SOLDATA	
	ARRANTZA	ZATIARI	> 150 EGT
II A TALDEA	ARRANTZA	ZATIARI	> 50etik 150 EGTra
II B TALDEA	ARRANTZA	ZATIARI	> 10etik 50 EGTra
III TALDEA	ARRANTZA	ZATIARI	10 EGTra
	ITSASOKO PRODUKTUEN ERAUZKETA (AKUIKULTURA, ITSASKI-BILTZAILEAK, BESTE BATZUK)		
	SAREGILEAK		

Iturria: IGIk emandako datuak 2011ko ekainaren 7an.

3. taula. Langileen datuak taldeka

ARRANTZA ETA AKUIKULTURA JARDUERAREKIN IEB-N ALTA EMANDAKO LANGILEAK KOTIZAZIO-TALDEAREN ARABERA	
TALDEA	LANGILE KOP.
I TALDEA	8.432
II A TALDEA	5.898
II B TALDEA	7.613
III TALDEA	17.918
GUZTIRA	39.861

Iturria: IGIk emandako datuak 2011ko ekainaren 7an.

Gizarte Segurantzaren Itsasoko Erregimenean afiliatutako zenbait kolektiboren lan-baldintza bereziek beharrezkoa egiten dute erretiro-pentsioa eragiteko gutxieneko adina murrizteko erregulazioa. Izaera oso arrisksutsuko eta ezbehar-tasa handiko lanbide-jardueretako bat arrantza da¹, eta jardueraren eta itsasontziaren tonajearen arabera koefiziente murriztaile bat aplikatzen da:

- Ontzi izoztaileak, bakailao-ontziak eta bakailao-ontzi bikoteak, baleontziak: 0,40.
- Erregistro gordineko 250 tona (EGT) baino gehiagoko arraste-ontziak: 0,35.
- Erregistro gordineko 150 tona (EGT) baino gehiagoko arrantza-ontziak, aurreko taldeetan sartu ez direnak: 0,30.

FLOTA

Ontzien arrantza-jarduera itsas arrantzako ontzien erroldan sartzearen, bere modalitateari, arrantza-tokiari edo eremuari dagokion erroldan sartzearen, ontziari atxikitako dokumentu gisa Lizentzia lortzearen eta, bere kasuan, arrantza bereziko baimena lortzearen baldintzapean dago.

Baliabideak kudeatzeko erregimena arrantza-moten eta aparailu edo arrantza-tresnen erregulazioarekin, arrain-espezieen neurri edo pisuaren ezarpenarekin, debeku-eremuak izendatzearekin edo espezie jakin batzuetarako edo arrantza-toki jakin batzuetarako baliabideen artapenak, babesak edo lehengoratzak eskatzen duen beste edozein neurri izendatzearekin osatzen da.

4. taulak jasotzen du erroldatutako itsasontzi-kopurua. "Operatibotzat" jo dira erreferentziako datan aktibo-egoeran eta arrantza-modalitate bateko errolda bati esleituta zeuden ontziak.

4. taula. Arrantza-ontzi operatiboen errolda eta banaketa. Eslora osoaren tarteen arabera.

ESLORA OSOAREN TARTEA	ONTZI KOP.	ETG	POTENTZIA (KW)	TRIPULAZIOA	0 - 10 URTE	10-20 URTE	20-30 URTE	>= 30 URTE
>= 0 eta < 10	6.637	10.743,62	114.359,15	12.695	12,34	11,33	22,68	53,65
>= 10 eta < 12	708	4.840,10	37.119,46	2.370	21,75	39,41	17,94	20,90
>= 12 eta < 15	753	10.012,73	55.725,63	3.299	20,85	44,75	21,65	12,75
>= 15 eta < 18	428	12.680,85	48.880,58	2.923	25,00	42,52	21,26	11,21
>= 18 eta < 24	738	44.988,68	141.801,54	5.981	34,42	41,33	17,07	7,18
>= 24 eta < 30	452	64.481,29	138.748,61	4.727	28,32	55,53	10,40	5,75
>= 30 eta < 36	199	51.773,95	88.044,70	2.850	31,66	54,27	9,05	5,03
>= 36 eta < 42	89	33.894,24	49.949,26	1.388	42,70	48,31	5,62	3,37
>= 42	112	151.380,27	197.327,85	2.535	32,14	22,32	35,71	9,82
GUZTIRA OROKORRA	10.116	384.795,73	871.956,78	38.768	17,36	22,56	20,98	39,11

Iturria: ARRANTZAKO IDAZKARITZA NAGUSIA. ARRANTZA-ANTOLAMENDUKO ZUZENDARITZA NAGUSIA. EGOERA 2012/12/31N.

¹ Abenduaren 30eko 116/1969 eta ekainaren 21eko 24/1972 Legeen testu bategineko 37. artikuluko 3. Idatz-zatia.

5. taulak Kantauriko ipar-mendebaldeko autonomia-erkidegoetan errolatutako itsasontzi-kopurua jasotzen du, lurralde nazionaleko autonomia-erkidegoetakoekin alderatuta.

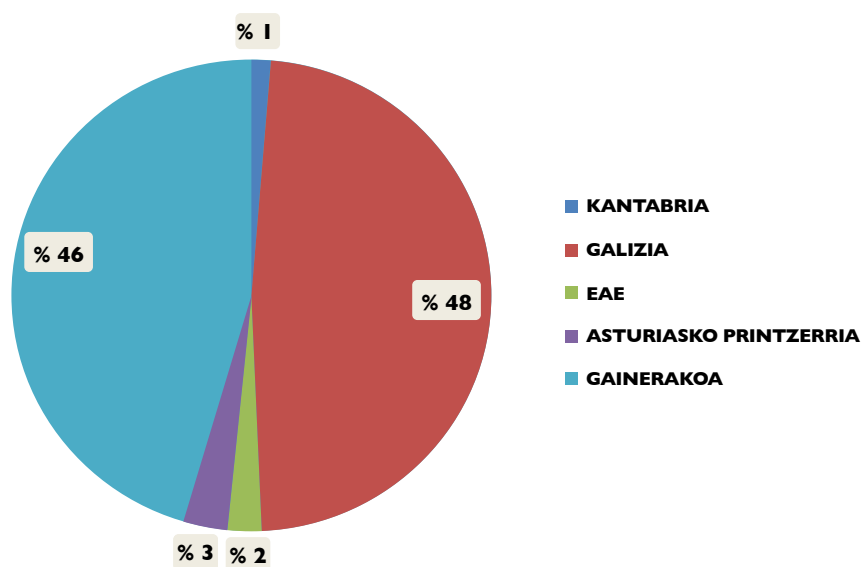
5. taula. Arrantza-ontzi operatiboen errolda autonomia-erkidegoen arabera banatuta.

AUTONOMIA-ERKIDEGOA	ONTZIAK	GUZTIRA TG	GUZTIRA KW
ANDALUZIA	1.604	44.574,58	131.246,69
BALEARRAK	393	3.765,91	21.437,51
KANARIAK	858	22.018,42	53.463,57
KANTABRIA	139	8.502,78	20.877,15
KATALUNIA	897	23.039,29	102.398,69
CEUTA	30	11.074,81	14.416,94
GALIZIA	4.843	164.484,41	298.853,18
MURTZIA	210	3.320,97	12.538,68
EAE	227	78.449,78	130.247,09
ASTURIASKO PRINTZERRIA	304	7.207,68	20.321,27
VALENTZIA	611	18.357,10	66.156,00
GUZTIRA	10.116	384.795,73	871.956,77

Iturria: ARRANTZAKO IDAZKARITZA NAGUSIAK EMANDAKO DATUAK. ARRANTZA-ANTOLAMENDUKO ZUZENDARITZA NAGUSIA. EGOERA 2012/12/31N.

4 autonomia-erkidegoek Espainiako arrantza-flotaren % 54 hartzen dute; zehatz-mehatz: Galiziak % 48, Asturiasek % 3, EAEk % 2 eta, azkenik, Kantabriak % 1.

1. irudia. Galiziako, Kantabriako, EAEko eta Asturiasko Printzerriko arrantza-flota operatiboaren errolda.



6. taulak jasotzen du 2012-12-31n Espainian zeuden arrantza-ontzien errolda, arrantza-modalitatearen arabera banatuta.

6. taula. Arrantza-modalitatearen araberako banaketa

MODALITEA	ONTZIAK	ETG	GUZTIRA (KW)	TRIPUL.	0-10 urte	>10-20 urte	>20-30 urte	>= 30 urte
ARRANTZA-TOKI NAZIONALA								
ARRASTEIA	921	68.796,50	180.860,83	5.564	36,84	44,8	10,9	7,37
ARRANTZA-MOTA TXIKIAK	7.782	26.384,48	196.272,66	17.242	18,79	37,76	19,8	23,65
INGURASAREA	624	34.119,99	121.989,70	6.749	22,66	55,17	14,12	8,04
HEGALABURRAREN INGURASAREA	6	1.608,00	5.843,38	78	0	100	0	0
HONDOKO TRETZA	157	3.879,93	15.373,06	735	21,85	53,58	14,47	10,09
AZALEKO TRETZA	148	16.867,40	27.985,23	1.419	16,62	74,92	8,32	0,14
ZAPO-SAREA	32	1.228,65	3.727,23	175	26,02	56,64	16,93	0,41
HONDOKO MAILASAREA	53	3.036,07	7.008,07	399	8,23	71,14	19,54	1,09
GUZTIRA	9.723	155.921,02	559.060,79	32.361	27,1	50,53	13,06	9,31
EB-KO ARRANTZA-TOKIAK								
ARRASTEIA	74	22.379,76	30.207,33	859	45,49	53,16	1,35	0
ARRANTZA-MOTA FINKOAK	69	17.513,59	26.465,34	1.083	46,52	38,98	9,83	4,67
GUZTIRA	143	39.893,35	56.672,67	1.942	45,94	46,93	5,07	2,05
NAZIOARTEKO ARRANTZA-TOKIAK								
ARRASTEIA	108	73.454,88	94.821,92	2.160	22,65	29,6	42,92	4,84
ATUNETARAKO INGURAKETA-ONTZI IZOZTAILEAK	32	79.014,88	111.519,31	674	29,98	26,93	31,16	11,93
HONDOKO TRETZA	3	381,05	600,74	42	0	91,17	0	8,83
AZALEKO TRETZA	94	35.224,47	47.000,45	1.517	47,35	28,18	22,41	2,06
GUZTIRA	237	188.075,28	253.942,42	4.393	30,31	28,33	34,05	7,31
ESLEITUTAKO ARRANTZA-TOKIRIK GABE								
ESLEITUTAKO ARRANTZA-MODALITATERIK GABE	13	906,08	2.280,89	72	77,37	0	0,99	21,65
GUZTIZKO OROKORRA	10.116	384.795,73	871.956,77	38.768	30,74	39,19	22,46	7,61

Iturria: ARRANTZAKO IDAZKARITZA NAGUSIAK EMANDAKO DATUAK. ARRANTZA-ANTOLAMENDUKO ZUZENDARITZA NAGUSIA. EGOERA 2012/12/31N.

ARRANTZA-MOTAK

Tretza

Arrantza-mota honetan kordel nagusi bat dago eta kordel horretatik beste adar batzuk zintzilikatzen dira, muturretan amuak dituztenak. Amu-kordela jartzen den moduaren arabera, buiak edo flotagailuak erabilia —kordelak hondoarekiko duen kokapena zehazteko erabiltzen diren pisuekin edo pisurik gabe—, hainbat arrantza-mota bereizten dira, ondoren azalduko direnak. Kordel amaren gehieneko luzera eta arrantza-eragiketa edo botaldi bakoitzeko gehieneko amu-kopurua, hau da, aparailu horien ezaugarriak, ontzi bakoitzari dagokion Arrantzako Eskualdeko Erakundeak (AEE) xedatutakora doituko dira eta araudian erregulatuta egongo da, arrantza-toki, espezie eta arrantza-motaren arabera.

Azaleko tretza (*Long line*)

Metodo honetan kordel ama buiei lotuta dago mutur bakoitzean eta flotagailuei kordelean zehar tarte erregularretan kokatutako flotagailuei. Teknika horretan, oro har, kordel nagusia bere pisuaren ondorioz hondoratzearen baitan dago nahi den sakonera lortzea.

Amuak balio gutxiko espezieekin beitatzen dira, esaterako, sardinekin, berdelekin, txipiroiekin, eta abarrekin, harrapatu bahi den espeziearen arabera. Beita, oro har, osorik jartzen da, zatitu egiten diren espezie handienak izan ezik. Beita eskuz jarri ohi izan da, baina gaur egun sistema mekanikoak erabiltzen hasi dira kordela askatzeko maniobra errazteko.

Arrantza-mota horretan aritzen diren ontziek popatik askatzen dute aparailua eta, gehienetan, ababorreko aldetik jasotzen dute polipastoaren putzuan, harrapaketak hustu eta hiltzen diren tokian. Tretzarekin egiten den arrantza selektiboenekotzat jotzen da, tamaina desberdineko beita daramaten amuak erabiltzen baitira harrapatu nahi den espeziearen arabera. Tretzarekin harrapatutako aleen itxura eta kontserbazio-egoera onenetakoak dira, arrantza-mota horrek ez dituelako harrapaketak hondatzen, eta balio handia hartzen dute merkatuan daukaten kalitateagatik.

Espainiako arrantzaleak izan ziren arrantza-mota horren aitzindariak XIX. mendean. Harrezkero, tretza erabiltzen duten ontziak Atlantikoko eta Mediterraneoko ur nazionaletan eta nazioartekoetan aritu dira arrantzan. Azaleko tretza erabiltzen duen flota ezpatarraina arrantzatzeko sortu zen, baina azken urte hauetan nazioarteko merkatuan prezioen desoreka handiak egon direnez, “elkartuak” deituriko espezieen harrapaketek, batez ere tintoletenek eta marrazoenek, gero eta garrantzi handiagoa hartu dute flotaren errentagarritasunean. Bestalde, Atlantikoko Hegaluzearen Kontserbaziorako Nazioarteko Batzordean (ICCAT) xedatutako erregulazioen ondorioz, azaleko tretzaren flotak Ozeano Bareko eta Indiako ozeanoko arrantza-tokietara zabaldu behar izan du bere jarduera, eta azpisektore dinamikoenetako bat bihurtu da egokigarritasun teknikoari eta arrantza-tokien bilaketari dagokienez. Laurogeiko hamarkadaren erdialdera Espainiako tretza-arrantzari lotutako harrapaketek mareako lehen salmentako balioaren % 10eko balioa zuten. Gaur egun balio horren % 50 dute. Tretza-arrantzan aritzen den flotak 400 ontzitik gora ditu gaur egun (6. taula).

Hondoko tretza (*Pintxo, harri bola*)

Arrantza-mota honetan arrantzako aparailu finkoa erabiltzen da. Aparailuak ama deituriko soka bat du eta soka horretatik zintzilikatuta beste soka meheago batzuk daude, potxera deiturikoak, tamaina desberdineko amuak lotuta dituztenak. Muturretan eta kordel ama deiturikoan zehar ainguratzeko eta flotatzeko behar diren elementuak daude, amuak hondoan mantentzen

dituztenak. Oro har, aparailuak ilunabarrean botatzen dira eta egunsentian edo lehenago jasotzen dira, sarraskijale handiek (hondoko krustazeoak eta karramarroak) hondoan geratutako amuei heldu dieten arrainak jan ez ditzaten.

Arrantza-mota horren xede-espezieak askotariko espezie bentikoak eta demertsalak dira (bizitzako denbora gehiena itsas hondoan edo handik hurbil igarotzen dutenak), esaterako, bakailaoa, abadira eta arrain zapalak, besteak beste, mihi-arraina eta platuxa.

Alturako ingurasarea (Atunontziak)

100 m-tik gorako luzerarekin, arrantzan aritzen diren itsasontzi handienak eta garestienak dira. Bere izenetik ondorioztatzen den bezala, bere jarduera bakarra munduko ozeano guztietako zerrenda tropikalean eta ingurasareen bitartez atuna arrantzatzea da. Behin arrain-sarda aurkitutakoan, panga izeneko altzairuzko ontzi astun eta ahaltsu batekin sendotzen den sare batekin hura inguratzean datza teknika. Atunontzi horiek 200 tona/eguneko izoztu eta biltegitatu ditzakete 2.000 eta 3000 m³ arterainoko edukiera duten izozte-upeletan.

Matxuragatik edo karenatzeagatik ez bada, itsasontzi horiek ez dute ia atsedenaldirik izaten. Ontzi inude deiturikoak arduratzen dira hornitzeaz, tripulazioa aldatzeaz eta atuna jasotzeaz, gero lantegira eramateko. Atunontzi handienak eta ugarienak Bermeokoak dira, Espainiako ontzioletan eraikitakoak.

Erazz identifikatzen dira: itsasontzi estilizaturik da, eta branka zorrotza eta panga igotzeko erabiltzen den arranpa formako ponpa ditu. Sareari tiratzen ez zaionean hor estibatzen da. Erdiko masta handia du. Masta horretan trapa bat dago, eta hortik zelatatzen da atunik badagoen ala ez. Hari atxikita sarea bizkarrera igotzen duen gida-txirrika hidrauliko edo yo-yoari eusten dion karga-besoa dago.

Bizkar nagusian, zubiaren gainean, helikopteroa lurreratzeko plataforma bat du. Helikoptero horrek aurkitzen ditu atun-sardak, gaur egun teknika eraginkorragoak eta merkeagoak ere erabiltzen diren arren.

Arrastea (Atze-arrastea, bikotekoa, klasikoa, sardeduna)

Ontzi horien xede-espezieak askotariko espezie bentikoak eta demertsalak dira.

Ontzi-mota hori ugariena da eta, bere izenak adierazten duen bezala, sare bat arrastaka eramanaz egiten du arrantza. Sare horri itsasontzi batek tiratzen dio, edo beste arraste-ontzi batekin batera. Gaur egun, badira bi sareri eta hiruri ere tiratzen dieten itsasontziak. Horretarako, potentzia handia behar da. Arraste-arrantza nazioartean nahiz arrantza-toki nazionaletan zabalduenetarikoa da. Munduko harrapaketen % 40, gutxi gorabehera, hondoko arraste-arrantzaren bitartez edo itsas hondoa ukitzen duten beste arrantza-mota batzuen bitartez egiten da.

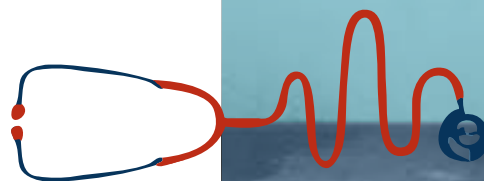
Arrantza-mota hori sakoneko arraste-mota bat da. Bi ate laukizuzen ditu, eta horien egitekoa inbutuaren ahoa horizontalean irekita edukitzea da sarea hondoan arrastan doan bitartean. Irekidura bertikalari hondoan dagoen pisudun arlinga batek eta goialdean dagoen flotatzaileen beste batek eusten diote. Sareko irekidurako beheko ertza itsas hondoan joaten da herrestan hondoan biraka ibili edo iltzatu daitezkeen edo oztopoak gaintu ditzaketen bobina, arrabola edo boloen laguntzarekin.

Oinarrizko bi mota daude: arraste klasikoak eta atze-arrasteak, eta honako hauek dira horien ezaugarriak:

- Klasikoek popa biribila dute, eta gaitzea, zubia eta abar popatik ontziaren erdialderaino iristen dira. Hortik eta branka aldera tiratzeko jiragora, arraina jasotzen duen garabia eta gainerako elementuak eta makinak daude. Ez da ohikoa gure herrialdean.
- Atze-arrasteen ezaugarri nagusia arranpa formako popa da, eta horregatik da erraza horiek identifikatzea. Arranpa bukaeran daude jirabirak. Popan zubi-formako egitura bat dago, pastekamasta deiturikoa eta sarearen kableak gidatzeaz arduratzen dena. Atze-arraste batzuek bigarren zubi bat dute branka alderago, sarea igotzeko eta harrapaketa deskargatzeko erabiltzen dena. Horiek dira ugarienak.

Arraste-ontzi guztiak, gainera, azpisailkapen batean sartzen dira, sardedunak, izoztaileak, lantegiak eta freskotarakoak izatearen arabera.

Sardedun arrasteek bi eranskin dituzte, bata ababorrean eta bestea istriborrean. Eranskinak artikulatuak dira eta ireki egin daitezke sareek jasotzeko azalera handiagoa izatea behar denean. Itsaskia, izkira eta ganba arrantatzeko erabiltzen dira. Izoztaleak arraina izozteko prestatuta daudenak dira, eta kanpaina luzeak egiten dituzte. Freskotarako arraste-ontziek, aldiz, ez dute arraina izozten, eta sarri itzultzen dira portura. Lantegi-ontziek arraina prozesatzen dute. Ontzietan beraietan arraina garbitu, paketatuta eta izozten da.



JUSTIFIKAZIOA

JUSTIFIKAZIOA

Arrantza-sektorean osasuna zaintzeko gidaren hirugarren eta azken zati honen xedea, bi aurrekoena bezala, alturako eta altura handiko arrantzan aritzen diren langileen osasunaren zaintza espezifikokoaren kalitatea hobetzea da; zaintza hori lan-baldintzekin eta baldintza horiek haien osasunean dituzten ondorioekin lotuta dago.

Laneko Arriskuak Prebenitzeko Legeak xedatzen ditu laneko segurtasunaren eta osasunaren gaineko jarduerak bete behar dituzten printzipio orokorrak, eta horien arau-oinarria da. Legea indarrean sartzeak, beste lorpen batzuen artean, lan-esparruko prebentzio-jarduerak nahitaez langile guztietara hedatzea eragin zuen; legea arrantza-sektorean aplikatzeak, bestalde, langile guztiak, ontziratzen direnak eta ez direnak, gure gizarteko gainerako ekoizpen-sektoreetako langileekin berdintzea eragin du. Legeak xedatzen du enpresariak bermatu egin behar duela osasunaren zaintza lanak berekin dituen arriskuen baitan egin behar dela.

Arrantza-sektorean, ontziratzen diren pertsonak ezinbestekoa dute euren laneko zereginak betetzeko gaikuntza lortzea. Gaikuntza hori lortzeko aurretiko eta aldizkako osasun-azterketak gainditu behar dira, langileari bere eginkizuna betetzen jarraitzeko aukera ematen diotenak, eskatzailearen baldintza psikofisikoak lanpostuaren ezaugarriekin bateragarriak direla eta langile horren eta tripulazioko gainerako kideen osasuna eta segurtasuna arriskuan jartzen ez dituztela bermatzen duten heinean. Osasun-azterketa horiek egitea osasunaren zaintzan sartzen diren gainerako jarduerekin osatu behar da, Laneko Arriskuak Prebenitzeko Legeko 22. artikuluan jasota dagoen bezala.

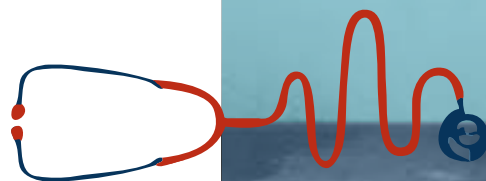
Osasuna zaintzeko gida honek ezagutza ematen du alturako eta altura handiko arrantzan lan egitearen ondorioz etor daitezkeen kalteei buruz, eta horien kausa elkartuei buruz, langile horien osasuna zaintzen aritzen direnei tresna bat emanaz kalte horiek detektatu ahal izateko, sortzen dituen agentea identifikatzeko eta, prebentzioko gainerako teknikariekin batera, behar diren prebentziozko soluzioak proposatzeko. Premia hori eta betebeharrak hori indartu egiten ditu arrantza-mota hori egiteko itsasoan aldi luzeak igaro behar izateak.

Osasunaren zaintza kolektiboak funtsezko balioa hartzen du kasu honetan. Datuak modu kolektiboan aztertzeak aukera ematen du kalteen jatorria identifikatzeko, eta aztertutako patologien diagnostikorako erabiltzen diren osasun-azterketen nahiz patologia horiek azaltzea saihesteko hartutako neurrien eraginkortasuna, efikazia eta efizientzia ebaluatzea ahalbidetzen du.

Gidak, prebentzio-zerbitzuek egiten dituzten prebentziozko osasun-jarduerak bideratzen dituzten printzipioak betetzen dituen, lanpostuaren eta lanpostu horrek berekin dituen arriskuen ezagutza xehatua oinarritzen da, lanpostuak deskribatzeko moduari buruz orientatzen du eta lanpostu bakoitzari eta ontzi bakoitzari dagokion arriskuen ebaluazioa egiteko oinarria ezartzen du.

Espiritu horretan oinarritu da gida eta prebentzioko teknikarien eta laneko mediku eta erizainen arteko elkarlanean dago bere balio handiena, langileen osasunaren zaintza espezifikokoaren oinarria baita.

Espero dugu, Gidaren aurreko zatiak bezala, orain zure eskura jarri dugun hirugarren zati hau ere langileen eta enpresarien onerako erabiliko dela laneko arriskuen prebentzioaren arloan.



HELBURUAK

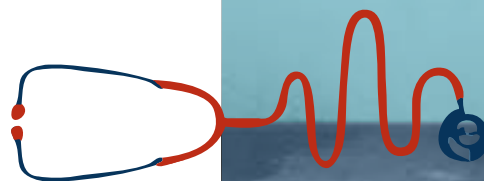
HELBURUAK

Arrantza-sektorean osasuna zaintzeko Gidaren helburu nagusia arrantza-sektoreko langileen osasunaren zaintza espezifiko modu egokian ezartzeko orientazio zuzena eta tresnak eskaintzea da, laneko segurtasun eta osasun arloan babes eraginkorra izateko eskubidea berma dadin.

Gidaren hirugarren —eta azken— zatiaren helburua alturako eta altura handiko arrantza-motei orientazioa eta tresnak eskaintzea da, arrantza-mota horietan aritzen diren langileen osasuna zaindu ahal izateko.

Genero-ikuspegia ere kontuan hartzen da osasunaren zaintzaren ezinbesteko elementu gisa, eta prebentziozko jarduera hori bideratu egiten da haurdunaldian, erditu berritan eta edoskitzaroan, batik bat laneko karga fisikoari dagokionez eta segurtasun-baldintzei dagokienez.

Aurreko bi argitalpenetan bezala, Gida honen xedea ere bada arriskuen ebaluazioa errazteko tresnak eskaintzea, arriskuen ebaluazioa ezinbesteko tresna delako osasunaren zaintza espezifiko izatea lortzeko. Esku artean dugun kasu honetan, garrantzi handiagoa hartzen dute segurtasun-arloko arriskuek, arrisku psikosozialeko faktoreek eta eguraldi-baldintza gogorren ondoriozkoek.



APLIKAZIO-EREMUA

APLIKAZIO-EREMUA

Langileen osasunaren zaintza espezifikoa langile horiek jasaten dituzten laneko arriskuen ezagutza oinarrituta egon behar du, eta arrisku horiek saihesteko aukera emango duen prebentziozko erantzuna eman ahal izateko, arrisku horietatik sor daitezkeen osasun-arazoetan zentratzea eskatzen du.

Arrantza-sektorean osasuna zaintzeko gidak hasieratik hartu zuen bere abiapuntua “osasunaren zaintza” kontzeptuaren garapenean eta, laneko arriskuen araudian oinarrituta, prebentzio-zerbitzuen osasun-sailak egin beharreko jardura bakoitzaren hedapenean jarri zuen arreta.

Ez da egokia arriskua modu generikoan ebaluatzea. Arrantza-ontzien aparailu eta tresnen aniztasunak eta antzeko ontzien artean egon daitezkeen desberdintasunek, bestalde, hori egitea galarazten dute. Horregatik, Gida honek ontzietako arriskuak ebaluatzeko eredu bat aurkezten du, arriskua kokatzeko aukera ematen duen tresna bat eskainiz, arriskua ezagutu eta neurtu ahal izateko. Horrela egiteak gidaren erabiltzaileari zorrotasun handiagoa ematen diola ulertzen da.

Deskribatutako edozein arrisku mehatxu bihur daitekeela pentsatzetik hasita eta arriskua zenbaterainokoa den kontuan izan gabe, kasu bakoitzean osasuna zaintzeko zer protokolo aplika daitekeen xedatzen du gidak, eta erabil daitezkeen osasun-proba eta -azterketei buruz orientatzen du, azterketa horiek medikuaren aginduz gehitzearen kalterik gabe.

Arriskuen ebaluazioaren kasuan bezala, ezinbestekoa da azpimarratzea **osasunaren zaintza jakineko osasun-proba batzuk zeregin-multzo batean sartutako langileei orokorrean esleitzetik ezin dela atera**. Langile horien osasunaren zaintza nola egingo den erabakitzeko, euren lanpostuaren deskripzio xehatua, jasaten dituzten arriskuak eta zenbaterainoko arriskuak diren, arriskuaren eraginpean igarotako denbora eta hartutako prebentzio-neurriak xehetasunez ezagutu behar dira, Prebentzio Zerbitzuen Araudiko 37.3 artikuluan jasota dagoen bezala.

Horregatik, gidak, arrantza-moten eta arrantza-mota bakoitzeko zeregin eta azpizereginen araberako lanpostuen deskripzioari eskaintzen dio bere edukiaren zati bat, berekin dituen **arriskuak** xehatuz. **Arriskuen ebaluazioa** kasu partikular bakoitzean ezagutu beharko du gidaren erabiltzaileak, kasu bakoitzerako **osasun-proba** egokien aplikazioa zehaztu beharko duenak.

Gidaren hirugarren zati hau honako arrantza-mota hauetan aritzen diren alturako eta altura handiko flotetako langileen osasunaren zaintzara zuzenduta dago.

	Azaleko tretza (<i>Long line</i>)
	Hondoko tretza (Pintxo edo harri bola)
	Alturako ingurasarea (Atunontziak)
	Atze-arrastea
	Bikoteko arraste-arrantza
	Arraste klasikoa
	Sardedun arrastea



METODOLOGIA

METODOLOGIA

Arrantza-sektorean osasuna zaintzeko gidaren hirugarren zati honek bi aurrekoen metodologia berari jarraitu dio, hau da, arrantza-sektorean langileen osasunaren zaintza modu egokian ezartzeko tresnak garatu ditu.

Lan horren premisek honako hauek eskatzen dituzte uneoro:

- ✓ Sanitarioen eta prebentzioko teknikarien diziplina anitzeko lana gida honen garapenean
- ✓ Laneko osasunaren zaintzaren espezifikotasuna

Gida honen aplikazio-eremuaren atalean azaldu den bezala, langileen osasunaren zaintza espezifikoa langile horiek jasaten dituzten laneko arriskuen ezagutza oinarrituta egon behar du eta arrisku horiek saihesteko aukera emango duen prebentziozko erantzuna eman ahal izateko, haietatik sor daitezkeen osasun-arazoetan zentratu behar du.

Hemen aurkezten den eta laneko arriskuak ebaluatzeko lanean orientatzea xede duen **arriskuen identifikazioa** egiteko, Gidaren bi aurreko zatietan ezarri ziren urrats beraiek egin dira. Honako hauek dira:

- Elementu komunak elkartzea
- Flota hautatzea
- Arrantza-motak
- Faseak, zereginak eta azpizereginak
- Ontziko Arriskuen Forma Kodeak
- Fase, zeregin, azpizereginen matrizeak eta arriskuen forma-kodeak

■ Elementu komunak elkartzea

Kontuan izan behar da ontzien artean alde handiak daudela (luzera, pisua, etab.), askotariko arrantza-motak daudela eta, lurralde-kokapenaren arabera ere, portuen ezaugarriak desberdinak direla. Aldakortasun handi horrek gomendagarri egiten du elementu komunetan oinarritutako elkartzeak sortzea lan egin ahal izateko.

Kostatik ontziak lanean aritzen diren lekurainoko distantziak eta distantzia horri lotutako arrantza-motak aukera ematen dute horien lehen elkarketa egiteko, erabilitako ontziak nahiz arrantza-motak determinatzaile horiekin erlazionatuta daudelako. Hala, flota-motaren arabera lehen elkarketa egiten da:

- Artisau-arrantza
- Baxurako arrantza
- Alturako arrantza
- Altura handiko arrantza

Ez da ahaztu behar ontziratu gabeko arrantza-modalitateak eta laguntza-lanetan aritzen diren langileak ere badaudela.

■ Flota hautatzea

Flota bakoitzean sartzen diren arrantza-mota ugarien ondorioz, Gida honen lan-taldeak modu sekuentzialean aurre egin zion. Lehenik eta behin artisau-flotan eta baxurakoan zentratu zen, pertsona gehien enplegatzen dituztenak direlako eta artisau-ontzietan lan egiten duten arrantzaleek gutxiago sistematizatuta dutelako osasuna zaintzeko sistema.

Bigarren zatian erauzketako arrantza-motak eta arrantzarekin zerikusia duten jarduerak jorratu ziren, esaterako, oinezko itsaski-bilketa, baliabide espezifikoaren erauzketa eta arrantzako jarduera laguntzaileak. Emakumeen parte-hartzea garrantzitsua da jarduera horietan.

Gidaren hirugarren eta azken zati honetan, alturako eta altura handiko flotak aztertuko dira.

■ Arrantza-motak

Beste flotekiko elementu komunak ere badiren arren, alturako eta altura handiko arrantzakoak bere berezitasunak ditu; hain zuzen ere, beste sailkapen bat egin behar izan da erabiltzen dituzten arrantza-moten arabera.

Alturako eta altura handiko flotak honako arrantza-mota hauetan aritzen dira:

- Tretza:
 - azalekoa (Long line)
 - hondokoa (Pintxo, harri bola)
- Alturako ingurasarea (Atunontziak)
- Arrastea
 - atze-arrastea
 - bikoteko arrastea
 - klasikoa
 - sardeduna

■ Faseak, zereginak eta azpizereginak

Arrantzan egiten diren lan guztiak fase, zeregin eta azpizereginetan bana daitezke. Honela definitzen dira:

- **Fasea:** une jakin batean egin behar den maniobraren arabera ontziko tripulatzzaileek talde gisa egin behar duten etapa bakoitza hartzen du (adib: arrantza-tokirainoko nabigazioa, harrapaketa, etab.).
- **Zeregina:** laneko fase bakoitzeko lehen zatiketa hartzen du (adibidez, harrapaketa-fasean, beste batzuen artean, aparailua askatu eta biratzeko zereginak daude).
- **Azpizeregina:** zeregin bakoitza osatzen duten lan sekuentziatuetako bakoitza hartzen du (adibidez, harrapaketa fasean aparailua askatzeko zeregina dago eta zeregin horren barruan, buiak askatzeko eta aingurak askatzeko azpizereginak, beste batzuen artean).

Lanaren zati hori egiteko orduan arrantza-mota bakoitzeko faseak, zereginak eta azpizereginak ahal den neurrian homogeneizatu nahi izan dira, sortutako informazioaren tratamendu errazagoa egiteko aukera ematen duten antzeko blokeak identifikatzea eta elkartzea bilatuz.

Estrategia horrekin arrantzan egiten den lan guztiaren jarraipen globala egitea lortzen da, arrantzaleek ontziratutako aurretik, ontzian eta lehorreratzean egiten dituzten eragiketak alde batera utzi gabe. Xehetasunezko ahalegin bat eskatzen duen lan-mota bat da, Gida honen erabiltzaileari errealitatearen ideia argia izateko aukera ematen diona.

■ Langileak

Lana pertsonen egiten dute, eta laneko fase bakoitzeko zereginak eta azpizereginak langileek burutzen dituzte euren lanbide-espezializazioaren arabera. Hala ere, gauza jakina da alturako edo altura handiko arrantza-ontzi batean tripulatzailerik guztiek egiten dituztela lan asko eta beste batzuk ontziko titulazioen arabera esleitzen direla. Hori dela eta, zortzi langile-talde definitzea erabaki zen, fase bakoitzeko zereginak eta azpizereginak batzuek ala besteek egiten dituzten kontuan hartuta. Horrek aukera ematen du pertsona bere lanean identifikatzeko, horretara zuzenduta baitago osasunaren zaintza. Honako hau da ateratzen den sailkapena:

- **TG:** “Tripulazio guztiaren” erantzukizunak
- **PA:** “Patroiaren” erantzukizun eskusiboak
- **MO:** “Motoristaren” erantzukizun eskusiboak
- **MA:** “Marinelaren” erantzukizun eskusiboak
- **KOIP:** “Koipeztatzailearen” erantzukizun eskusiboak
- **SU:** “sukaldekoen” erantzukizun eskusiboak (sukaldaria, eltezaina eta zerbitzaria)
- **KTR:** “kontramaisuaren” erantzukizun eskusiboak
- **PG:** “Pangeroaren” erantzukizun eskusiboak

Zatiketa hori behar diren ñabardura guztiekin egiten da, zeregin eta azpizeregin askotan ontziaren egoeraren arabera orokortzeko erantzukizun eskusiboa desegin egiten delako. Hori dela eta, gidak ematen dituen tresnak erabilia, ontzi bakoitzeko lanpostu bakoitzeko arriskuen ebaluazioa egiten duenak kontuan hartu beharrekoa da hori.

Langileen osasunaren zaintza espezifikoari dagokionez, lan-metodo honek abantaila handia ematen du, osasunaren zaintza egingo zaion langilearen lanpostua xehetasunez ezagutzeko aukera ematen duelako. Langileak zer egiten duen, non, nola, zerekin, noiz eta zenbat denboran egiten duen adierazten duen xehetasuna ematean, Prebentzio Zerbitzuen Araudiko 37.3 artikulua langilearen historia kliniko eta laborari buruz adierazten duenari erantzuten dio, hau da, behar den bezala ebaluatutako arrisku-faktoreek langileengan nola eragiten duten jakiteko ezinbestekoa den **lanpostuaren deskripzio xehatuari** erantzuten dio.

Ezagutza hori funtsezkoa da lan-baldintzek langileen osasunari nola eragiten dioten ulertzeko eta laneko medikuak enpresariari eta prebentzio-arloan erantzukizunak dituzten pertsonen langileak bere lanpostua betetzeko jarreraren inguruan edo babes- edo prebentzio-neurriak sartu edo hobetzeko premien inguruan egindako azterketetatik ateratzen diren ondorioen berri emateko, prebentzio-arloko aplikazioa ahalik eta egokiena izan dadin.

■ **Ontziko Arriskuen Forma Kodeak**

Arrantza-modalitate bakoitzeko lan-fase bakoitzeko zereginak eta azpizereginak ezagutu ondoren, horiek gauzatzean sor daitezkeen arriskuak ezagutzea behar dugu. Horretarako zehaztu da **Ontziko Arriskuen Forma Kodeak** deiturikoa.

Laneko Segurtasun eta Higieneko Institutu Nazionalaren (LSHIN) Arrisku Kodeei buruz Euskal Autonomia Erkidegoko Arrantza Sektorean Laneko Arriskuen Prebentziorako Plan Integralaren (ITSASPREBEN) esparruan egindako aldaera batetik abiatzen da. Aldi berean, aldaera horretan beste aldaketa batzuk egin dira kode horiek gidaren errealitatera egokitzeak, item batzuk banatuz eta beste batzuk gehituz egoera zehaztasun handiagoz definitu ahal izateko.

Aldatu eta eransten diren kodeek honako hauekin dute zerikusia:

- Arrisku termohigrometrikoen eraginpean egotea
 - Bero handiaren eraginpean egotea
 - Hotz handiaren eraginpean egotea
 - Hezetasun-baldintza desegokiaren eraginpean egotea
- Erradiazioen eraginpean egotea
 - Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea
 - Ekipamenduek igorritako erradiazioen eraginpean egotea
- Arrisku ergonomikoak
 - Bultzatzea eta arrastatzea
 - Jarrera behartuak
 - Mugimendu errepikakorrak
 - Kargak eskuz manipulatzeko
- Pertsona oso sentikorrak
- Amatasuna
- Adingabeak
- Itsasora erortzea (gizakia uretara)

Kodeen behin betiko taula honako hau da:

Arriskuen Forma Kodea	
1	Beste maila batera erortzea
2	Maila berean erortzea
3	Lurreratzearen edo behea jotzearen ondorioz objektuak lurrera erortzea
4	Manipulatzen diren objektuak erortzea
5	Askatutako objektuak erortzea
6	Objektuen gainean zapaltzea
7	Geldirik dauden objektuen kontra talka egitea
8	Mugitzen ari diren objektuen kontra talka egitea
9	Objektu edo tresnekin kolpeak, ebakiak edo zulatuak egitea
10	Partikula-zatiak jaurtitzea
11	Objektuek edo objektu artean harrapatuta geratzea
12	Laneko ekipamenduak eta ibilgailuak iraulita harrapatuta geratzea
13	Gas edo lurrunengatiko asfixia
14	Arrisku termohigrometrikoen eraginpean egotea
14.1	Bero handiaren eraginpean egotea
14.2	Hotz handiaren eraginpean egotea
14.3	Hezetasun-baldintza desegokien eraginpean egotea
15	Ukipen termikoak
16	Ukipen elektrikoaren arriskuan egotea
17	Substantzia kaltegarrien eraginpean egotea
18	Substantzia kaustikoak ukitzea
19	Erradiazioen eraginpean egotea
19.1	Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea
19.2	Ekipamenduen erradiazioen eraginpean egotea
20	Leherketak
21	Suteak
22	Izaki biziak eragindako istripuak (hozkadak, helduak,...)
23	Ibilgailuek harrapatzea edo kolpatzea
24	In itinere
25	Kausa naturalak (bihotzekoak, enboliak,...)
26	Arrisku ergonomikoak
26.1	Bultzatzea eta arrastatzea
26.2	Jarrera behartuak
26.3	Mugimendu errepikakorrak
26.4	Kargak eskuz manipulatzea
27	Arrisku psikosozialak
28	Itsasora erortzea
29	OS- oso sentikorrak
30	AMA- amatasuna
31	AD- Adingabeak
32	Agente kimikoak
33	Agente fisikoak
33.1	Zarataren eraginpean egotea
33.2	Bibrazioen eraginpean egotea.
34	Agente biologikoak
35	DBPengatiko edo argiztapen-baldintzengatiko arriskuak

“Forma-kodeak” ezagutzea eurekin lotura duten arriskuak sailkatzeko erabil daitezkeen tresna bat da, baldin eta bere kausa aipatzen bada, eta arriskuen ebaluazioaren aurretiko urratsa da.

■ Fase, zeregin eta azpizereginen matrizeak eta arriskuen forma-kodeak

Arriskuak zer egoeratan gerta daitezkeen zehazteko, gurutzatu egiten dira fase, zeregin eta azpizereginen zatiketaren emaitza eta **Ontziko Arriskuen Forma Kodeak** dituzten lanbide-esleipenak, eta taula edo matrizeak sortzen dira, azpizeregin horietako bakoitza ontziko arriskuen forma-kode batekin uztartuz.

Matrize hori erabilia, eta ISSGak bere VIXÍA planean eta OSALANek ITSASPREBEN planaren esparruan egindako aurretiko lanen arabera, azpizeregin bakoitzari elkartutako forma-kodeak esleitzen zaizkio.

Lan konplexua da, zenbait fase, zeregin eta azpizeregin berraztertu eta berrantolatzea behartzen duena baina, aldi berean, arrantza-mota bakoitzak autonomia-erkidego bakoitzean dituen berezitasunak kontuan hartzeko balio izan duena. Sektore osorako eskema komuna lortzea izan da azken emaitza, ontzi bakoitza eta lanpostu bakoitza ebaluatzen lagunduko duena.

Fase, zeregin, azpizeregin eta forma-kodeen matrizeak Gidako dagokien atalean daude garatuta.

Osasunaren zaintza

Une horretara arte garatutako lan teknikoa, azken batean, langileen osasunaren zaintzaren zati bat da eta prebentzio-zerbitzua osatzen duten prebentziozko diziplinetako diziplina anitzeko elkarreragin-erlazio gisa eta osagarritasun gisa deskribatu den horretan txertatu da.

Gidaren hirugarren zatia lanpostuaren deskripzio xehatutik abiatuta, fase, zeregin, azpizeregin eta forma-kodeetatik ondorioztatzen den bezala, langileen osasunaren zaintza indibidualean aplika daitezkeen protokolo medikuei eta proba espezifikoiei buruzko jarraibideak ematen ditu Gidak.

Gidaren zati hau mehatxuetan oinarritzen denez, eta ez arriskueta, bere erabilgarritasuna **jarraibide orokorra** soilik izatera mugatzen da.

Protokolo eta proba medikuen aplikazioa arriskuen ebaluazioak eta haiek kontrolatu eta murrizteko programek hura aplikatzea komenigarri bihurtzen badute soilik justifikatzen da, arriskuen eraginpean egotearen ondorioz osasunean izan ditzakeen eraginei buruzko ezagutza sortzeko eta, modu horretan, hura sortzea edo narriatzea saihestuko duten prebentziozko neurriak ezartzeko aukera ematen dutelako.

Arriskuen ebaluazioaren kasuan bezala, osasunaren zaintza langileei zeregin generikoak esleituta ezin dela egin nabarmendu behar da. Langile horien osasunaren zaintza nola egingo den erabakitzeke, lanpostuaren deskripzio xehatua, jasaten dituzten arriskuak eta zenbaterainokoak diren, arriskuaren eraginpean igarotako denbora, hartutako prebentzio-neurriak eta langilearen ezaugarri pertsonalak ezagutu behar dira.

Gidaren zati hau fitxa bidez antolatu da. Fase, zeregin, azpizeregin eta mehatxuen matrizeetan jasotako mehatxuen azterketa egin ondoren, modu orokorragoan eta gida hau zuzentzen zaien langile gehienen inguruan sor litezkeen jakineko arriskuekin zerikusia duen osasun-azterketa mota jasotzen dute fitxek.

Gida egiteko langileen osasunaren zaintza espezifikorako protokoloak erabili dira, Osasun, Gizarte Politika eta Berdintasun Ministerioak eta Autonomia Erkidegoek xede horretarako argitaratutakoak, formatu honetara egokituta. Erabiltzaileari jakinarazi behar diogu ez dituztela ordeztan. Protokolorik argitaratuta ez zegoenean, Gida hau egin duen taldeak adostasunez egindako osasun-proba orientatzaileak egin dira.

Arrisku psikosozialen kasuan, osasun-azterketa Kataluniako Generalitateko Direcció General de Salut Pública del Departament de Salut-ek argitaratutako *Lanarekin zerikusia duen osasun mentalaren zaintzarako jardunbide egokiaren gidan* oinarritu da oso-osorik. Gida horretan proposatutako osasun-azterketaren urratsak garatzen dira, diagnostikorako erabil daitezkeen tresnak erakusten dira eta jokabide-algoritmo bat eskaintzen da prebentzio-zerbitzuko osasun-pertsonalari erabakiak hartzen laguntzeko.

Gidaren hirugarren zati honetan aurkeztu ditugun fitxek kontuan hartzen dute genero-ikuspegia. Horrek esan nahi du arreta, kezka eta baliabide beraiek jartzen direla osasunean kalteak eragiten dituzten arriskumota desberdinetan. Genero-ikuspegia laneko segurtasunean eta osasunean txertatzeko funtsezko elementu gisa, kontuan izan behar da desberdintasun garrantzitsuak daudela emakumeen eta gizonezkoen lan-baldintzetan, laneko arriskuen eraginpean egoteko orduan ere desberdintasunak sortzen dituztenak. Gainera, haurdunaldian, erditu berritan eta edoskitzaroan osasunaren zaintza bideratzeko xedez egiten da horrela, batez ere laneko karga fisikoari dagokionez eta segurtasun-baldintzei dagokienez. Zentzu horretan, erabiltzaileari Gida honen aurreko bi zatia azaldu behar zaizkio haurdunaldiko eta edoskitzaroko osasunaren zaintzari buruzko alderdiak kontsultatzeko. Lehen zatian algoritmo bat garatu zen haurdun dagoen, erditu berri den edo edoskitzaroan dagoen langilearen kasua baloratzeko, lanpostua egokitzeari dagokionez, aldaketa posibleari dagokionez edo aldi horietako arriskuagatik kontratua eteteari dagokionez. Zati horretan, haurdunaldiko arriskuagatik kontratua etetearen ondoriozko prestazioak ematearen inguruko jarduketa bideratzeko Gizarte Segurantzaren irizpideak ere jaso ziren, Espainiako Ginekologia eta Obstetria Elkartearen (SEGO) dokumentuan oinarrituta.

Gidaren bigarren zatian kontu horren inguruko ikuspegi zabalagoa erabili zen, eta hedapen horrekin batera, Laneko Segurtasun eta Higiene Institutuaren 915 Prebentzioko Ohar Teknikoa txertatu zen, emakumearen hil ala biziko aldi horretan osasuna zaintzeko elementu nagusiak jasotzen dituen. Zati horretan sartu ziren, batetik, 298/2009 EDko VII. eranskina, haurdun edo edoskitzaroan dauden langileen osasunean edo fetuaren edo edoskitzaroan dagoen umearen osasunean eragin dezaketen agente, prozedura eta lan-baldintzen zerrenda ez-exhaustiboa jasotzen duena eta, bestetik, VIII. eranskina —haurdun edo edoskitzaroan dauden langileei eragin behar ez liekeen agenteen zerrenda ez-exhaustiboa jasotzen duena—.

Premisa horiek kontuan hartuta, arrisku-faktoreei dagozkien fitxak egin dira:

- Ergonomikoak
 - Kargen eskuzko manipulazioa eta indarren aplikazioarekin bultzatzea eta arrastatzea
 - Mugimendu errepikatuak, jarrera behartuak eta presioagatiko neuropatiakArrisku horiei dagokienez, honako hauen azterketa egin da:
 - > Bizkarrezurra
 - > Goiko gorputz-adarra
 - > Beheko gorputz-adarra
 - > Bi oinen gainean luzaroan egotea
- Higienikoak
 - Fisikoak
 - > Zarata
 - > Gorputz osoko bibrazioak
 - > Erradiazio ultramoreak (eguzkia)
 - > Hotza
 - > Hezetasuna
 - > Beroa
 - Kimikoak
 - > Dermatosia
 - > Substantziak inhalatzearen ondoriozko asma
- Segurtasuna
 - > Kolpeak/talkak haurdunaldian
- Psikosozialak

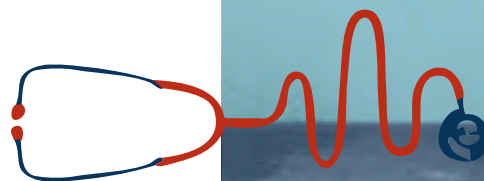
Agente kimiko eta biologikoen eraginpean egotearen ondoriozko arrisku higienikoko faktoreak ez dira garatu fitxa gisa, dermatosiak eta asma okupazionala izan ezik, haietan kalte lokala sortzen baita. Honako hau da ez egiteko arrazoiak: agente kimikoen kasuan, egin daitezkeen probak indibidualizatu egin behar dira eta ez da gomendatzen “probak lehenetsita” egitea.

Agente kimiko edo biologikoa ezagutu eta haren arriskua ebaluatzen denean, laneko medikuari dagokio agente horiek langileen osasunean dituzten eraginak baloratzeko behar diren anamnesia, azterketa, kontrol biologikoa eta azterlan osagarriak erabakitzea. **Osasuna zaintzeko protokolo bat edo gida bat** argitaratuta egonez gero, aplikatu egin beharko dira.

Osasun-azterketen periodikotasuna **osasuna zaintzeko protokoloetan/gidetan** finkatutakoan oinarrituta ezarriko da, arriskuen ebaluazioaren arabera eta osasuna zaintzeko mediku arduradunaren irizpidea errespetatuz. Periodikotasuna erabakitzeke honako hauek hartuko dira kontuan:

- > Langilearen ezaugarri pertsonalak
- > Lanak sortu edo larritu ditzakeen aztarna edo sintomak agertzea.
- > Osasunaren zaintzaren emaitzak

Oro har, hemen aurkezten den gidak aukera ematen dio laneko medikuari langileen osasunaren zaintza espezifikokoaren inguruan beharrezkoak diren protokolo eta proba mediko espezifikokoak erabakitzeke. Horretarako, lanpostuen eta detektatutako arrisku-faktoreen deskripzio xehatutik abiatzen da, ezinbesteko urratsa baita osasunaren zaintzaren espezifikotasun egokia lortzeko.



FASE, ZEREGIN ETA AZPIEREGINEN MATRIZEAK ETA ARRISKUEN FORMA- KODEAK

ALTURAKO HONDOKO TRETZA

[illegible]

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

14.1, 14.2, 14.3 ITEM-ak.- Arrisku horiek, oro har, bizkarrean egindako lanetan egon daitezke. Itsasontziko barne-espazioetan zirkunstantzia hori izaten denean soilik adieraziko da matrizean modu espezifikoan.

19.1 ITEM-a. Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea. Arriskua esposizioa izaten den ordutegien eta lantokien (bizkarra eta kaia) araberakoa da.

24 ITEM-a. "In itinere" istripuak. Tripulazio guztia (TG) eraginpean dago ontziratuta aurretik eta lehorreratu ondoren.

25. 29. 30 eta 31 ITEM-ak, hurrenez hurren: kausa naturalak, bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak, Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

27 ITEM-a Arrisku psikosozialak Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta horregatik kasu bakoitza ebaluatuko da

28 ITEM-a Arrisku hori BETI ONARTEZINA dela ulertuko da lan-bizkarrean | aneko Salbamendu Txalekoa erabiltzen ez

33 | 33.2 ITEM-ak = Arrisku horiek oro har itsasontziko eremu guztietan egongo dira motorren bat funtzionatzeko ari denean

Itasontziko ekipamendu guztiak 1215/97 EDko araudia bete behar dute, eta degelazio arauak kalkulatu da. Araudia betri behar duen ekipamendua 1215/97 EDko araudia bete behar duen ekipamendua da.

[illegible]

1,2,3,4,5,7 eta 11 II Metarako ebaluatutako arrisku-maila eguraldi-baldintza onetarako, itsasoaren egoera onerako edo itsasontzia atrakatuta edo kaian babestuta dagoenerako da. Arriskuak maila bat igoko dira itsaso txarrenekin edo eguraldi txarrenekin.

ALTURAKO AZALEKO TRETZA (long line)

[illegible]

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

19.1 ITEM-a. Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea. Arriskua esposizioa izaten den ordutegien eta lantokien (bizkarra eta kaia) arabera da.

24 ITEM-a. "In itinere" istripuak. Tripulazio guztia (TG) eraginpean dago ontziratuta aurretik eta lehorreratu ondoren.

25, 29, 30 eta 31 ITEM-ak, hurrenez hurren: kausa naturalak, bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

27 ITEM-a. Arrisku psikosozialak, Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatuko da.

28 ITEM-a. Arrisku hori BETI ONARTEZINA dela ulertuko da lan-bizkarrean Laneko Salbamendu Txalekoa erabiltzen ez d

33.1, 33.2 ITEM-ak.- Arrisku horiek, oro har, itsasontziko eremu guztietan egongo dira motorren bat funtzionatzen ari denean.

Itsasontziko ekipamendu guztiek 1215/97 EDko araudia bete behar dute, eta dagokien arriskua kalkulatu da. Araudi hori betetzen ez bada, **ARRISKU ONARTEZIN** gisa ebaluatuko da.

1,2,3,4,5,7,8 eta 11 ITEMetarako ebaluatutako arrisku-maila eguraldi-baldintza onetarako, itsasoaren egoera onerako edo itsasontzia atrakatuta edo kaian babestuta dagoenerako da. Arriskuak maila bat igoko dira itsaso txarrarekin edo eguraldi txarrarekin.

ALTURAKO INGURASAREA (Atunontziak)

[illegible]

Alturako Ingurasare - Atunontziei buruzko argibideak

Pg Pangeroa

Su Sukaldeko pertsonala: sukaldaria, eltzezaina eta zerbitzaria

(*) Prigmatikoak: enfokea, desenfokea

Patroiak eta kapitainak zeregin ugari elkartrukutzen dituzte

ABG: Arrainak biltzeko gailua

Speed boat: Ontzi azkarra

(**) Zeregin honetan tripulaziokoak ez diren langileek hartzen dute parte, gehienetan itsasontziak gelditzen diren herrialdeetako iendea (ehunka lagun izan daitezke).

Harrapaketak izozteko jarduerekin zerikusia duten arriskuak identifikatzeko ikus Azaleko Tretzaren fitxak - Fasea: Izozteko harrapaketak prozesatzea

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

19.1 ITEM-a. Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea. Arriskua esposizioa izaten den ordutegien eta lantokien (bizkarra eta kaia) araberakoa da.

24 ITEM-a. "In itinere" istripuak. Tripulazio guztia (TG) eraginpean dago ontziratuta aurretik eta lehorreratu ondoren.

25, 29, 30 eta 31 ITEM-ak, hurrenez hurren: kausa naturalak, bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

27 ITEM-a. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatuko da.

28 ITEM-a. Arrisku hori BETI ONARTEZINA dela ulertuko da lan-bizkarrean Laneko Salbamendu Txalekoa erabiltzen ez dene

33.1. 33.2 ITEM-ak.- Arrisku horiek, oro har, itsasontziko eremu guztietan egongo dira motorren bat funtzionatzen ari denean.

Itsasontziko ekipamendu guztiek 1215/97 EDko araudia bete behar dute, eta dagokien arriskua kalkulatuko da. Araudi hori betetzen ez bada, ARRISKU ONARTEZIN gisa ebaluatuko da.

1,2,3,4,5,7 eta 8 || ITEMetarako ebaluatutako arrisku-maila eguraldi-baldintza onetarako, itsasoaren egoera onerako edo itsasontzia atrakatuta edo kaian babestuta dagoenerako da. Arriskuak maila bat igoko dira itsaso txarrarekin edo eguraldi txarrarekin.

ATZE-ARRASTEA (alturakoa, altura handikoa)

[illegible]

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

19.1 ITEM-a. Eguzki-erradiazioen eraginean egotea. Arriskua espazioa izaten den ordutegien eta lantokiak (bizkarrak eta kaia) araberakoa da.

24 ITEM-a. "In iñerine" istripulazio. Tripulazioa tripulazio (TG) eraginean dago ontzitaro aurretik eta lehorrotar ondoren.

25, 29, 30 eta 31 ITEM-ak, hurrenez hurren: kausa naturalak, bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

27 ITEM-a. Kausa naturalak, bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

28 ITEM-a. Arrisku hori BETI ONARTEZINA dela ulertuko da lan-bizkarraren Laneko Salbamendu Txalekoak erabiltzen ez denetan.

33.1, 33.2 ITEM-ak. Arrisku horiek, oro har, itasontziko eremu gutxienezongo dira motoren bat funtzionatzen ari denetan.

Itasontziko ekipamendu gutxi 1215/97 EDKo araudia behar duete, eta dagokien arriskuak kalkulatuak da. Araudi hori betetzen ez bada, **ARRISKU ONARTEZIN** gisa ebaluatuko da.

1,2,3,4,5,7,8 eta 11 ITEMetarako ebaluatuakot arriskuak eguraldi-baldintza onerakot, arriskuaren egoera onerako edo itsasontziza atrakatuak edo kaian babestuta dagoenerako da. Arriskuak maila bat igoko dira itsaso txarrarekin edo eguraldi txarrarekin.

ATZE-ARRASTEA (alturakoa, altura handikoa) -JARRAIPENA-

ATZE-ARRASTEIA (aiturakoa, altura handikoa) -JARRAIPENA-			ARRISKUAK ("x"-rekin identifikatutakoak)																																																		
Fasea	Zeregina	Azpizeregina	TG	Pa	Mo	Koip	Su	Ktr	Ma	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14.1	14.2	14.3	15	16	17	18	19.1	19.2	20	21	22	23	24	25	26.1	26.2	26.3	26.4	27	28	29	30	31	32	33.1	33.2	34	35		
Izozteko harrapaketak prozesatzea	Prestatzea	Neurrien eta espezieen arabera sailkatzea						x	x		x				x	x	x	x	x							x								x														x	x	x			
		Eskuz burua kentzea						x	x		x				x	x	x	x	x							x								x														x	x	x			
		Mekanikoki burua kentzea						x	x		x				x	x	x	x	x							x		x						x															x	x	x		
		Eskuz buztana moztea						x	x		x				x	x	x	x	x							x								x														x	x	x			
		Mekanikoki buztana moztea						x	x		x				x	x	x	x	x							x		x						x															x	x	x		
		Tripak eskuz kentzea						x	x		x				x	x	x	x	x							x								x														x	x	x			
		Tripak mekanikoki kentzea						x	x		x				x	x	x	x	x							x		x						x															x	x	x		
		Harrapaketak garbitzea						x	x		x				x	x		x	x							x																								x	x	x	
		Mekanikoki xerratzea						x	x		x				x	x	x	x	x							x		x																						x	x	x	
		Eskuz azala kentzea						x	x		x				x	x	x	x	x							x																								x	x	x	
		Mekanikoki azala kentzea						x	x		x				x	x	x	x	x							x		x																						x	x	x	
		Eskuz sailkatzea						x	x		x				x	x	x	x	x							x																								x	x	x	
		Mekanikoki sailkatzea						x	x		x				x	x	x	x	x							x		x																						x	x	x	
		Paketatzea						x	x		x	x	x		x	x	x	x	x							x																							x	x	x		
		Tunelean eskuz kargatzea						x	x		x	x	x		x	x		x							x																									x	x	x	
		Tunelean mekanikoki kargatzea						x	x		x	x	x	x																																							

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

19.1 ITEM-a. Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea. Arriskua esposizioa izaten den ordutegien eta lantokien (bizkarra eta kaia) arabera da.

24 ITEM-a. "In itinere" istripuak. Tripulazio guztia (TG) eraginpean dago ontziratuta aurretik eta lehorreratu ondoren.

25. 29. 30 eta 31 ITEM-ak. hurrenez hurren: kausa naturalak, bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

27 ITEM-a. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatuko da

28 ITEM-a Arrisku hori BETI ONARTEZINA dela ulertuko da lan-bizkarrean laneko Salbamendu Txalekoa erabiltzen ez dene

33.1 33.2 ITEM ak : Arrisku horiek oro har itzazentziko eremu gutxieta egongo dira motorren bat funtzionatzen ari dena.

Iespeceantur elinamendu gurtiak: L215/97 EDko araudia bete behar dute, eta degakien erriklus kullututuko da Araudio bari batetzeren ez bada ARBISKU ONARTETZIN sise ebaluatuko da.

1,2,3,4,5,7,8 eta 11 ITEMetarako ebaluatutako arrisku-maila eguraldi-baldintza onetarako, itsasoaren egoera onerako edo itsasontzia atrakatuta edo kaian babestuta dagoenerako da. Arriskuak maila bat igoko dira itsaso txarrearekin edo eguraldi txarrearekin.

BIKOTEKO ARRASTEA (alturakoa, altura handikoa)

BIKOTeko ARRAsTEA (alturakoa, altura handikoa)			ARRISKUAK ("x"-rekin identifikatutakoak)																																																								
Fasea	Zeregina	Azpizeregina	TG	Pa	Mo	Koip	Su	Ktr	Ma	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14.1	14.2	14.3	15	16	17	18	19.1	19.2	20	21	22	23	24	25	26.1	26.2	26.3	26.4	27	28	29	30	31	32	33.1	33.2	34	35								
Harrapaketa	Askatzea	Sarearen zakua jasotzea		x					x	x	x				x	x	x	x		x						x																x						x	x										
		Sarearen zakua askatzea		x					x	x	x	x				x	x	x	x		x					x															x					x	x												
		Sarearen bisera askatzea eta sentsoreak finkatzea		x					x	x	x	x				x	x	x	x		x					x															x					x	x												
		Sokak askatzea		x					x	x	x	x				x	x	x	x		x					x															x					x	x												
		Soken kaloia gako jaurtitzailerara lotzea		x					x	x	x	x				x			x							x																x					x	x											
		A itsasontziko kaloia B itsasontzira bidaltzea		x					x	x	x	x				x			x	x		x				x															x					x	x												
		Maillea eta kablea askatzea		x					x	x	x	x				x	x		x	x		x				x																x					x	x											
		Arrastek mailetak finkatzea		x					x	x	x	x				x	x		x	x		x					x															x					x	x											
		Arrastea	Biratzea	Arrastea kontrolatzea		x							x															x																									x	x					
				Bi tsasontzetan berbiratzea saihestea							x	x	x						x	x	x	x		x				x																							x	x							
Arrasteko mailetak askatzea									x	x	x	x					x	x	x	x		x				x																								x	x								
Kableak eta mailetak biratzea				x								x														x																									x	x							
B itsasontziko kaloiak A itsasontziko kaloia hartzea				x					x	x	x	x					x	x								x																								x	x								
Sokak biratzea				x					x	x	x	x					x	x		x		x				x																								x	x								
Bisera biratzea eta sentsoreak kentzea				x					x	x	x	x					x	x		x		x				x																								x	x								
Zakua biratu eta estropuz lotzea				x					x	x	x	x					x	x	x	x		x				x																									x	x							
Zakua jaso eta iraultzea				x					x	x	x	x					x	x	x	x		x				x																									x	x							
Zakua irekitzea				x					x	x	x	x					x	x	x	x		x					x																								x	x							
Harrapaketak bi itsasontzien artean banatzea	Jiragora bateik bestera aldatzea	Harrapaketak bi itsasontzien artean banatzea		x					x	x	x					x	x	x	x		x				x																													x	x				
		Jiragora bateik bestera aldatzea							x	x	x						x	x	x	x		x				x																									x	x							
		Kortxozko arlingaren flotagarritasuna doitzea (flotagaiuen nagusiak jartzea)							x	x	x						x			x						x																										x	x						
		Maniobrak egin bitartean egiten diren konponketa eta doikuntza txikiak							x	x	x						x			x						x																										x	x						
		Arrantza-tresna eta aparailua prestatzea								x	x						x			x						x																										x	x						
		Kableak jostea								x	x						x			x						x																										x	x						
		Arrantzako maniobretan aingura-jiragorak erabiltzea								x	x						x	x	x	x		x				x																									x	x							

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

19.1 ITEM-a. Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea. Arriskua esposizioa izaten den ordutegien eta lantokien (bizkarra eta kaia) arabera da.

24 ITEM-a. "In itinere" istripuak. Tripulazio guztia (TG) eraginpean dago ontziratuta aurretik eta lehorreratu ondoren.

25, 29, 30 eta 31 ITEM-ak, hurrenez hurren: kausa naturalak, bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

27 ITEM-a. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatuko da.

28 ITEM-a. Arrisku hori BETI ONARTEZINA dela ulertuko da lan-bizkarrean Laneko Salbamendu Txalekoa erabiltzen ez denean.

33.1, 33.2 ITEM-ak.- Arrisku horiek, oro har, itsasontziko eremu guztietan egongo dira motorren bat funtzionatzen ari denean.

Itsasontziko ekipamendu guztiek 1215/97 EDko araudia bete behar dute, eta dagokien arriskua kalkulatu da. Araudia hori betetzen ez bada, **ARRISKU ONARTEZIN** gisa ebaluatuko da.

1,2,3,4,5,7,8 eta 11 ITEMetarako ebaluatutako arrisku-maila eguraldi-baldintza onetarako, itsasoaren egoera onerako edo itsasontzia atrakaturako edo kaian babestuta dagoenerako da. Arriskuak maila bat igoko dira itsaso txarrarekin edo eguraldi txarrarekin.

Harrapaketak bi itsasontzien artean banatzeko azpizereginean ez dira identifikatu arriskuak, arraina haien artean banatzeko hainbat aukera daudelako.

ARRASTE KLASIKOA (alturakoa, altura handikoa)

ARRASTE KLASIKOA (alturakoa, altura handikoa)			ARRISKUAK ("x"-rekin identifikatutakoak)																																																			
Fasea	Zeregina	Azpizeregina	TG	Pa	Mo	Koip	Su	Ktr	Ma	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14.1	14.2	14.3	15	16	17	18	19.1	19.2	20	21	22	23	24	25	26.1	26.2	26.3	26.4	27	28	29	30	31	32	33.1	33.2	34	35			
Harrapaketa	Askatzea	Sarearen zakua jasotzea		x				x	x		x				x	x	x	x		x					x																					x	x							
		Sarearen zakua askatzea		x				x	x		x					x	x	x	x		x				x																			x	x									
		Sarearen ahoa eta arraste-trena askatzea		x				x	x		x					x	x	x	x		x				x																			x	x									
		Kadenote-kaloia mailatari girtziluz lotzea		x				x	x		x					x	x	x	x		x				x																			x	x									
		Maileta atearen bibikoari askatzea		x				x	x		x					x	x	x	x		x				x																			x	x									
		Maileta faltsuaren maniobra (Maileta faltsua mailetalekunik askatzea eta ateari edo kableari lotzea)		x				x	x		x					x	x	x	x		x				x																			x	x									
		Ateen maniobra (Arrasteko atek askatzea)		x				x	x		x					x	x	x	x		x				x																			x	x									
		Ateak askatzea		x				x	x		x					x	x	x	x		x					x																		x	x									
		Kablea askatzea		x				x	x		x					x	x	x	x		x					x																		x	x									
		Pastekatzeo kableak lotu eta biratzea						x	x		x					x	x	x	x		x					x																		x	x									
		Atoiko pastekan pastekatzea						x	x		x					x	x	x	x		x					x																		x	x									
		Kableak segurtasunerako estropuz lotzea						x	x		x					x	x	x	x		x					x																		x	x									
Arrastea	Biratzea	Arrastea kontrolatzea		x							x															x																						x	x					
		Kableetatik segurtasunerako estropuak askatzea								x	x					x	x		x		x					x																					x	x						
		Atoiko pastekaren larakoa kentzea								x	x					x	x		x		x					x																					x	x						
		Pasteka jaurtitzea kableak askatuta								x	x					x	x		x		x					x																					x	x						
		Kablea biratzea		x						x	x					x	x	x	x		x					x																					x	x						
		Ateak biratzea		x						x	x					x	x	x	x		x					x																					x	x						
		Ateak lotzea								x	x					x	x	x	x		x					x																					x	x						
		Parpailoaren maniobra (Mailetatokiko parpailoa maileta faltsuari lotzea eta hau ate edo kabletik askatzea)								x	x					x	x		x		x					x																					x	x						
		Bibikoa askatzea								x	x					x	x		x		x					x																					x	x						
		Mailetak biratzea		x															x		x						x																					x	x					
		Kadenote-kaloia mailetatik askatzea									x	x					x	x		x		x					x																				x	x						
		Sarearen ahoa eta arraste-trena biratzea		x						x	x								x	x		x					x																				x	x						
Zakua biratu eta estropuz lotzea		x						x	x	x							x	x		x					x																						x	x						
Zakua jaso eta iraultzea		x						x	x								x	x		x					x																							x	x					
Zakua irekitzea								x	x								x	x		x					x																									x	x			
Harrapaketak urtegian hustea								x	x								x	x		x					x																									x	x			
		Beste botaldi bat prestatzea																																																				
		Arrantza-tresnako sentzorak manipulatzea								x	x					x				x						x																												
		Kortxoziok arlingaren flotagarritasuna doitzea (flotagailuen maisuak jartzea)														x				x						x																												
		Maniobrak egin bitartean egiten diren konponketa eta doikuntza txikiak																	x		x						x																											
		Arrantza-tresna eta aparailus konpontzea									x									x		x					x																											
		Kableak jostea							x									x		x						x																												

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

19.1 ITEM-a. Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea. Arriskua esposizioa izaten den ordutegien eta lantokien (bizkarra eta kaia) araberakoa da.

24 ITEM-a. "In itinere" istripuak. Tripulazio guztia (TG) eraginpean dago ontziratu aurretik eta lehorreratu ondoren.

25, 29, 30 eta 31 ITEM-ak, hurrenez hurren: kausa naturalak, bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

27 ITEM-a. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatuko da.

28 ITEM-a. Arrisku hori BETI ONARTEZINA dela ulertuko da lan-bizkarrean Laneko Salbamendu Txalekoa erabiltzen ez denean.

33.1, 33.2 ITEM-ak. Arrisku horiek, oro har, itsasontziko eremu guztietan egongo dira motorren bat funtzionatzen ari denean.

Itsasontziko ekipamendu guztiek 1215/97 EDko araudia bete behar dute, eta dagokien arriskua kalkulatu da. Araudi hori betetzen ez bada, ARRISKU ONARTEZIN gisa ebaluatuko da.

1,2,3,4,5,7,8 eta 11 ITEMetarako ebaluatutako arrisku-maila eguraldi-baldintza onetarako, itsasoaren egoera onerako edo itsasontzia atrakatu eta kaian babestuta dagoenerako da. Arriskuak maila bat igoko dira itsaso txarrarekin edo eguraldi txarrarekin.

SARDEDUN ARRASTEA (alturakoa, altura handikoa)

[illegible]

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

19.1 ITEM-a. Eguzki-erradiazioen eraginpean egotea. Arriskua esposizioa izaten den ordutegien eta lantokien (bizkarra eta kaia) araberakoa da.

24 ITEM-a. "In itinere" istripuak. Tripulazio guztia (TG) eraginpean dago ontziratuta aurretik eta lehorreratu ondoren.

25, 29, 30 eta 31 ITEM-ak, hurrenez hurren: kausa naturalak, bereziki sentikorrak, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.

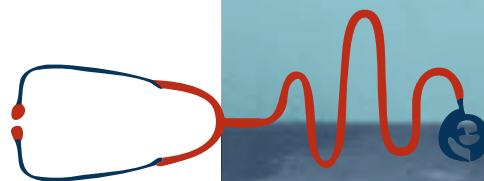
27 ITEM-a. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregin eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatuko da.

28 ITEM-a. Arrisku hori BETI ONARTEZINA dela ulertuko da lan-bizkarrean laneko Salbamendu Txalekoa erabiltzen ez denean

33 | 33.2 ITEM-ak - Arrisku horiek oro har itsasontziko eremu guztietan egongo dira motorren bat funtzionatzan ari denean

33.1, 33.2 ETI-ak.- Arisku horiek, oro har, itsasontziko eremu guztietan egongo dira motorren bat funtzionatzen ari denean.

[illegible]



OSASUN- AZTERKETAKO FITXAK ARRISKUEN ARABERA



ARRISKU ERGONOMIKOA

ARRISKU ERGONOMIKOA	
Kargen eskuzko manipulazioa eta indarren aplikazioarekin bultzatzea eta arrastatzea	
	Kalte posibleak
	Neke fisiko errepikakorra edo metagarria
	Muskuluetako lesioak: uzkurdurak, arrampak, zuntz-hausturak eta muskulu-zorroen hantura
	Apofisi arantzatsuen nekeagatiko erauzketa-lesioak
	Tendoi eta lotailuetako lesioak: sinobitisa, tenosinobitisa, hausturak eta zaintiratuak
	Artikulazioetako lesioak: hantura-artritisa, diskoko hernia
	Hezurretako lesioak: hausturak eta pitzadurak
	Lesio neurologikoak: nerbio-harapatzeak
	Sabel-hormako lesioak: herniak
	Haurdunaldia, erditu berria eta edoskitzaroa: - Hezur- eta muskulu-nahasmenduen maiztasuna edo larritasuna areagotzea - Neke fisikoa areagotzea eta kargak manipulatzeko zailtasuna - Abortuak, denbora gabeko erditzeak, pisu txikiko fetuak - Multiparoetan, gernu-ihesa areagotzea edo betikotzea
	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Patologia osteomuskularraren aurrekariak
	Patologia neurologikoaren aurrekariak
	Raynauden sindromearen aurrekariak
	Egungo egoera
	Emakumearen kasuan, haurdunaldia, erditu berria edo edoskitzaroa
	Multiparoetan: gernu-ihesaren gaineko anamnesia
	Miaketa espezifikoa
	Lokomozio-aparatuaren miaketa: ikuskapena, haztapena eta mugikortasuna
	Goiko gorputz-adarra
	Bizkarrezurra
	Beheko gorputz-adarra
	Miaketa neurologikoa: haztapena, sentsibilitatea, erreflexuak
	Goiko gorputz-adarra
	Bizkarrezurra
	Beheko gorputz-adarra
	Sabelaldeko miaketa: ikuskapena, haztapena eta auskultazioa

ARRISKU ERGONOMIKOA	
Mugimendu errepikatuak, jarrera behartuak eta presioagatiko neuropatiak	
	Kalte posibleak
	Sorbaldetako eta lepoko traumatismo metagarri espezifikoak
	Birakarien mahukako tendinitisa
	Hodi torazikoko edo kostoklabikularreko sindromea
	Tentsioagatiko lepoko sindromea
	Besoko eta ukondoko traumatismo metagarri espezifikoak
	Epikondilitisa eta epitrokleitisa
	Pronatzaile biribilaren sindromea
	Burtsitisa
	Eskuko eta eskumuturreko traumatismo metagarri espezifikoak
	Tendinitisa
	Tenosinobitisa: Quervainen sindromea eta malguki-hatzaren tenosinobitisa edo tenosinobitis estenosantea
	Kakotutako hatza
	I. hatzaren hedatzaile luzeko tenosinobitisa
	Belaunetako traumatismo metagarri espezifikoak
	Burtsitisa
	Meniskoko lesioak
	Belauneko lotailuetako lesioak
	Presioagatiko neuropatiak
	Besoko sarea: Hodi torazikoko konpresioa
	Sorbalda gaineko nerbioa: Arraila espinoglenoideoko konpresioa
	Nerbio erradiala: Galtzarbako, humero-hodiko eta supinatzaileko gelaxkako konpresioa
	Erdiko nerbioa: Karpoko kanaleko konpresioa
	Nerbio kubitala: Kanal epitroklearreko eta Guyonen kanaleko konpresioa
	Nerbio femorokutanea: Izterondoko lotailuko harrapatzea
	Kanpoko nerbio ziatiko popliteoa: Perone-buruko konpresioa
	Tibia aurrealdeko nerbioa: Tibia aurrealdeko gelaxkako konpresioa eta iskemia
	Tibia atzealdeko nerbioa: Tartso tuneleko konpresioa
	Hatzarteko nerbioak: Mortonen metatarsalgia
	Jarrera behartuak eta mugimendu errepikatuak haurdunaldian eta edoskitzaroan
	Hezur- eta muskulu-nahasmenduen maiztasuna edo larritasuna areagotzea

	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Patologia osteomuskularraren aurrekariak
	Patologia neurologikoaren aurrekariak
	Raynauden sindromearen aurrekariak
	Egungo egoera
	Emakumearen kasuan, haurdunaldia edo edoskitzaroa
	Miaketa espezifikoa
	Lokomozio-aparatuaren miaketa: ikuskapena, haztapena eta mugikortasuna
	Goiko gorputz-adarra
	Bizkarrezurra
	Beheko gorputz-adarra
	Miaketa neurologikoa: haztapena, sentsibiltatea, erreflexuak
	Goiko gorputz-adarra
	Bizkarrezurra
	Beheko gorputz-adarra

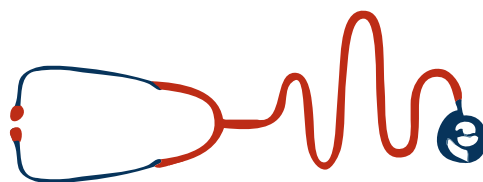
BIZKARREZURRA	
	LOKOMOZIO-APARATUAREN MIAKETA
	IKUSKAPENA
	Sorbalden asimetria
	Bizkarrezurraren ardatzak: aurretik atzerakoa eta albokoa
	HAZTAPENA
	Apofisi zorrotz mingarriak
	Muskuluetako uzkurdurak
	MUGIKORTASUN PASIBOA ETA AKTIBOA
	Flexioa - luzapena
	Lateralizazioa
	Biraketa
	MINA
	MIAKETA NEUROLOGIKOA
	MANIOBRAK:
	Lasègue, Bragard, Schober, Valsalva
	SENTSIBILITATEA

GOIKO GORPUTZ-ADARRA					
LOKOMOZIO-APARATUAREN MIAKETA					
IKUSKAPENA (Ingurua, hanturak, desbideratzeak, atrofiak...)					
HAZTAPENA (Puntu mingarriak, hantura-aztarnak, krepitazioa...)					
Sorbaldak					
Besoa					
Ukondoa					
Besaurrea					
Eskumuturra					
Eskuak					
Hatzak					
MUGIKORTASUN PASIBOA ETA AKTIBOA					
Sorbaldak: Abdukzioa, adukzioa, flexioa, luzapena, barne-biraketa, kanpo-biraketa					
Ukondoa: Flexioa, luzapena, pronazioa, supinazioa					
Eskumuturra: Flexioa, luzapena, pronazioa, supinazioa, desbideratze kubitala, desbideratze erradiala					
Hatzak: Flexioa, luzapena, abdukzioa, adukzioa					
MINA					
MIAKETA NEUROLOGIKOA					
NERBIO-HODIEN HAZTAPENA					
	Hodi klabikularra	Kanal epitroklearra	Eskualde epikondileoa	Karpoko tunela	Guyonen kanala
MIAKETA NEUROLOGIKOETARAKO MANIOBRAK					
	Tinel nerbio-hodietan	Finkelsteinen zeinua	Phalen-en testa	Adsonen maniobra	Hestugune kostoklabikularra
	Hiperabdukzioa	Nerbio kubitalaren luxazioa ukondo parean	Allenen maniobra	Erresistentziaren aurkako pronazioa	
TENDOI-ERREFLEXUAK					
	Bizipitala	Trizipitala	Estiloerradiala	Kubitopronatzailea	
SENTSIBILITATEA					
	Ukipenezkoa			Mingarria	

BEHEKO GORPUTZ-ADARRA									
LOKOMOZIO-APARATUAREN MIAKETA									
		IKUSKAPENA (Dismetriak, ingurua, hanturak, desbideratzeak, atrofiak...)							
		HAZTAPENA (Puntu mingarriak, hantura-aztarnak,...)							
		Aldaka							
		Izterra							
		Belauna							
		Zangoa							
		Orkatila							
		Oinak							
		Hatzak							
MUGIKORTASUN PASIBOA ETA AKTIBOA									
		Aldaka: Abdukzioa, adukzioa, flexioa, luzapena, barne-biraketa, kanpo-biraketa							
		Belauna: Flexioa, luzapena							
		Orkatila: Flexioa, luzapena, pronazioa, supinazioa, barne-biraketa, kanpo-biraketa							
		Hatzak: Flexioa, luzapena, abdukzioa, adukzioa							
MIAKETARAKO MANIOBRAK									
		Aldaka:	Trendelenburg						
		Belauna:	Lachman	Care Pibota	Cari Pibota	Aurreko kaxa	Atzeko kaxa	LLE aharrausia	LLI aharrausia
		Meniskoa:	Steimann		Graham Apley		McMurray	Moragas	
MINA									
MIAKETA NEUROLOGIKOA									
NERBIO-HODIEN HAZTAPENA									
		Muxarradura ziatikoa			Perone-burua		Tartsoko tunela		
MIAKETA NEUROLOGIKOETARAKO MANIOBRAK									
		Tinel nerbio-hodietan	Piramidalaren maniobra	Laségueren maniobra	Laségueren maniobra alderantzikatua	Erresistentziaren aurkako indarra			
TENDOI-ERREFLEXUAK									
		Errotulianoa			Akilesekoa				
OIN-ZOLAKO LARRUAZALEKO ERREFLEXUAK									
		Flexioan			Luzatuta				
SENTSIBILITATEA									
		Ukipenezkoa			Mingarria				

JARRERA BEHARTUAK: BI OINEN GAINEAN LUZAROAN EGOTEA

	Kalte posibleak hezur- eta muskulu-nahasmenduez gain																															
	Beheko gorputz-adarretan edemak eta barizeak azaltzea																															
	Bena-tronbosi sakona																															
	Haurdunaldia: Edemak, barizeak eta bena-tronbosi sakona azaltzeko arriskua areagotzea Zorabioak, konorte-galerak, gaueko arrapak eta zango nekatu edo mingarriak Fetua: Berezko abortuen, hilda jaiotakoen, jaiotza-pisu txikien eta denbora bete gabeko erditzeen intzidentzia handiagoa																															
	Osasun-azterketa																															
	ANAMNESIA																															
		Zirkulazio-sistema periferikoko patologiaren aurrekariak																														
		Egungo egoera																														
		Emakumearen kasuan, haurdunaldia																														
	IKUSKAPENA																															
		Zainen balorazio klinikoa (Internacional Consensus Committee on Venous Disease)																														
		<table><tr><th>Klasea</th><th>Definizioa</th><th>Argitzeak</th></tr><tr><td>C0</td><td>IVCren begien bistako zeinurik edo zeinu nabarmenik gabe</td><td></td></tr><tr><td>C1</td><td>Telangiektasiak, sare-formako zainak, maleoloko sumintasuna</td><td>Telangiektasia: <1 mm-ko diametroko benula intradermiko Sare-formako zaina: <3mm-ko diametroko zain subdermiko dilatatu eta ez-haztagarria</td></tr><tr><td>C2</td><td>Barizedun zainak</td><td></td></tr><tr><td>C3</td><td>Larruazaleko alteraziorik gabeko edema</td><td></td></tr><tr><td>C4</td><td>IVCren larruazaleko bigarren mailako alterazioak</td><td></td></tr><tr><td>C4A</td><td></td><td>Pigmentazioa, zain-ekzema edo biak</td></tr><tr><td>C4B</td><td></td><td>Lipodermatosklerosia, atrofia zuria edo biak</td></tr><tr><td>C5</td><td>Zaineko ultzera orbandua</td><td></td></tr><tr><td>C6</td><td>Zaineko ultzera aktiboa</td><td></td></tr></table>	Klasea	Definizioa	Argitzeak	C0	IVCren begien bistako zeinurik edo zeinu nabarmenik gabe		C1	Telangiektasiak, sare-formako zainak, maleoloko sumintasuna	Telangiektasia: <1 mm-ko diametroko benula intradermiko Sare-formako zaina: <3mm-ko diametroko zain subdermiko dilatatu eta ez-haztagarria	C2	Barizedun zainak		C3	Larruazaleko alteraziorik gabeko edema		C4	IVCren larruazaleko bigarren mailako alterazioak		C4A		Pigmentazioa, zain-ekzema edo biak	C4B		Lipodermatosklerosia, atrofia zuria edo biak	C5	Zaineko ultzera orbandua		C6	Zaineko ultzera aktiboa	
Klasea	Definizioa	Argitzeak																														
C0	IVCren begien bistako zeinurik edo zeinu nabarmenik gabe																															
C1	Telangiektasiak, sare-formako zainak, maleoloko sumintasuna	Telangiektasia: <1 mm-ko diametroko benula intradermiko Sare-formako zaina: <3mm-ko diametroko zain subdermiko dilatatu eta ez-haztagarria																														
C2	Barizedun zainak																															
C3	Larruazaleko alteraziorik gabeko edema																															
C4	IVCren larruazaleko bigarren mailako alterazioak																															
C4A		Pigmentazioa, zain-ekzema edo biak																														
C4B		Lipodermatosklerosia, atrofia zuria edo biak																														
C5	Zaineko ultzera orbandua																															
C6	Zaineko ultzera aktiboa																															
	HAZTAPENA																															
		Tenperatura, pulsu periferikoen alterazioak, Schwartzen maniobra																														
	MANIOBRAK																															
		Trendelemburg, Perthes, Pratt																														



ARRISKU HIGIENIKOA

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA	
Zarata	
	Kalte posibleak
	Zaratagatiko hipoakusia
	Haurdunaldia: Jaiotza-pisu txikia, denbora bete gabeko erditzearen mehatxua
	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Patologia otologikoaren aurrekariak
	Entzumenaren egungo egoera
	Botika ototoxikoak hartzea
	Tabako-kontsumoa
	NBEen benetako erabilera
	Lanetik kanpoko giroan zarataren eta substantzia ototoxikoen eraginpean egotea
	Emakumearen kasuan, haurdunaldia
	Miaketa espezifikoa
	Entzumen-aparatuaren miaketa
	Otoskopia
	Audiometria

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA	
Gorputz osoko bibrazioak	
	Kalte posibleak
	Lunbagoa, gerriko diskopatia, ziatalgia
	Digestio-arazoak eta sabeleko minak
	Gernu-arazoak, prostatitisa
	Nahasteak hilekoan
	Oreka-arazoen gehikuntza
	Ikusmeneko nahasteak, zefaleak, insomnioa
	Nahaste baskular periferikoak
	Haurdunaldia: Karena askatzea, berezko abortuak, garaiz lehenagoko erditzeak, pisu txikiegia jaiotzean
	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Lunbagoa, gerriko diskopatia, ziatalgia
	Digestio-arazoak eta sabeleko minak
	Gernu-arazoak, prostatitisa
	Nahasteak hilekoan
	Oreka-arazoen gehikuntza
	Ikusmeneko nahasteak, zefaleak, insomnioa
	Nahaste baskular periferikoak
	Haurduntza
	Miaketa espezifikoa (anamnesiaren arabera)
	Bizkarrezurra
	Lokomozio-aparatuaren miaketa
	Ikuskapena
	Sorbalden asimetria
	Bizkarrezurraren ardatzak: aurretik atzerakoa eta albokoa
	Haztapena
	Apofisi zorrotz mingarriak
	Muskuluetako uzkurdurak
	Mugikortasun pasiboa eta aktiboa
	Flexioa - luzapena
	Lateralizazioa
	Biraketa
	Mina

	Miaketa neurologikoa
	Maniobrak
	Lasègue, Bragard, Schober, Valsalva
	Sentikortasuna
	Sabelaldeko miaketa: ikuskapena, haztapena eta auskultazioa
	Miaketa prostatikoa: ikuskapena, haztapena; behar izanez gero espezialistarengana bidaltzea
	Miaketa ginekologikoa: ikuskapena; behar izanez gero espezialistarengana bidaltzea
	Miaketa neurologikoa
	Oreka eta mugimenduen koordinazioa
	Nistagmo, eskua-sudurra koordinazioa, Rombergen proba, Unterbergerren eta Babinsky-Weilen probak, Baranyren proba
	Ikusmen-alterazioak
	Begi-ikuskapena eta ikusmen-zolitasunaren balorazioa
	Zirkulazio-sistema periferikoko alterazioak
	Ikuskapena: Zainen balorazio klinikoa (Internacional Consensus Committee on Venous Disease)
	Haztapena: Temperatura, pulsu periferikoen alterazioak, Schwartzen maniobra
	Maniobrak: Trendelemburg, Perthes, Pratt

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA	
Erradiazio ultramorea (eguzkia)	
	Kalte posibleak
	Larruazaleko lesio gaiztoak eta premalignoak
	Keratosi aktinikoa
	Kartzinoma espinozelularra
	Kartzinoma basozelularra
	Melanoma
	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Larruazalaren miaketa (lupadun lanparak erabilita)
	Ikusapena
	Haztapena
	Deskripzioa: itxura, tamaina, hedapena, kokapena eta lesioen banaketa-eredua

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA	
Hotza	
	Kalte posibleak
	Nahaste orokorrak
	Hipotermia
	Nahaste lokalizatuak
	Izozteak
	Eritema gontza
	Lubaki-oina
	Murgiltze-oina
	Hotzaren eraginpean egoteagatik larritutako gaixotasunak
	Arterietako hipertentsioa
	Bihotzeko patologia; iskemia, bihotz-gutxiegitasuna, arritmiak
	Diabetes mellitus
	Bihotz-hodietako patologia: Raynaud-en eritasuna
	Beheko gorputz-adarren iskemia kronikoa
	Akrozianosia
	Hotzagatiko urtikaria
	Hotzagatiko rinitisa
	Erdiko otitisa
	Arnasbideetako eritasunak: asma, arnasbideetako infekzioak, atelektasiak, arnas gutxiegitasuna
	Hipotiroidismoa
	Odol-hodien hanturazko gaixotasunak
	Krioglobulinemiak
	<i>a frigore</i> hemoglobinuria paroxistikoa
	Osasun-azterketa
	Nahaste lokalizatuak
	Ikuskapena
	Haztapena
	Pertsona oso sentikorrak
	Patologia kronikodun pertsonak: egoera hotzetan areagotzeko edo oreka galtzeko aldiak izan ditzaketen bihotzeko edo arnasbideetako patologia, patologia hematologikoak, endokrinoak edo odol-hodien mugimenduarenak
	Lasagarriekin, depresioaren aurkakoeekin eta abarrekin tratamenduan dauden pertsonak
	Emakumearen kasuan, haurdunaldia

	Sentikortasunaren araberako anamnesi espezifikoa
	Sentikortasunaren araberako miaketa espezifikoa
	Kardiobaskularra
	Arterietako tentsioa Bihotz-auskultazioa Elektrokardiograma Medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk
	Arnasbideetakoa
	Biriken auskultazioa Arnasbideen funtzio-probak Bularraldeko x izpiak eta medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk
	Endokrinoak eta hematologikoak
	Gluzemia
	Hematimetria
	Gernuaren analitika
	Tiroide-probak
	Medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA	
Hezetasuna	
	Kalte posibleak
	Larruazalaren beratzea eta narritadura
	Hotzaren ondorioak errazten ditu, kaltetutako larruazaleko infekzioak (dermatomikosia, intertrigoa, bakterioengatiko infekzioak) eta narritaduragatiko nahiz alergiagatiko dermatosiak eragiten dituzten beste agente batzuen ondorioak erraztuz
	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Larruazalaren miaketa (lupadun lanparak erabilita)
	Ikuskapena
	Haztapena
	Deskripzioa: itxura, tamaina, hedapena, kokapena eta lesioen banaketa-eredua

ARRISKU HIGIENIKOA: FISIKOA	
Beroa	
	Kalte posibleak
	Nahaste sistemikoak
	Beroagatiko akidura
	Beroagatiko arranpa
	Bero-kolpea
	Hiperpirexia
	Sinkope termikoa
	Beroagatiko neke igarokorra
	Larruazaleko alterazioak
	Larruazaleko erupzioak
	Erredurak
	Deshidratazioa eta gatzgabetzea
	Anhidrosia
	Zirkulazio-sistema periferikoko alterazioak
	Haurdunaldia eta edoskitzaroa
	Beroarekiko sentikortasuna areagotzea: zorabiorako edo konorte-galerarako joera, istripua izateko zeharkako arriskuak sor ditzakeena Beroak eragindako deshidratazioaren ondorioz amaren esnea gutxitzean edoskitzea kaltetua izan daiteke
	Osasun-azterketa
	Zirkulazio-sistema periferikoko alterazioak
	Ikuskapena: Zainen balorazio klinikoa (Internacional Consensus Committee on Venous Disease)
	Haztapena: Tenperatura, pulsu periferikoen alterazioak, Schwartzen maniobra
	Maniobrak: Trendelenburg, Perthes, Pratt
	Pertsona oso sentikorrak
	Zereginean ohiturarik ez duten pertsonak
	Berora egokitze denborarik izan ez duten pertsonak
	55 urtetik gorako pertsonak
	Pertsona gizenak
	Patologia kronikodun pertsonak: egoera beroetan areagotzeko edo oreka galtzeko aldiak izan ditzaketen bihotzeko edo arnasbideetako patologia edo patologia hematologikoak edo endokrinoak
	Hipertentsioaren aurkakoekin, lasaigarrieekin edo depresioaren aurkakoekin tratamenduan dauden pertsonak
	Emakumearen kasuan, haurdunaldia edo edoskitzaroa

	Sentikortasunaren araberako anamnesi espezifikoa
	Sentikortasunaren araberako miaketa espezifikoa
	Gizentasuna
	GMI
	Kardiobaskularra
	Arterietako tentsioa Bihotz-auskultazioa Elektrokardiograma Medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk
	Arnasbideetakoak
	Biriken auskultazioa Arnasbideen funtzio-probak X izpiak eta medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk
	Endokrinoak eta hematologikoak
	Gluzemia
	Hematimetria
	Tiroide-probak
	Medikuaren irizpidearen araberako beste proba batzuk

ARRISKU HIGIENIKOA: KIMIKOA	
Dermatosia	
	Kalte posibleak
	Ukipeneko dermatitis alergikoa
	Ukipeneko dermatitis narritatzailea
	Ukipeneko urtikaria
	Akne okupazionala
	Larruazaleko minbizi okupazionala
	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Larruazalaren miaketa (lupadun lanparak erabilita)
	Ikuskapena
	Haztapena
	Deskripzioa: itxura, tamaina, hedapena, kokapena eta lesioen banaketa-eredua
	Proba alergikoak: IgE espezifikoak, Prick-testa, probokazio espezifikoko probak

ARRISKU HIGIENIKOA: KIMIKOA	
Asma okupazionala	
	Kalte posibleak
	Asma immunologikoa edo hipersentikortasunagatikoa
	Asma ez-immunologikoa edo sortasun-aldirik gabekoa
	Lanak larritutako asma
	Osasun-azterketa
	Anamnesi espezifikoa
	Asma okupazionalaren eta ez-okupazionalaren aurretiko historia
	Errinitis edo errinokonjuntibitis okupazionalaren historia
	Egungo sintomatologia
	Atopiaren aurrekariak
	Tabakismoa
	Miaketa espezifikoa
	Bihotzaren eta biriken auskultazioa
	Oinarrizko espirometria
	Bronkodilatazio-probadun espirometria
	Substantzia-motaren araberako proba alergikoak
	Serieko peak flow-a



SEGURTASUN- ARRISKUAK

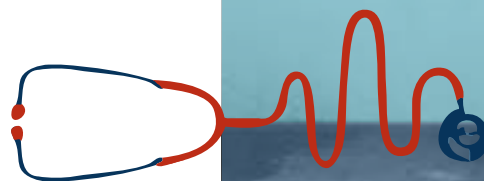
SEGURTASUN-ARRISKUAK	
Kolpeak/talkak haurdunaldian	
	Kalte posibleak
	Haurduna
	Haurdunaldian sabel-traumatismoa izatea berezko abortuarekin, denbora bete gabeko erditzearekin, karena askatzearekin (KA), mintzen haustura goiztiarrarekin, fetu-amen arteko transfusioarekin (fetutik amarengana odola modu anomaloan igarotzea) eta hilda jaiotakoen kopurua handitzearekin lotzen da Konplikazio horien maiztasuna, hasiera edo garapena (batzuetan ez da berehalakoa izaten) adin gestazionalaren eta traumatismoaren larritasunaren baitan egongo dira Fetu-amen arteko transfusioak Rh sentsibilizazioa eragin dezake Rh negatiboa duen amarengan
	Fetua
	Fetuaren heriotza karena askatzearen ondorioz, haurdunaldi aurreratuan amaren traumatismo minimoarekin gerta daitekeena Fetuaren anemia edo heriotza amaren odoljarioaren kasuan Fetu-amen transfusioaren kasuan: jaioberriaren anemia, fetuaren arritmiak edo fetuaren heriotza odolustearen ondorioz Mintzen haustura goiztiarraren kasuan (24. astea baino lehen birjartzen ez bada), biriken hipoplasiaren kasuan eta deformazio ortopedikoen kasuan Fetuaren lesio zuzenak kaskezurrean pelbisaren hausturaren ondorioz
	Arrisku-aldia
	Haurdunaldi osoa, baina zenbat eta aurreratuago egon haurduntza, aukera gehiago daude umetoki-, fetu- edo karena-traumatismo baterako Haurdunaldi bakarrean, 12. astera arte umetokia pelbisaren barruan dago, beraz, ondorengo asteetan baino babestuago. Azken hiruhilekoa umetoki-pareta meheagoa da eta fetuaren babesa txikiagoa Fetu-amen arteko transfusio-arriskua 12. astean azaltzen da, gutxi gorabehera, eta karena askatzeko arriskua 20. astean edo
	Arriskuko zereginak adierazteko zerrenda
	Objektu batek eragindako kolpeak, maila bereko erorketak, ibilgailuak gidatzea Lekurik eza; garbiketa eta ordena desegokiak Parte mugikorrak eta babestu gabeak dituzten makina eta ekipamenduen presentzia Laneko erritmo handia Oreka behar duten lanak Leku oso jendetsuak edo masifikatuak Astinduen eraginpean maiztasunez egotea Irristadak



ARRISKU PSIKOSOZIALA

ARRISKU PSIKOSOZIALA	
	Kalte posibleak
	Umore-nahasteak: Aldi depresiboa, nahaste depresibo errepikakorra, umorearen nahaste errepikakorrak, umorearen beste nahaste batzuk, umorearen nahaste espezifikatu gabea
	Nahaste neurotikoak, estresarekin loturiko nahasteak eta nahaste somatomorfoak: Herstura-nahaste fobikoak, hersturaren inguruko beste nahaste batzuk, nahaste obsesibo-kompulsiboa, estres larriaren eta egokitzapen-nahasteen aurreko erreakzioa, nahaste disoziatiboak (konbertsiokoak), nahaste somatomorfoak, beste nahaste neurotiko batzuk
	Akidura emozionala edo “burn out”
	Adikzioak
	Haurdunaldian: Txandakako lanaren eta gaueko lanaren ondorioz, lanaldiaren iraupenaren ondorioz, laneko erritmoa ez kontrolatzearen ondorioz eta agente estresatzaileen eraginpean egotearen (jarrera-eskakizunak, ahalegin fisikoa, etab.) ondorioz alterazio fisikoak eta psikikoak areagotzeak preeklanpsia, jaiotza-pisu txikia, fetuaren heriotza eta abar eragin dezake.
	Osasun-azterketa
	Anamnesia eta miaketa espezifikoa
	Hasiera
	General Health Questionnaire, 12 itemekoa (GHQ-12): 2tik gorako puntuazioen kasuan: orientazioko diagnostikoa egin
	Orientazioko diagnostikoa
	Zuzenduriko elkarrizketa irekia
	Elkarrizketaren tresna osagarriak: PRIME-MD galdetegia MINI (MINI INTERNATIONAL NEUROPSYCHIATRIC INTERVIEW) elkarrizketa egituratua MBI-GS (Maslach Burnout Inventory, Burn-out susmatzen den kasuan) galdetegia Kontsumo-susmo edo -erreferentziaren aurrean: Autokontsumoen erreferentzia jasotzea Alkohol kontsumoari buruzko tresna osagarriak: CAGE, AUDIT
	Arrisku psikosozialeko faktoreen identifikazioa
	Arrisku psikosoziala identifikatzeko elkarrizketa: “The Management Standards for Work-related Stress” ereduari oinarrituta dago, eta kontuan hartzen ditu pertsona afektatuaren pertzepzioa eta lanaren antolaketaren jakineko alderdi batzuk. Oinarrizko 6 arlo aztertzen ditu: eskakizuna, kontrola, laguntza, harremanak, aldaketa eta rolak Tresna osagarria: PSQ CAT21 COPSOQ (Kopenhageko galdetegi psikosozialaren espainierazko egokitzapena) galdetegiaren bertsio laburtua

	Lanarekin lotura duen diagnostikoa
	Hil ala biziko gertakari estresagarriak miazeko elkarriketarako gidoia
	Pertsona oso sentikorrak
	Aurrez diagnostikatutako patologia psikiatriko zorrotzeko aurrekariak dituzten pertsonak Alterazio sentesorialak dituzten pertsonak Estres-egoeretan areagotzeko edo oreka galtzeko aldiak izan ditzaketen patologia kronikodun pertsonak Jokabide adiktiboen aurrekariak dituzten pertsonak



GLOSARIOA

GLOSARIOA

Ababorra: Popatik brankara begira jarrita, ontziaren ezker aldea.

Abarloatu: Ontzi bat beste ontzi baten edo kai baten aldamenean jartzea, haren aldamena ukitzen duela. Bat baino gehiago badaude, bata bestearen ondoan, lehen ilaran, bigarren ilaran eta abar lotuta daudela esaten da.

Aginte-tokia: Bizkarraren gaineko leku garaiena, ontzia gobernatzeko eta, egonez gero, etengabeko zaintza antolatzeko erabiltzen dena.

Ahokatu: Hornidurak eta abar leku batera bideratzea. Ubide, itsasarte edo portu batean sartzen hastea.

Aingura: Ontzia hondoari lotzeko erabiltzen den objektu astuna. Oro har, metalezkoak izaten dira eta kako-forma izaten dute bere muturretako batean. Mutur horiei “azazkalak” esaten zaie eta aingura modernoetan mugikorrek izaten dira, patenteko ainguretan bezala. Horiek ez dute zeporik izaten. Ainguratzea.

Aingura-jiragora: Danbor-forma eta katu gisako barne-mekanismoa duen tresna mekanikoa, sokak lotzen laguntzen duena.

Ainguratu: Aingura bat edo gehiago erabiliz, ontzia hondoari lotzeko ekintza da.

Alatu: Marinelen hizkeran, arrantza-aparailu bati buruz ari garenean, jasotzea esan nahi du.

Altura: Itsasoan altura hitza erabiltzen da kostatik urrun dagoen guztia edo urrun lan egiten duen guztia izendatzeko. Adibidez: alturako arrantza, alturako flota, alturako tretza, etab. Hedaduraz, industrial edo komertzial adiera ere badu.

Alturako arrantza: Ekintza-erradio oso handia duen arrantza industrial da. 60 miliako lerrotik kanpo eta 60° I eta 35° H paraleloen artean eta 52° E eta 20° M meridianoen artean kokatutako eremuraino ere iristen da bere jarduera. Potentzia, luzera eta tonaje handiko ontziak erabiltzen dira, esaterako, 1.200 CVko potentziara iristen direnak eta 30 metroko luzera gainditzen dutenak. Tretza eta arrastea dira gehien erabiltzen diren arrantza-motak.

Altura handiko arrantza: Itsasoen eta kostako distantzien mugarik gabe eta alturako arrantzan sartzen diren eremuetatik kanpo arrantza industrialean aritzen diren tamaina handiko ontziek egiten dutena da. Altura handiko flotak itsasontzi handiek osatzen dituzte, 100 metrotik gorako luzera eta 7.500 CV baino gehiagoko potentzia dituztenek, botaldi bakoitzean arrain-kantitate handiak ateratzeko gai direnek. “Lantegi-ontziak” dira —inguraketa-ontziak edo arraste-ontzi izoztaileak, arraina arrantatzeko, eraldatzeko eta biltegitratzeko askoz ahalmen handiagoa dutenak—, eta ekoizpen-prozesu konplexuagoak garatzeko aukera ematen dute.

Altxatu: Ontzira zerbait jasotzea, oro har, kable edo polea bidez.

Amarra: Itsasoan erabiltzen den soka edo kablea, objektu edo piezaren bat finkatzeko balio duena.

Amua: Metalezko arpoi txiki edo kakoa da, pita edo alanbre batetik zintzilikatu eta beita jarrita arrantzan egiteko balio duena.

Amu-arrantza: Arrantzako aparailu selektiboa da. Beita jarrita duen amuarekin egiten da, arraina beita jaten hasten denean amuan harrapatuta geratzen da. Amu-arrantzako hainbat aparailu daude: lerro edo txanbela, tretza txikia, harri bola, kazako edo xaxiango arrantza, etab.

Anamnesia: Grekoko ana, berria, eta mnasthai, gogoratu, hitzek osatzen dutena. Pazienteak berak edo familiakoek emandako datuak dira, gaixotasunaren hasieratik medikuak aztertu arterainokoak. Anamnesia historia klinikotik abiatzen da eta hainbat datu biltzen ditu, esaterako, filiazioa, kontsultaren motiboa edo aurrekari familiarrak eta pertsonalak. Horietako batzuei buruzko informazio zabala izango dugu aurrez egindako elkarrizketaren bitartez. Galdeketa sistematikoak aukera eman behar digu sintoma nabarmenenak eta sintoma horiek pazientearen biografian duten bilakaera ezagutzeko. Baieztatzeko edo ezeztatzeko datuak biltzeko aukera emango digun hipotesi diagnostikoa egitea da kontua.

Aparailua: Erabiltzen diren elementu edo tresnen multzoa. Arrantza-motaren arabera, batzuk edo besteak erabiltzen dira, batzuk generikoak diren arren. *Aparailua* esaten zaio arrantzako lerroaren azken zatia ere.

Argitu: Aparailuan sokak ordenatuta biribilkatzen direnean eta itsuta mugigarria nahastu gabe lan egiteko antolatzen denean.

Arlinga: Arrantza-aparailuaren kortxoei edo berunei eusten dien amarra sendoa. Aldi berean, bukaera ematen dio mailari.

Armairua: Hoztutako errezeptakulua, harrapaketez betetako erretiluak hartzen dituen, haiek izozteko.

Arrantza-aparailua: Arrantzaleen esanetan arrantzaren egiteko asmakizuna zen arrantza-aparailua, tranpa- edo sare-motaren batek osatutakoa. Gaur egun arrainak harrapatzeko balio duen edozer gauzari esaten zaio 'arrantza-aparailua', baita edozein tretza edo aparailuri ere.

Arrantza-tokia: Arrantza egiten den plataforma kontinentalaren barruan dagoen espazioa.

Arrastea: Lan egiteko moduagatik izen hori hartzen duen arrantza-mota da, hondoan arrastan egiten delako, alegia. Ontzi batek, arraste-ontziak, atoian eramaten du eta, aurrera doan heinean, parean jartzen zaion arrantza harrapatzen du sarean. Sarea arrastan eramanda harrapatzen da arraina, mailasarean geratu gabe. Hondoko arraste-arrantza edo irekidura bertikal handiko arraste-arrantza izan daiteke.

Artisau-arrantza: Arrantzale batek edo gehiagok egindako jarduera. Erregistro gordineko 10 tona (EGT) baino gutxiagoko ontziekin itsasoan, kosta inguruko uretan, edo barruko uretan, geza nahiz gazietan, egindako arrantza da.

Askatu: Soka bat lasatzea, askatzea. Marinelen hizkeran, 'bota' edo 'askatzea'.

Atrakatu: Ontzi bat kaiaren edo beste ontzi batzuen kontra jartzea, geldirik uzteko asmoz.

Baliza: Leku arriskutsuak adierazteko edo itsasgizona orientatzeko marka gisa jartzen den seinale finko edo mugikorrari esaten zaio.

Baxurako arrantza: Kosta inguruan egiten da ontzi txikiekin, oro har, artisau-metodoekin eta egunez. Batzuetan gauez ere egiten da argi egokiekin. Itsasertzeko edo baxurako flota 20 eta 100 tona bitarteko ontziek osatzen dute eta familia- edo artisau-flota 20 tona baino gutxiagoko ontziek.

Baxurako flota: Baxurako arrantza, askotan "artisau" deituriko arrantzarekin identifikatzen dena, arrantza egiteko aparailu tradizionalak erabiltzen dituen da, oro har, ontzi txiki edo ertainetan, eta kostaldeko uretan edo, gutxienez, plataforma kontinentalean geratzen dena.

Beita: Arraintzako janaria. Amuan jartzen den jakia.

Beitatu: Amuan beita jartzea.

Bibikoa: Aparailua finkatzeko erabiltzen den soka edo kable baten adarrak.

Biratu: Norabidea aldatu. Ontziak ez dira «jiratzten», biratu egiten dira.

Biratu / Biratze: Harrapaketak biltzeko sare edo tretza uretatik ateratzea.

Bogatu: Arraun egitea.

Botaldia: Botatzeko (jaurtitzeko) ekintza eta ondorioa. Sarea arrantza egiteko botatzea. Aldi batean ateratzen den arrantza.

Branka: Ontziaren aurreko aldea.

Brankako uhala: Amulatik (brankaren aldamenean) askatu edo jasotzen den soka.

Buia: Buia objektu arin eta flotatzailea da, soka baten eta lasta edo euskarri baten bidez hondoari lotzen zaiona. Ontzi bat seinaleztatzeko edo lotzeko erabiltzen da.

Edukiera: Kroskoaren eta superregituraren barruko bolumena. Morson Tonatan neurtzen da (1 Morson Tona = 2,83 m³).

Ematea: Lortzea, sartzea edo baimentzea.

Eslinga: Gakoz hornitutako soka, pisu handiak jasotzekoa.

Eskotilla: Bizkarretan ontziaren zerbitzurako dauden irekidurak.

Erreferentziakoa: Ingurasarean heldulekua lotzeko erabiltzen den soka.

Erregistroko tonaje gordina: Ontziaren tamainaren neurri fiskala. Ez da pisua. Honela kalkulatu da: (luzera x zabalera x garaiera)/5.* Ontzi baten desplazamendua tonatan.

Estibatu: Ontzi baten karga modu egokian kokatu eta jartzea.

Estropua: Muturretan lotutako soka-zatia, gauzak zintzilikatzeke erabiltzen dena.

Flota: Ontzi-multzoa.

Gaixotasunaren maiztasun-neurriak: Epidemiologiaren helburu nagusietako bat gaixotasunen banaketa eta determinatzaileak aztertzea da. Gaixotasuna eta intereseko beste aldagai batzuk kuantifikatzea eta neurtzea funtsezko elementuak dira hipotesiak formulatu eta testatzeko, eta baita biztanleria desberdinen artean edo jakineko biztanleria baten barruan esposizio edo ezaugarri bat duten edo ez duten pertsonen artean gaixotasun-maiztasunak alderatzeko aukera emateko ere.

Garaiera: Ontzi baten beheko aldetik goiko bizkarrerainoko garaiera.

Girgilua: “U” formako burdineria, ontzian hainbat eta hainbat aplikazio dituen. Hainbat motatakoak daude: birakariak, okertuak, automatikoak, etab.

Girgiluz lotu: Girgilu batekin bi kate-zati, katea bat eta uztia bat edo beste zerbait lotzea edo segurtatzea.

Gobernatu: Ontzia zuzendu, norabide baterantz eraman.

Haga: Kanabera.

Harilkatu: Hariak, alanbrea edo beste zerbait biribildu edo bildu haril gisa, gehienetan txirrika baten inguruan.

Hiru hortzeko aingura: Hiru hortzeko aingura.

Hornitu: Ontzia eguneko biderako behar den guztiaz hornitzea.

Ingurasarea: Bertikalean urperatzen den eta arrain-sarda inguratuz lan egiten duen arrantza-aparailua. Arrainak sarean harrapatu edo inbutua eratuz ixten ditu.

Ingurasarea: Arrain-sardak inguratuz eta harrapatuz lan egiten duen aparailua. Bi mota nagusi daude: arrainak ihes egiten ahalegintzen direnean sarean harrapatzen dituen eta inbutu modukoa eratuz beheko aldetik ixten dena.

Istriborra: Popatik brankara begira jarrita, ontzi baten eskuineko aldamena. Argi berdea.

Itsasertza: Itsasertzeko zona marearen eragina jasotzen duen eta hainbat biotopo hartzen dituen kostako zerrenda da. Biotopo horietako bakoitzak, aldi berean, izaki bizien hainbat komunitate eratzen ditu. Biotopoen ezaugarriak, funtsean, sakoneraren arabera dira.

Itsasertzeko ontzia: Kostatik hurbil nabigatzeko prestatutako ontzia.

Itsaskia: Sukaldaritzan balio handia duten krustazeo eta moluskuak.

Itsasoratu: Ontzia itsasorantz abiatzea.

Izotzez estali: Arraina kaxetatik kentzea.

Jaki-tokia: Despentsa, janariak gordetzeko tokia.

Jaso: Sokari tiratzea, etengabe jasoz.

Jiragora: Kanpoko bi danbor eta barruko beste bi dituen eta aparailua jasotzeko erabiltzen den makina txikia.

Kabina: Ontzi bateko espazio bizigarri eta estalia.

Kaia: Portuko dikea.

Kaloia: la metro inguruko masta biribila, sareak zabaldua edukitzeko erabiltzen dena, aldamen batetik zintzilikatuta.

Kanabera: Arrantzarako erabiltzen den haga luzea. Modelo ugari daude, arrantza-mota guztietara egokitutakoak.

Karela: Ontzi baten aldamenaren goiko ertza. Bizkarraren eta karelaren arteko zatia.

Karel-gaina: Karelaren goiko aldea estaltzen duen egurrezko zerrenda.

Karnata: Gehienetan hilda egoten den animalia-jatorriko beitarri ematen zaion izen generikoa.

Kordel ama: Arrantza-aparailua muntatzeko erabiltzen dena eta euskarri lana egiten duena.

Lasta: Harria, harea, ura edo ontziaren hondoan jartzen den pisudun beste gauzaren bat, ontzia uretan komeni den tokiraino sar dadin.

Lehorreratu: Ontzitik gauzak atera eta lehorrera eramatea. Pertsoneri ere aplikatu dakieke.

Lerroa: Arrantzarako pita edo haria da. Hainbat materialetakoa izan daiteke, hari bakunekoa edo kable bihurritukoa, eta hainbat kolore, loditasun, malgutasun edo erresistentziakoa.

Libratu: Lotuta edo itsatsita zegoena askatu, libre utzi. Hondoa jotakoa libratu. Eragozpen edo arrisku batetik libratu.

Lokarria: Gauza bati lotzen zaion soka edo alanbre luzea, goian zuzen eusteko edo alde batera segurtasunez mugitzeko.

Lonja: Portuan edo inguruan kokatutako teilatupeko lekua, lehorreratutako arrainaren enkantea egiteko erabiltzen dena.

Lotu: Ontziko gauzak soka, kable edo kateekin segurtatzea edo gogor lotzea.

Luzera: Ontziaren luzera da, flotazio-marran neurtuta.

Maila: Sare-mamia. Sarea.

Maileta: Hondoko arraste-arrantzarako diseinatutako erdi alanbratutako soka mistoa.

Matrizea: *Erabilera-erakusketako matrizea*, langile batek bete dituen lanpostu guztiak arriskuen eraginpean egoteari buruzko informazio espezifikoarekin lotzeko aukera ematen duena.

Mazia: Uretara botatzen den janaria da, gure arrantza-aparailura arrainak erakartzea eta inguruan eustea xede duena.

Mendekoa: 'Potxera' ere esaten zaio eta amu anitzeko aparailuetan, esaterako, tretzan, kordel amatik zintzilikatutako pita da.

Paleta: Salgaiak biltegitratzeko eta garraiatzeko erabiltzen den oholez egindako plataforma.

Panga: Itsasontzi txikia.

Pasabidea: Zubi txikia, askotan behin-behinekoa, material arinez egindakoa eta ontziaren eta kaiaren arteko espazioa gainditzeko erabiltzen dena.

Pasteka: Polea ferratuaren gisakoa, bere kaxaren aldamenetako batean irekidura bat duena, lanerako erabiliko den soka pasatzeko.

Patina: Bizkarrean errail finko baten gainean ibiltzen den eta polea baten euskarri mugikor lana egiten duen burdineria, gehienetan eskota baten polearena.

Polea: Soka baten norabidea aldatzeko erabiltzen den burdineria.

Polipastoa: Arrantza-aparailua jasotzeko polea berezia.

Popa: Ontziaren atzeko aldea.

Popako uhala: Hegaletik (poparen aldamenean) askatu edo jasotzen den soka.

Potxerak: Ikus mendekoak. Batik bat tretzakoak.

Sakela: Arrantza-aparailuaren atzeko parte. Sareak bere alde sakonenean eta arlingatik urrunen dagoenean sareak eratzen duen poltsa edo zakua da.

Salabardoa: Markoan sartutako eta makila edo kirten bati lotutako sare txikia. Sarexka baino tamaina handiagokoa.

Sarda: Oro har, espezie bereko arrain-sarda. Batzuetan milaka ale izaten ditu, taldeko diziiplina sendoa izaten dutenak eta formazioan bizi eta aurrera egiten dutenak. Harrapatzaileei aurre egiteko teknikak dituzte eta denak batera mugitzen dira, egungo ezagutzen arabera, guztiz ezagunak ez diren estimuluek gidatuta.

Sardea: Itsasontzi baten aparailua osatzen duen masta oro.

Sardeak: Ababorretik eta istriborretik, ontziaren bi aldamenetan jartzen diren haga luzeak dira. Kazako arrantza egiten denean kanaberen pitak kroskotik bereizteko eta lerroen artean nahastea ekiditeko balio dute. Ingeleseztako izenez ere oso ezagunak dira: "outriggers".

Saregilea: Arrantza-mota desberdinetarako (ingurasarea, tretza, arrastea edo aparailu txikiak) sareak egitea edo konpontzea lanbide duen pertsona, gehienetan emakumea.

Sareratu: Arraina arrantzako sarean preso geratzea.

Soka: Ontziak eramaten dituen soka edo amarrak.

Sotoa: Ontzi barneko konpartimentua da, bizkar azpian egoten dena eta salgaiak edo hornidurak estibatzeke erabiltzen dena.

Takoa: Janari arina eta erraz prestatzekoa.

Tonaje gordina: Bolumen-neurria da, ez pisu-neurria. EGT edo Erregistro Gordineko Tona esaten zaio eta ingelesez GRT (Gross Register Tonnage). Gaur egun GT (Gross Tonnage) esaten zaio. Ontziaren bolumen itxi osoa da. Hor sartzen dira sotoak, deposituak, makina-gelak, egokitzaipena, zubia, biltegiak eta itxita dagoen guztia, hau da, ontzi osoa, tximiniaren hodia izan ezik.

Tretza: Arrantza-aparailu bat da, kordel ama batek eta kordel ama horretatik zintzilikatutako eta amuan amaitutako hainbat mendeko edo potxerak osatutakoa. Hainbat mota eta tamainatakoa izan daiteke. Lan egiten duen zonaren arabera, hondokoa edo gainazalekoa esango zaio. Baita alturakoa, baxurakoa, eta abar ere. Gaur egun badira amurik ez baina beste amarru-mota batzuk dituzten tretzak ere, esaterako, kaiola- edo otarre-tretza, itsaskiak arrantatzeko erabiltzen dena.

Tretzaontzia: Arrantza-aparailutzat tretza erabiltzen duen ontzia.

Txanberga: Hainbat erabileretarako komeni denean, itsasontziaren kanpoalderantz ateratzen den masta luzea.

Txalupa: Arraundun ontzi txikia. Batzuetan motorra jartzen zaio, oro har, karelez kanpokoa.

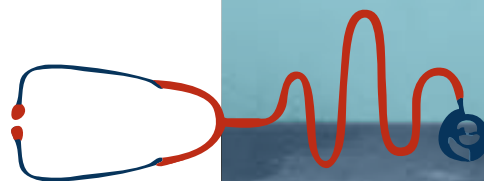
Txikota: Ontziaren puntu finko batean dagoen muturrak finko bihurtzen duen soka-zatia, lanean ari den kalabroteari, kateari edo beste zerbaiti emandako biren bitartez irrist egitea galarazten duena.

Uhala: Soka baten zatia, polea batetik igarota, horizontalean luzatzen dena, itsasgizonek hari helduta tira ahal izateko.

Urtegia: Arrantza-parkeko errezeptakulua, goiko bizkarretik harrapaketak jasotzen dituen.

Zerra: Poltsa bat eratuz ingurasarea ixteko erabiltzen den soka.

Zumitzez eutsi: Zumitzak jartzea fardelak segurtatzeko.



BIBLIOGRAFIA

ARAUDIA

LANEren hitzarmen eta gomendioak

- Osasuna babesteari eta osasun-laguntza emateari (itsasoko jendeari) buruzko 164. hitzarmena. Lanaren Nazioarteko Erakundea.
<http://www.ilo.org/ilolex/cgi-lex/convds.pl?C164>
- C188 Arrantzako lanari buruzko hitzarmena, 2007.
<http://www.ilo.org/ilolex/cgi-lex/singles.pl?query=012007188@ref&chspec=01>
- R199 Arrantzako lanari buruzko gomendioa, 2007.
<http://www.ilo.org/ilolex/cgi-lex/singles.pl?query=022007199@ref&chspec=02>

IMO hitzarmenak

- Itsasoan giza bizitza segurtatzeko nazioarteko hitzarmena, 1974 (SOLAS 1974). Nazioarteko Itsas Erakundea.
http://www.imo.org/KnowledgeCentre/ReferencesAndArchives/HistoryofSOLAS/Documents/SOLAS%201974%20-%20Brief%20History%20-%20List%20of%20amendments%20to%20date%20and%20how%20to%20find%20them.html#Chapter_IV_-_Radiocommunications
- Itsasoan Giza Bizitza Segurtatzeko Nazioarteko Hitzarmenari, 1974koari, 2011n egindako zuzenketak, MSC 317(89) Ebazpenaren bitartez 2011ko maiatzaren 20an Londresen erabakitako zuzenketak.
<http://www.boe.es/boe/dias/2012/12/05/pdfs/BOE-A-2012-14814.pdf>

Erkidegoko araudia

- Batzordearen 498/2007 Erregelamendua (CE), 2007ko martxoaren 26koa, Arrantzaren Europako Funtzari buruzko Kontseiluaren 1198/2006 Erregelamendua aplikatzeko xedapenak ezartzen dituen.
http://europa.eu/legislation_summaries/maritime_affairs_and_fisheries/fisheries_sector_organisation_and_financing/l66041_es.htm
- 1272/2008 (EE) Erregelamendua, Europako Parlamentuarena eta Kontseiluarena, 2008ko abenduaren 16koa, substantzien eta nahasketen sailkapenari, etiketatzeari eta ontziratzeari buruzkoa, eta 67/548/EEE eta 1999/45/EE zuzentarauak aldatu eta indargabetu eta (EE) 1907/2006 Erregelamendua aldatzen duena (Testu egokia EEEn ondorioetarako). L 353 Aldizkari Ofiziala, 2008/12/31koa 0001 – 1355 or.
<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:32008R1272:ES:HTML>
- 92/29/EEE zuzentaraua, Europako Kontseiluarena, 1992ko martxoaren 31koa, ontzietan osasun-laguntza hobea sustatzeko gutxieneko segurtasun- eta osasun-xedapenei buruzkoa. L 113 Aldizkari Ofiziala, 1992/04/31koa 0019 – 0036 or.
<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:31992L0029:es:HTML>
- Kontseiluaren 94/33/EE zuzentaraua, 1994ko ekainaren 22koa, lanean gazteak babesteari buruzkoa. L 216 Aldizkari Ofiziala, 1994/08/20koa 0012 – 0020 or.
<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:31994L0033:ES:HTML>

- 2007/30/EE zuzentaraua, Europako Parlamentuarena eta Kontseiluarena, 2007ko uztailaren 20koa, Kontseiluaren 89/391/EEE zuzentaraua, bere zuzentaru espezifikoa eta Kontseiluaren 83/477/EEE, 91/383/EEE, 92/29/EEE eta 94/33/EE zuzentaruak aldatzen dituen, bere aplikazio praktikoari buruzko txostenak sinplifikatu eta arrazionalizatu ahal izateko. L 165 AO, 2007/6/27koa, 21/24 or.
<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2007:165:0021:01:ES:HTML>
- 92/85/EEE zuzentaraua, Europako Kontseiluarena, 1992ko urriaren 19koa, haurdun dagoen, erditu duen edo edoskitzaroan dagoen langilearen laneko segurtasuna eta osasuna hobetzeko neurriak aplikatzeari buruzkoa (89/391/EEE zuzentaruako 16. artikuluko 1. idatz-zatiaren arabera hamargarren zuzentaru espezifikoa). L 348 Aldizkari Ofiziala, 1992/11/28koa 0001 – 0008 or.
<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:31992L0085:ES:HTML>
- 2013/35/EB zuzentaraua, Europako Parlamentuarena eta Kontseiluarena, 2013ko ekainaren 26koa, langileak agente fisikoen (eremu elektromagnetikoa) ondoriozko arriskuen eraginpean egoteari buruzko gutxieneko osasun- eta segurtasun-xedapenei buruzkoa (89/391/EEE zuzentaruako 1. idatz-zatiko 16. artikuluen arabera hogeigarren zuzentaru espezifikoa), eta 2004/40/EE zuzentaraua indargabetzen duena.
<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2013:179:0001:0021:ES:PDF>

Estatuko eta autonomia-erkidegoetako araudia

- 15/1999 Lege Organikoa, abenduaren 13koa, Datu Pertsonalak Babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1999/12/14/pdfs/A43088-43099.pdf>
- 3/2007 Lege Organikoa, martxoaren 22koa, emakume eta gizonezkoen arteko berdintasun eraginkorrerakoa, emakumeak lanean berdintasun eraginkorra izateko eskubidearen zati gisa esparru horretan neurriak hartzeko premia aurreikusten duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2007/03/23/pdfs/A12611-12645.pdf>
- 14/1986 Legea, apirilaren 25koa, Osasunari buruzko Lege Orokorra.
http://www.boe.es/aeboe/consultas/bases_datos/act.php?id=BOE-A-1986-10499
- 27/1992 Legea, azaroaren 24koa, Estatuko Portuei eta Merkataritzako Ontzidiari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1992/11/25/pdfs/A39953-39984.pdf>
- 31/1995 Legea, azaroaren 8koa, Laneko Arriskuen Prebentzioari buruzkoa.
http://www.boe.es/aeboe/consultas/bases_datos/act.php?id=BOE-A-1995-24292
- 39/1999 Legea, azaroaren 5koa, langileen familiako eta laneko bizitza bateratzea sustatzekoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1999/11/06/pdfs/A38934-38942.pdf>
- 3/2001 Legea, martxoaren 26koa, Estatuko Itsas Arrantzari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/2001/03/28/pdfs/A11509-11532.pdf>
- 1/1994 Legegintzako Errege Dekretua, ekainaren 20koa, Gizarte Segurantzaren Lege Orokorren Testu Bategina onartzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1994/06/29/pdfs/A20658-20708.pdf>

- 1/1995 Legegintzako Errege Dekretua, martxoaren 24koa, Langileen Estatutuaren Legearen testu bategina onartzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1995/03/29/pdfs/A09654-09688.pdf>
- 39/1997 Errege Dekretua, urtarrilaren 17koa, Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duena. 27. BOE, urtarrilaren 31koa.
http://www.boe.es/aeboe/consultas/bases_datos/act.php?id=BOE-A-1997-1853
- 485/1997 Errege Dekretua, apirilaren 14koa, laneko segurtasun eta osasuneko seinaleztapen arloko gutxieneko xedapenei buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/04/23/pdfs/A12911-12918.pdf>
- 487/1997 Errege Dekretua, apirilaren 14koa, langileek bizkarreko eta gerriko lesioak izateko arriskua eragiten duen kargak eskuz manipulatzeari buruzko segurtasun eta osasuneko gutxieneko xedapenei buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/04/23/pdfs/A12926-12928.pdf>
- 664/1997 Errege Dekretua, maiatzaren 12koa, langileak lanean eragile biologikoen eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurka babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/05/24/pdfs/A16100-16111.pdf>
- 665/1997 Errege Dekretua, maiatzaren 12koa, langileak lanean eragile kartzinogenoen eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurka babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/05/24/pdfs/A16111-16115.pdf>
- 773/1997 Errege Dekretua, maiatzaren 30koa, langileek norbera babesteko ekipamenduak erabiltzeari buruzko segurtasun eta osasuneko gutxieneko xedapenei buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/06/12/pdfs/A18000-18017.pdf>
- 1215/1997 Errege Dekretua, uztailaren 18koa, langileek laneko ekipamenduak erabiltzeko segurtasun eta osasuneko gutxieneko xedapenak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/08/07/pdfs/A24063-24070.pdf>
- 1216/1997 Errege Dekretua, uztailaren 18koa, arrantza-ontzietan laneko segurtasun eta osasunaren inguruko gutxieneko baldintzak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1997/08/07/pdfs/A24070-24078.pdf>
- 930/1998 Errege Dekretua, maiatzaren 14koa, Merkataritzako Ontzidiko eta arrantza-sektoreko zenbait lanbideren egokitasun- eta titulazio-baldintza orokorreari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1998/05/26/pdfs/A17313-17317.pdf>
- 439/1998 Errege Dekretua, martxoaren 20koa, urpekaritza profesionalaren arloan Estatuko Administrazioaren funtzioak eta zerbitzuak Kantabriako Autonomia Erkidegoari eskualdatzeari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/1998/04/01/pdfs/A11045-11046.pdf>
- 258/1999 Errege Dekretua, otsailaren 12koa, itsasoko langileen osasunaren babesari eta osun-laguntzari buruzko gutxieneko baldintzak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1999/02/24/pdfs/A07614-07680.pdf>
- 809/1999 Errege Dekretua, maiatzaren 14koa, 98/85/EE Zuzentarauak aldatutako 96/98/EE Zuzentaraia aplikatuta, ontziratutako beharrekiko itsas ekipamenduek bete beharrekiko baldintzak arautzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/1999/05/29/pdfs/A20396-20425.pdf>

- 1032/1999 Errege Dekretua, ekainaren 18koa, 24 metro edo gehiagoko luzera duten arrantza-ontziek bete beharreko segurtasun-arauak xedatzen dituenak.
<http://www.boe.es/boe/dias/1999/07/01/pdfs/A24971-24984.pdf>
- 1837/2000 Errege Dekretua, azaroaren 10ekoa, itsasontzi zibilak ikuskatu eta ziurtatzeko Erregelamendua onartzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2000/11/28/pdfs/A41142-41164.pdf>
- 374/2001 Errege Dekretua, apirilaren 6koa, lanean eragile kimikoen eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurka langileen osasuna eta segurtasuna babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/2001/05/01/pdfs/A15893-15899.pdf>
- 285/2002 Errege Dekretua, martxoaren 22koa, itsasoko lanaldi bereziei buruzko irailaren 21eko 1561/1995 Errege Dekretua aldatzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2002/04/05/pdfs/A13007-13015.pdf>
- 1422/2002 Errege Dekretua, abenduaren 27koa, 24 metro edo gehiagoko luzera duten arrantza-ontziek bete beharreko segurtasun-arauak xedatzen dituen ekainaren 18ko 1032/1999 Errege Dekretua aldatzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2002/12/28/pdfs/A45758-45768.pdf>
- 1277/2003 Errege Dekretua, urriaren 10ekoa, osasun-zentro, -zerbitzu eta -establezimenduen baimenari buruzko oinarri orokorrak xedatzen dituenak.
<http://www.boe.es/boe/dias/2003/10/23/pdfs/A37893-37902.pdf>
- 171/2004 Errege Dekretua, urtarrilaren 30ekoa, Laneko Arriskuen Prebentzioari buruzko azaroaren 8ko 31/1995 Legeko 24. artikulua garatzen duena, enpresa-jardueren koordinazioari dagokionez.
http://www.boe.es/aeboe/consultas/bases_datos/doc.php?id=BOE-A-2004-1848
- 2390/2004 Errege Dekretua, abenduaren 30ekoa, Itsasoko Langileen Gizarte Segurantzako Erregimen Berezian erretiroko pentsioa eragiteko gutxieneko adina murrizteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/2005/01/20/pdfs/A02172-02174.pdf>
- 1311/2005 Errege Dekretua, azaroaren 4koa, bibrazio mekanikoen eraginpean egotearen ondoriozko arriskuen aurrean langileen osasuna eta segurtasuna babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/2005/11/05/pdfs/A36385-36390.pdf>
- 286/2006 Errege Dekretua, martxoaren 10ekoa, zarataren eraginpean egotearekin zerikusia duten arriskuen aurrean langileen osasuna eta segurtasuna babesteari buruzkoa.
<http://www.boe.es/boe/dias/2006/03/11/pdfs/A09842-09848.pdf>
- 1185/2006 Errege Dekretua, urriaren 16koa, Espainiako ontzi zibiletako itsasoko irrati-komunikazioak arautzen dituen Erregelamendua onartzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2006/11/01/pdfs/A37906-37944.pdf>
- 1299/2006 Errege Dekretua, azaroaren 10ekoa, Gizarte Segurantzaren sisteman gaixotasun profesionalen taula onartzen duena eta hura jakinarazteko eta erregistratzeko irizpideak xedatzen dituenak.
<http://www.boe.es/boe/dias/2006/12/19/pdfs/A44487-44546.pdf>

- 543/2007 EDk, apirilaren 27koak, 24 metro baino gutxiagoko luzerako (L) itsasontziek kutsaduraren inguruan bete beharreko segurtasun- eta prebentzio-arauak finkatzen dituenak, honako arrantza-ontzi hauek definitzen ditu, hain zuzen ere, “Arrantza-ontzietako laneko gutxieneko segurtasun- eta osasun-xedapenei” buruzko uztailaren 18ko 1216/97 EDri aplikatu beharreko Laneko Arriskuen Ebaluazio eta Prebentziorako Gida Teknikoak jasotzen dituenak.
<http://www.boe.es/boe/dias/2007/06/01/pdfs/A23806-23891.pdf>
- 1311/2007 Errege Dekretua, urriaren 5ekoa, Itsasoko Langileen Gizarte Segurantzaren Erregimen Bereziko erretiro pentsioa finkatzeko irizpide berriak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2007/10/24/pdfs/A43260-43262.pdf>
- 1519/2007 Errege Dekretua, azaroaren 16koa, arrantza-ontzietan marinel jarduera profesionalean jarduteko gutxieneko ezagutzak eta baldintzak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2007/12/04/pdfs/A49936-49939.pdf>
- 1696/2007 Errege Dekretua, itsasoratu aurreko osasun-azterketak arautzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2007/12/31/pdfs/A53975-53985.pdf>
- 1644/2008 Errege Dekretua, urriaren 10ekoa, makinak merkaturatzeko eta martxan jartzeko arauak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2008/10/11/pdfs/A40995-41030.pdf>
- 298/2009 Errege Dekretua, martxoaren 6koa, Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duen urtarrilaren 17ko 39/1997 Errege Dekretua aldatzen duena, haurdun dagoen, erditu duen edo edoskitzaroan dagoen langilearen laneko segurtasuna eta osasuna hobetzeko neurriak aplikatzeari dagokionez.
<http://www.boe.es/boe/dias/2009/03/07/pdfs/BOE-A-2009-3905.pdf>
- 973/2009 Errege Dekretua, ekainaren 12koa, Merkataritzako Ontzidiko titulazio profesionalak arautzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2009/07/02/pdfs/BOE-A-2009-10900.pdf>
- 337/2010 Errege Dekretua, martxoaren 19koa, honako hauek aldatzen dituena: 39/1997 Errege Dekretua, urtarrilaren 17koa, Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duena; 1109/2007 Errege Dekretua, abuztuaren 24koa, eraikuntza-sektorean azpikontratazioa arautzen duen urriaren 18ko 32/2006 Legea garatzen duena; eta 1627/1997 Errege Dekretua, urriaren 24koa, eraikuntza-obretan segurtasuneko eta osasuneko gutxieneko baldintzak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2010/03/19/pdfs/BOE-A-2010-4765.pdf>
- Bestalde, Itsasoko Gizarte Institutuaren egitura eta funtzioei buruzko apirilaren 8ko 504/2011 Errege Dekretuak itsasoko langileen osasun-laguntza esleitzen dio erakunde horri, ontzian nahiz atzerrian. Baita ontziko botikinen ikuskapena eta kontrola eta itsasoko langileen osasun-prestakuntza ere.
<http://www.boe.es/boe/dias/2011/05/12/pdfs/BOE-A-2011-8282.pdf>
- 843/2011 Errege Dekretua, ekainaren 17koa, prebentzio-zerbitzuen osasun-jarduera garatzeko baliabideen antolamenduari buruzko oinarritzako irizpideak xedatzen dituena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2011/07/04/pdfs/BOE-A-2011-11428.pdf>
- 884/2011 Errege Dekretua, ekainaren 24koa, arrantza-ontzietan marinel jarduera profesionalean jarduteko gutxieneko ezagutzak eta baldintzak xedatzen dituen azaroaren 16ko 1519/2007 Errege Dekretua aldatzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2011/06/30/pdfs/BOE-A-2011-11219.pdf>

- 885/2011 Errege Dekretua, ekainaren 24koa, Lanbide Kualifikazioen Katalogo Nazionala osatzen duena, Itsas Arrantzako Lanbide Arloko sei lanbide-kualifikazio ezarrita, eta otsailaren 20ko 295/2004 Errege Dekretuan, uztailaren 11ko 1179/2008 Errege Dekretuan, eta otsailaren 6ko 101/2009 Errege Dekretuan xedatutako zenbait lanbide-kualifikazio eguneratzen dituen.
<http://www.boe.es/boe/dias/2011/07/13/pdfs/BOE-A-2011-12070.pdf>
- 1033/2011 Errege Dekretua, uztailaren 15ekoa, Lanbide Kualifikazioen Katalogo Nazionala osatzen duena, Itsas Arrantzako Lanbide Arloko sei lanbide-kualifikazio ezarrita.
<http://www.boe.es/boe/dias/2011/08/04/pdfs/BOE-A-2011-13390.pdf>
- 1696/2012 Errege Dekretua, abenduaren 21ekoa, arrantza-ontzietako laneko gutxieneko segurtasun- eta osasun-xedapenak xedatzen dituen uztailaren 18ko 1216/1997 Errege Dekretuko 2. artikuluko 6. idatz-zatian jasotako definizioa aldatzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2012/12/22/pdfs/BOE-A-2012-15472.pdf>
- SCO/1526/2005 Agindua, maiatzaren 5ekoa, Laneko Medikuntza espezialitatearen prestakuntza-programa onartu eta argitaratzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2005/05/28/pdfs/A18091-18100.pdf>
- TAS/1/2007 Agindua, urtarrilaren 2koa, gaixotasun profesionaleko parte-eredua ezartzen duena, parte-eredua egiteko eta transmititzeko arauak xedatzen dituen eta datu pertsonalen fitxategia sortzen duena.
<http://www.boe.es/boe/dias/2007/01/04/pdfs/A00482-00487.pdf>
- TIN/2504/2010 Agindua, irailaren 20koa, Prebentzio Zerbitzuen Araudia onartzen duen urtarrilaren 17ko 39/1997 Errege Dekretua garatzen duena, prebentzio-zerbitzu gisa, prebentzio-jardueren memoria gisa eta enpresen prebentzio-sistemaren auditoria-jarduera egiteko baimen gisa espezializatutako erakundeak akreditatzeari dagokionez.
<http://www.boe.es/boe/dias/2010/09/28/pdfs/BOE-A-2010-14843.pdf>
- ARM/1753/2011 Agindua, ekainaren 22koa, ekialdeko Atlantikoko eta Mediterraneoko hegala-bururen arrantza arautzen duena arrantza-ontzietako laneko gutxieneko segurtasun- eta osasun-xedapenetan.
<http://www.boe.es/boe/dias/2011/06/25/pdfs/BOE-A-2011-11007.pdf>
- ESS/229/2012 Agindua, otsailaren 9koa, Itsasoko Erregimen Bereziko bigarren eta hirugarren taldeetako langileen Gizarte Segurantzako 2012rako kotizazio-oinarriak xedatzen dituen.
<http://www.boe.es/boe/dias/2012/02/13/pdfs/BOE-A-2012-2149.pdf>
- 1991ko urtarrilaren 15eko ebazpena, Idazkaritza Nagusi Teknikoarena, Estatuko Administrazioak Nazioarteko Itunen arloan duen jardueraren antolamenduari buruzko 801/1972 Dekretuko 32. artikulua aplikatzeari buruzkoa.
http://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-1991-1613

BIBLIOGRAFIA

- *10 porqués para una salud y seguridad laboral con perspectiva de género*. Kataluniako Generalitatea Departament de Treball. Bartzelona, 2010eko urria.
http://www.redunidadesdeigualdad.udl.cat/fileadmin/Recursos/PRL/10XQ_Genere_cast.pdf
- Benavides FG, Ruiz Frutos C, García García AM. 1997. *Salud laboral. Conceptos y técnicas para la prevención de riesgos laborales*. Bartzelona: Masson.
- Blasco A. 1998. *Concepto, fuentes y alcance del Derecho a la Seguridad y Salud en el Trabajo*. Santander: Kantabriako Gobernua, Industria, Turismo, Lan eta Komunikazio Kontseilaritza.
- Eiroa del Río F. 2002. *La pesca profesional y su técnica*. Santiago: Galiziako Xunta.
- Eklöf, B., Rutherford, R.B., Bergan, J.J., Carpentier, P.H., Gloviczki, P., Kistner, R.L. et al.; American Venous Forum International Ad Hoc Committee for Revision of the CEAP Classification. "Revision of the CEAP classification for chronic venous disorders: consensus statement". *Journal of Vascular Surgery*, 2004, 40: 1248-1252.
- LANEren entziklopedia.
<http://www.insht.es/portal/site/Insht/menuitem.1f1a3bc79ab34c578c2e8884060961ca/?vgnextoid=a981ceffc39a5110VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD&vgnnextchannel=9f164a7f8a65110VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD>
- Esteban Buedo, V., García Gómez, M., Gallo Fernández, M., Guzmán Fernández, A. 2004. *Libro Blanco de la vigilancia de la salud para la prevención de riesgos laborales*. Madril: Osasun eta Kontsumo Ministerioa; 2004.
<http://www.msc.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/docs/portadaLibroBlanco.pdf>
- Esteban Buedo, V., Santolaria Bartolomé, E., de Motta Martínez, M.J., Escolano Puig, M. (koord.) 2005. *Empresas Generadoras de Salud*. Valentzia: Valentziako Generalitatea.
http://biblioteca.sp.san.gva.es/biblioteca/publicaciones/MATERIAL/PUBLICACIONES/SER_SL/ASE/EGS/EGS_CASTELLANO.PDF
- Laneko Segurtasun eta Osasunari buruzko Espainiako Estrategia, 2007ko ekainaren 29an Ministro Kontseiluak onartutakoa.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Instituto/Estrategia_Seguridad_Salud/estrategia_2007_2012.pdf.Actualizado%20Junio%202011.pdf
- FDN-26. "Arrantza-ontziak. Segurtasunari eta osasunari buruzko araudi nazionala" – LSHIN. 2011. urtea.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/Publicaciones%20y%20documentacion/Divulgacion_Normativa/fdn_26.pdf
- FDN-27. Arrantza-ontziak. Segurtasunari eta osasunari buruzko araudi nazionala – LSHIN. 2013. urtea.
<http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TEXTOS%20LEGALES/FDN/Ficheros/FDN%2027.pdf>
- García Gómez, M., Esteban Buedo, V., Gallo Fernández, M., Guzmán Fernández, A. "Hamar urte langileen osasuna zaintzen". *La Mutua aldizkaria*, 2006, 14. alea, 9-29 or.
http://www.fraternidad.com/descargas/FM-REVLN-14-2_4_Diez_años_de_vigilancia_de_la_salud_de_los_trabajadores.pdf

- Gil Hernández F. 2005. *Tratado de Medicina del Trabajo*. Bartzelona: Masson.
- González Rodríguez, M.M., García Puente, N.E. 2004. *NTP 625: Riesgos biológicos en la pesca marítima*. Madril: LSHIN.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_625.pdf
- *Guia de bona praxi per a la vigilància de la salut mental relacionada amb els factors de risc psicosocial*. Kataluniako Generalitatea. Departament de Salut. Direcció General de Salut Pública.
<http://www.gencat.cat/salut/depsalut/html/ca/dir2143/riscpsicocompl2010.pdf>
- *Guía para la vigilancia de la salud de los trabajadores de hostelería*. Valentziako Generalitatea. Conselleria de Sanitat. Valentzia 2010.
<http://publicaciones.san.gva.es/publicaciones/documentos/V1546-2010.pdf>
- *Guía sanitaria a bordo*. Madril: Laneko eta Gizarte Gaietarako Ministerioa. 1995.
http://www.seg-social.es/Internet_1/Lanzadera/index.htm?URL=70
- Kortum, E., Olukoya, A. 2011. *Gender, work and health*. Geneva: World Health Organization.
http://whqlibdoc.who.int/publications/2011/9789241501729_eng.pdf
- LaDou J. 2005. *Diagnóstico y tratamiento en medicina laboral y ambiental*. Mexiko: Eskuliburu Modernoa.
- Osasun, Gizarte Politika eta Berdintasun Ministerioa. *Protocolos de vigilancia sanitaria específica de los trabajadores*.
<http://www.msps.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/saludLaboral/vigiTrabajadores/protocolos.htm>
- Lan eta Immigrazio Ministerioa. Gizarte Segurantzaren. *Maternidad, Paternidad, Riesgo durante el embarazo y Riesgo durante la lactancia natural*.
<http://www.seg-social.es/prdi00/groups/public/documents/binario/100442.pdf>
- Morales Cuenca, G., Moreno Egea, A., Aguayo Albasini, J.L. "Zirujau orokorrak barizeen kirurgiaren aurrean". *Cirugía Española*, 2009, 85(4): 205-213.
http://www.aecirujanos.es/revisiones_cirugia/2009/Abril2_2009.pdf
- OHSAS 18001 (Occupational Health and Safety Assessment Series): Specifications for OH&S Management Systems.
- OHSAS 18002: Guidance for OH&S Management Systems.
- Lanaren Nazioarteko Erakundea, 2011. *Manual para la mejora de las condiciones de vida y de trabajo a bordo de los buques pesqueros*.
http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_dialogue/---sector/documents/publication/wcms_162324.pdf
- Euskal Autonomia Erkidegoko Arrantza Sektorean Laneko Arriskuen Prebentziorako Plan Integrala. Arriskuen Identifikazioak eta Ebaluazioak.
<http://www.itsaspreben.com/index.php?idioma=es&seccion=5&ctipo=2&contenido=210>
- Porter, J.M., Moneta, G.L.; International Consensus Committee on Chronic Venous Disease. "Reporting standards in venous disease: an update". *Journal of Vascular Surgery*, 1995, 21: 634-45.
- Laneko osasunaren sustapena eta kalitatearen ebaluazioa.
<http://www.enwhp.org/>

- Rodríguez Arribe JA. Vixía Plana. Itsasoko Gizarte Institutuaren MAR aldizkariaren 457. zk.; 32, 33.
- Rodríguez Arribe JA. "Prebentzioaren kudeaketa arrantza-ontzietan. Etapa baten hasiera". *AETINAPE*, 2007ko martxoa.
- Rodríguez Arribe, J.A. "Prebentzioaren kontzientzia". *Area e Mar*, Pontevedrako Arrantzale Kofradien Federazio Probintzialaren aldizkaria, 2007ko iraila, 34-37 or.
- Rodríguez Arribe JA. "Vixía Plana". Itsasoko Gizarte Institutuaren MAR aldizkariaren 2007ko 457. zk., 32-33 or.
- Rodríguez Arribe, J.A. "Prebentzioa ontziko segurtasuna". *Industrias Pesqueras*, 2008, 1942. zk., 37 or.
- Rodríguez Arribe JA. "Arraina uretan bezala". *Asturias Prevención*, Laneko Arriskuen Prebentzioko Asturiasko Institutuaren aldizkariaren 2009ko 14. zk.; 16-22 or.
- Rodríguez Arribe JA. "Vixía plana, Galiziako administrazioak arrantza-sektorean LAPren alde egin duen apustu sendoa". *Riesgo Laboral* aldizkariaren 2009ko 27. zk.; 22-25 or.
- Serra, C, Garcia-Gomez, M. "Osasunaren zaintza indibiduala". Benavides, FG, Ruiz, C, Garcia, AM. *Salud Laboral. Conceptos y técnicas para la prevención de riesgos laborales*. Bartzelona: Masson; 2000. 237-249 or.
- Solé Gómez, M.D. *NTP 639: La promoción de la salud en el trabajo: cuestionario para la evaluación de la calidad*. LBZN-LSHIN.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_639.pdf
- Solé Gómez, M.D. *NTP 915: Embarazo, lactancia y trabajo: vigilancia de la salud*. LBZN-LSHIN.
<http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/NTP/NTP/Ficheros/891a925/915w.pdf>
- Solé Gómez MD. "La promoción de la salud en el trabajo: ¿utopía o necesidad?". LBZN-LSHIN
<http://www.estrucplan.com.ar/Articulos/verarticulo.asp?IDArticulo=816>
- Solé Gómez, M.D. et al. 2011. *Directrices para la evaluación de riesgos y protección de la maternidad en el trabajo*. Bartzelona: LBZN-LSHIN.
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Instituto/Noticias/Noticias_INSHT/2011/ficheros/2011_11_23_DIR_MATER.pdf
- Vicente, MT, Ramírez, MV, Murcia, JJ. 2008. *Medicina del trabajo. Protocolos y práctica de actuación*. Lettera argitalpenak.
- Vogel, L. 2003. *La salud de la mujer trabajadora en Europa. Desigualdades no reconocidas*. Brusela: Bureau Technique Syndical Européen pour la Santé et la Sécurité.
<http://www.istas.net/web/abreenlace.asp?idenlace=2597>

KONTSULTATUTAKO BESTE ITURRI BATZUK

- http://www.seg-social.es/prdi00/idcplg?IdcService=GET_FILE&dID=83672&Rendition=Web
- http://www.marm.es/es/estadistica/temas/estadisticas-pesqueras/2009_04_Caracteristicas_tecnicas_tcm7-51486.xls
- http://www.seg-social.es/Internet_1/Estadistica/Est/Observatorio_de_las_Enfermedades_Profesionales/index.htm
- <http://www.mtin.es/es/estadisticas/index.htm>
- <http://www.seg-social.es/prdi00/groups/public/documents/binario/141887.pdf>
- <http://www.insht.es/portal/site/Insht/VAPCOOKIE=ycQmTRJfSnZn4lsD9YJZPIVWgJmGY3J5pnJLLHITm9X4zITr9Kh51995412821!-2063770658>
- <http://www.msps.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/saludLaboral/vigiTrabajadores/protocolos.htm>
- http://www.issga.es/html/public/campanas_detalle.php?campana=16
- <http://www.osalan.euskadi.net/s94-osalan/es/>
- <http://iapr1.asturias.es/es/>
- <http://icasst.es/>
- <http://www.itsaspreben.com/>
- <http://www.portalreach.info/clp/>
- <http://www.msps.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/saludLaboral/home.htm>
- <http://www.granpesca.com/diccionario/z.htm>
- <http://www.ginasthma.org/>
- <http://www.fisterra.com/>
- <http://www.ilo.org/global/lang--es/index.htm>
- <http://www.cdc.gov/spanish/niosh/>
- http://www.pesca2.com/productos/escaparate.cfm?id_emp=1071306763
- <http://www.arvi.org/index.html>
- <http://www.worldfishing.net/news101/industry-news/opagacagac-and-issf-sign-deal-to-collaborate-on-better-fishing-practices>
- <http://www.magrama.gob.es/es/pesca/temas/la-pesca-en-espana/mapa-de-zonas-de-pesca/>
- <http://www.fnep.eu/>
- <http://www.anabac.org/index.php/es/asociados/inpesca>
- http://www.seg-social.es/Internet_1/Trabajadores/Afiliacion/RegimenesQuieneslos10548/RegimenEspecialdeTr32840/index.htm
- <http://www.fao.org/docrep/004/X9656S/x9656s05.htm#bm05.2>
- <http://eur-lex.europa.eu/es/consleg/latest/chap04.htm>
- http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_dialogue/---sector/documents/publication/wcms_162324.pdf