



ARRANTZA
SEKTOREAN
OSASUNA
ZAINTZEKO
GIDA
2. ZATIA



**Instituto Galego
de Seguridade
e Saúde Laboral**

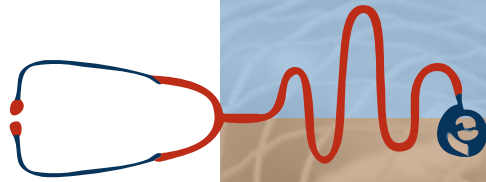
INSTITUTO ASTURIANO DE
PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



Instituto Cántabro
DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



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



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:

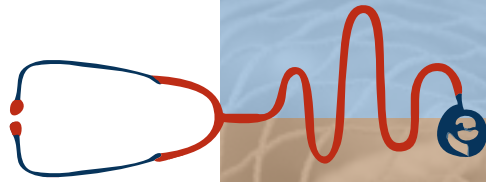
José Rega Piñeiro. Prebentzioko teknikaria. ISSGA – Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral.

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 esanguratsuenaren euren arteko antzekotasunak dira. Xede horrekin, teknikari eta sendagileen diziplina anitzeko 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 espezifikoaren 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 erauzketatresnak 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 ezkoek 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, norik 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 espezifikoarekin 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.

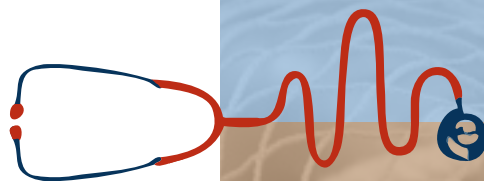
Fitxa horiek egiteko Laneko Segurtasun eta Higieneko Institutu Nazionalak 2011n argitaratutako *Laneko arriskuak ebaluatzeko eta lanean amatasuna babesteko jarraibideak* izeneko lanean jasotakoak egokitu dira; eta haurdunaldian eta edoskitzaroan osasunaren zaintza egiteko moduari dagokionez, 915 Prebentzioko

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

Osasun-miaketakoko 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, ordezkari-organoen emakumeek presentzia txikia izateak, aitorten 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 luzeak, mugimendu errepikatutakoak, kargak manipulatuak 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 haurdunaldiगतिको 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 trakzio mekanikoko itsaski-bilketan, aldiz, arrantza-tresna ontziak eramaten du arrastan. Draga eta kakoa dira gehien erabiltzen diren arrantza-tresnak. Egurrezko helduleku bat eta metalezko hagatxoak

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, igitaiak, 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-biltzailearen 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 jarduera da. Galizian emandako baimenei buruzko datuak hartzen baditugu erreferentziatzat, jarduera 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 jarduera da. Jardueran diharduten langileen % 57k 50 urtetik gora du eta % 83,8, berriz, 41 urtetik gorakoak dira.

Honako hauek dira jarduera honetako lan-modalitate aipagarrienak:

- Hondartzako oinezko itsaski-bilketa (marea arteko zona; "lehorrean" esaten zaiona).
- Ur barruko itsaski-bilketa (bularreraino 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 gizonetzko 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 harritsueta 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” elkarrekin egon ohi dira. Elkarteko gobernu-organismoek erabakitzen dute lanera joan daitekeen ala ez. Elkarrekin ez badago, “percebeiroek” bereaiek 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 -aparailuak 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 jostorrazak, mailuak eta mozteko tresnak.

Neskatilak

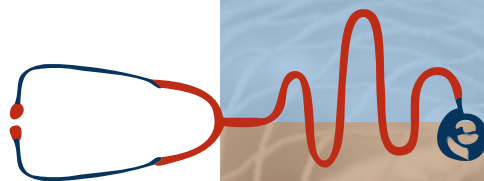
Euskal Herrian neskatila esaten zaio portura deskargatzera iristen diren ontziei harrera egiteaz, salgaiak eramateaz eta saltzeaz arduratzen den emakumeari. Arrantzaleek itsaso zabalera abiatzeko behar dituzten janarien horniduraz ere arduratzen da. Oro har, marinelen familiakoek osatutako kolektiboa 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 espezifikoaren 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, ontziratutako gabe sektorean lan egiten duten pertsona asko daude. Pertsona horietako batzuk ontziratutako jardueraren laguntzaileetan aritzen dira eta beste asko ontziratutako premiarik ez duen itsaski-billetan.

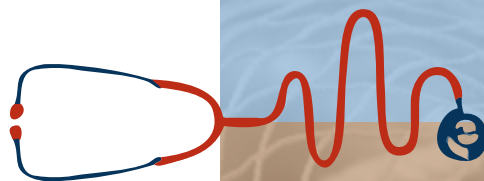
Arrantza-sektorean, ontziratzen diren pertsonak ezinbestekoa dute euren laneko zereginak betetzeko gaikuntza lortzea. Gaikuntza hori lortzeko aurretiko eta aldizkako osasun-azterketak gaintu behar dira, ontziratzen ez diren pertsonak egiten ez dituztenak. Osasun-azterketa bat egitea osasuna zaintzearen 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 lezaketan 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 ordainsariatik 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 espezifikoak 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

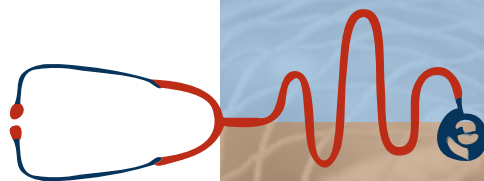
HELBURUAK

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 ezagutzan 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.

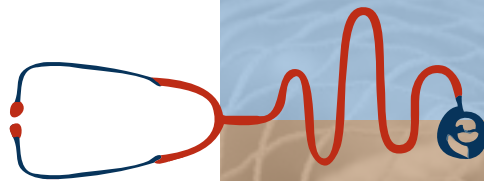
Arriskua lokalizatzeko aukera ematen duen tresna bat eskaintzen du, arrisku hori ezagutu eta neurtu ahal izateko. Horrela egiteak gidaren erabiltzaileari **zorrotasun** handiagoa ematen diola uste da.

Deskribatutako edozein arrisku mehatxu bihur daitekeela pentsatzetik hasita eta bere tamaina kontuan izan gabe, kasu bakoitzean **osasuna zaintzeko** zer protokolo aplika daitezkeen 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 erabakitzeke, 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 espezifikokoak. Oinez.
	Baliabide espezifikokoak. Urperatze bidezko itsaski-bilketa.
	Baliabide espezifikokoak. 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 Higieneko 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 aplikatu 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 ezagutzan 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 elkartzea 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 betebeharririk 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 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 lagin-kaxak erakusketa-eremura eramateko azpizereginak).

Lanaren zati hori egiteko orduan jarduera bakoitzeko faseak, zereginak eta azpizereginak ahal den neurrian homogeneousatu 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 pertsonak egiten dute eta laneko fase bakoitzeko zereginak eta azpizereginak langileek burutzen dituzte euren lanbide-espezializazioaren arabera. Dena den, lan asko espezializazio desberdineko pertsonak egin ditzakete. Beste batzuk, aldiz, esklusiboak 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 espezifikoa 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 aldamen batzuk egin dira kode horiek gidaren errealitate egokitzeko, item batzuk banatuz eta beste batzuk gehituz egoera hobeto definitu ahal izateko.

Arriskuena 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	Hezetan 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 biziak eraginpeko 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 manipulatuak
27	Arrisku psikosozialak
28	Itsasora erortzea
29	OS- oso sentikorak
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 xehatua dago oinarrituta, fase, zeregin, azpizeregin eta arriskuen matrizeetatik ondorioztatzen den bezala, eta langileen osasunaren zaintza indibidualean 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 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 gehienengatik sor litezkeen jakineko 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 ebaluatzeko eta lanean amatasuna babesteko jarraibideak* izeneko lanean jasotakoak egokitu dira.

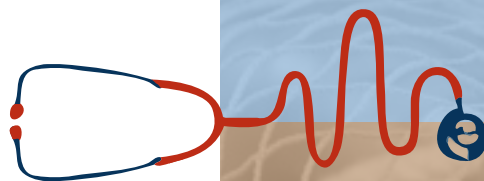
Haurdun dagoen, erditu berria den edo edoskitzaroan dagoen emakumearen kasuan, Gidaren lehen zatian hainbat taula jaso ziren, arriskuen ebaluazioan alderdi hori txertatzen laguntzen dutenak eta laneko medikuari erabakiak hartzeko aukera ematen diotenak: lanpostura egokitzea (lan-baldintzak edo laneko 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-haztegiako 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 sartzen 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 jokatzeke 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 txikiak 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 makineta operadore gisa, lan teknikoetan eta artisautza, eraikuntza, garraioa, erauzketa-industria eta horrelako sektoreetan egiten dute lan.

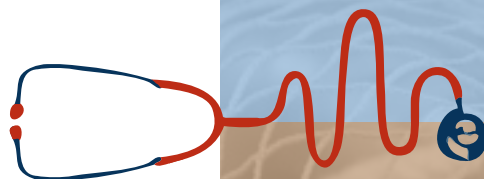
Lan-baldintzei buruzko Europako azken inkestek agerian uzten dute emakumeek proportzio handiagan egiten dituztela lan monotonoak, soldata txikiagoa jasotzen dutela, euren lanaren plangintzan parte hartzeko aukera gutxiago dituztela eta gizonezkoek baino lanbide-sustapenerako aukera gutxiago dituztela; 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 errepikakorrekin eta agente kimiko eta biologikoen eraginpean egotearekin zerikusia dutenak dira arrisku ohikoenak; batik bat gizonezkoek egindako lanetan, berriz, segurtasunarekin eta pisu handiko objektuak manipulatzearrekin zerikusia duten arriskuak dira ohikoenak. Hori da emakumeen artean muskulu eta hezurrei eragiten dien patologia ugari izatearen arrazoietakoa 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 etxeoandreek baino osasun-egoera hobea dutela, baina onura hori murriztu egiten da, emakumeek, etxetik kanpo lan egiteaz gain, etxeo 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, gizonezkoek laneko arriskuen eraginpean gehiago daudela uste da eta emakumeek lan "seguruagoak" egiten dituztela. Horren ondorioz, emakume gehienen 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 sentikorren 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 ernaldu edo blastozitoaren ernalketari eta ezarpenari, enbrioiaren, fetuaren eta bularreko haurraren hazkundeari eta garapenari eta amaren esne-produkzioari eragin diezaiekete. Agente horien eraginak sortze aurreko etapan, 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 haurraren 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 sentikorak 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:

- Erreproduzioari 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 ostearrekin 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 dituena; 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 errepikakorrik egitea eskatzen duten lanetatik urruntzea gomendatzen da.

Osasunaren zaintzaren helburuak

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

1. Haurdun dauden, erditu berriak diren edo edoskitzaroan dauden langileen identifikazioa.
2. Arrisku gehigarri eta aldizkako 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 ZAINZAKO ELEMENTU NAGUSIAK HAURDUNALDIAN, ERDITZEA GERTATU BERRITAN ETA EDOSKITZAROAN.

OSASUNAREN ZAINZAREN ELEMENTU NAGUSIAK	
HELBURUAK	BISITA MEDIKUEN EDUKIA
<ul style="list-style-type: none"> • Arrisku-faktore espezifikoen analisia arriskuen ebaluazioan. • Emakume langile oso sentikorren 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. 	<p>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.</p>
<p>BISITA MEDIKOEN PERIODIKOTASUNA</p> <p>Laneko medikuak proposatuko dio emakume langileari, arriskuen ebaluazioaren arabera, norbanakoaren ezaugarrien arabera eta egoeraren eboluzioaren arabera, zaintza medikoaren periodikotasuna. Gutxienez, honako une hauetan egitea gomendatzen da:</p>	<p>Lehen bisita</p> <p>Behin emakume langilearen baimen informatua lortutakoan zaintza medikoa egiteko eta bere lanpostuko arriskuen azken ebaluazioa berrikusita, honako hauek egingo dira:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 egokitzen jotzen diren beste miaketa batzuk.
<p>Lehena</p> <p>Unea: Emakume langileak bere egoeraren susmoa edo baieztapena jakinarazten duen unean, plangintzaren aurretik.</p> <p>Helburuak:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Emakume langile oso sentikorrek identifikatzea. • Arriskuei eta hartu beharreko neurriei buruz informatzea. • Enpresaren politikari eta haren eskura jarritako balibideei buruz informatzea. • Bere premiak ebaluatzea. • Prebentziozko neurriak proposatzea. • Aholku indibiduala. 	
<p>Segidakoak</p> <p>Unea: Haurdunaldian lehen bisitaren ondorengo bi bisita mediko antola litezke: lehen lauhilekoaren bukaeran bat eta hirugarren hiruhilekoan bestea.</p> <p>Edoskitzaroan, bigarren bisita lanean berriro hasi eta hilabetera egin liteke. Portaeraren alterazioa, alterazio funtzionalak edo haur-minbizia detektatzeko elkarrizketa gehigarri bat edo bi egin beharko liriteke jai ondorengo 3-5 urteetan.</p> <p>Helburuak:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lan-baldintzek eragin edo larriagotutakoa izan litekeen emakume langilearen, fetuaren, bularreko haurraren edo umearen osasunaren edozein gorabehera edo alterazio garaiz detektatzea. • Premiak ebaluatzea. • Emakume langilea gogobetetzea hartutako neurriekiko eta horien eraginkortasunarekiko. • Prebentziozko neurriak proposatzea edo daudenak hobetzea. • Osasunerako heziketa. 	<p>Segidakoak eta zirkunstantzialak</p> <p>Zaintzaren zatirik garrantzitsuenak emakume langileari egingo zaion elkarrizketa izango da, azterketa-motaren arabera eta egiten den unearen arabera, honako hauen berri jakiteko:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lan-baldintzek eragin edo larriagotu dituzten alterazio posibleak. • Bere egoeraren eboluzioarekin edo laneko aldaketekin • Zaintzen duen medikuak emandako informazioaren berrikuspena eta oharpena. • Martxan jarritako prebentziozko neurriekiko gogobetetasuna. • Aholku indibiduala. • Eratorritako sentikortasun berezia edo aurretiko anamnesiagatikoa detektatzeko beharrezkotzat jotzen diren miaketak.
	<p>BISITA MEDIKOETAKO DATUEN ANALISIA</p>
	<p>Arrisku-faktore berrien susmoa</p> <p>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.</p> <p>Prebentzio-zerbitzuak uneoro eguneratu behar du ugalketak enpresan dituen arriskuei buruzko informazioa.</p>

Zirkunstantziala		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 ebaluatzeke adierazleak ezarriko dira.
		OHARRAK	
		Ikuspegi indibidualetik, amatasunaren babesak arriskuen ebaluazio orokor eta gehigarrien azterketa xehatua, emakume langilearen ezaugarri indibidualetan eta haurdunaldiaren, erditze ostean 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 analisisian oinarrituko da amatasunaren babesa.	

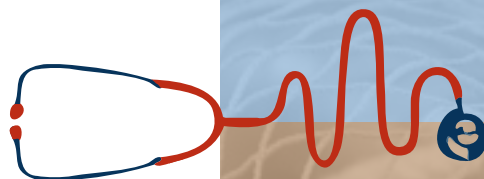
Iturria: NTP 915. Haurdunaldia, edoskitzea eta lana: osasunaren zaintza. LSHIN 2011.

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:	<ul style="list-style-type: none"> a) Talkak, bibrazioak edo mugimenduak. b) Arriskuak sor ditzaketen karga astunak eskuz manipulatzea, 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 terapeutikoez 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:	<ul style="list-style-type: none"> 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 antimiotikoak. 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.	
1. 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.	
1. 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 profesionalak ez dituzte ondo ezagutzen lanbide horren arriskuak eta patologiak. Ezjakintasun hori azaldu dezaketen arrazoietakoa 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 profesionalak, 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 profesionalerako 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 gogoratzea komeni da, hau da, osasun-azterketak egin ondoren, langileen osasunaren zaintza definitzen duten laneko arriskuen prebentziora bideratutako norbanako nahiz kolektiboek 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 bario ingurune dentsuagoa da.
- Presioa handiagoa da.
- Baldintza termohigrometrikoko 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-lurrinak 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-inguruneko 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 Larruzalpeko enfisema.
- o Arteriako gas-enbolia (AGE): airea odol-uharreen sartu eta arteria ixtea, garunaren ezkerreko hemisferioari eragin eta eskuin aldean hemiplejiak eta hemiparesiak sortzen dituena.

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, deskonpresio-fase horrek motela izan behar du (urperaketaren profilararen arabera deskonpresio-geldialdiak egiten dira sakonera jakin batzuetan eta denbora jakin batean), bestela nitrogenu-burbuilak sortzen baitira, odol-hodiak butxatzen dituztenak.

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

Alterazio neurologikoa edo deskonpresio-gaixotasun kronikoa

“Urpekari eroaren sindromea” izeneko alterazioa lanean urte asko daramatzaten eta sakonera handiko urperaketa ugari 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 dituena: takikardia, aurpegiko muskuluen nahigabeko mugimenduak, bertigoa, 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 % 0,5koa 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 deskompresio-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-lurrunik

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 (armiarma), eskorpenidoak (krabarroka, krabarroka beltza) eta milobatoideoak (bastanga, arraia).

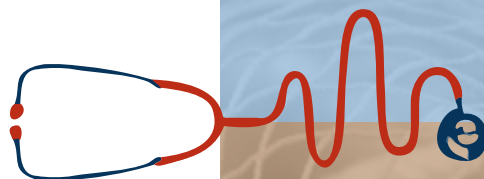
Hozkadengatiko lesioak

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

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	Harrapaketa-eremura ibilgailuz lekualdatzea	x												x																																							
		Harrapaketa-eremura edo hondartzara oinez hurbiltzea	x	x	x				x	x																																												
(Triku, algak, datila / datil handia, poliketokak)	Eskuz harrapatzea	Hornidurak eskuz garraiatzea	x	x	x		x		x	x																																												
		Harrietan ibiltzea	x	x	x				x	x																																												
Harrapaketa	Desplazamendua	Bizi-lerroari lotzea	x	x	x																																																	
		Triku eskuarearekin biltzea	x	x	x																																																	
		Triku eskularrekin biltzea	x	x	x																																																	
		Trikuak truelean sartzea	x	x	x																																																	
		Algak igitarekin biltzea	x	x	x																																																	
		Algak ganibetarekin biltzea	x	x	x																																																	
		Algak eskuarearekin biltzea	x	x	x																																																	
		Algak truelean sartzea	x	x	x																																																	
		Bilketaren eremuen artean igerian igarotzea	x	x	x																																																	
		Harrapaketak harrietatik jasotzea	x	x	x																																																	
		Datila/datil handia hiru hortzekoekin harrapatzea	x																																																			
		Mekanikoki harrapatzea (algak)																																																				
		Harrapaketa	Desplazamendua	Palarekin edo traktorearekin biltzea	x																																																	
				Kamioia kargatzea	x	x	x																																															
Lehortzeko eremura kamioian garraiatzea	x																																																					
Kamioia deskargatzea	x			x	x																																																	
Lehortzeko tiraketa	x			x	x																																																	
Paketatzea	x																																																					
Harrapaketa	Desplazamendua	Harrapaketa-eremutik oinez alde egitea	x	x	x																																																	
		Harrapaketak eta hornidurak eskuz kargatzea	x	x	x																																																	
		Harrapaketak eta hornidurak mekanikoki kargatzea	x																																																			
		Harrapaketa-eremutik ibilgailuz lekualdatzea	x																																																			
Portuko lanak	Harrapaketak deskargatzea	Kaxak eta ekipamenduak deskargatzea	x	x	x																																																	
		Harrapaketak eskuz hautatzea	x	x	x																																																	
		Lekualdatzea eta salmenta	x	x	x																																																	

ARRISKU JAKIN BATZUEI BURUZKO OHARRAK

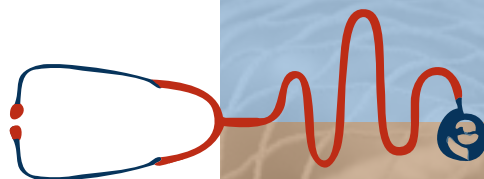
24. "In itinere" istripuak. Langile guztiak eraginean daude ontziratutako aurretik eta lehorreratu ondoren.
 25, 29, 30 eta 31 itemetarako, hurrenez hurren: kausa naturalak, pertsona bereziki sentikorrek, amatasuna eta adingabeak. Baldintza horiek euren existentziaren arabera edo aurretiko eta banakako osasun-baldintzen arabera kontuan hartuko dira.
 27. Arrisku psikosozialak. Ezin zaizkie zeregina eta azpizereginei esleitu eta, horregatik, kasu bakoitza ebaluatuko da.

Bi: Bilzalea

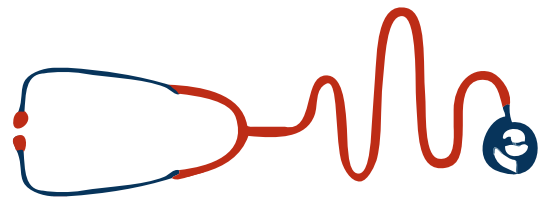
ARRAIN TXIKIEN MANIPULAZIOA ETA GARRAIOA (JARRAIPENA):

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

ARRAIN TXIKIEN MANIPULAZIOA ETA GARRAIOA (JARRAIPENA): Garraiatzaileak / Paketatzaileak / Errai garbitzaileak / Laguntzaileak / Erosleak / Orga-eramaileak			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							
ORGA-ERAMAILEAK	KARGAK ORGAN ERAMATEA PORTU-EREMUAN, LONJETAN, BILTEGIETAN ETA KAMIOIAK KARGATZEKO KAIETAN																																																				
Aurretikoa	Ekipamendua prestatzea																																																				
		Karga berrikustea (gasa, gasolioa, batera)	x	x	x				x	x	x																																										
		Eskorgaren egoeraren azterketa orokorra	x	x	x				x	x	x																																										
Birkargak	Gas-birkarga																																																				
		Gasa birkargatzeko lekura hurbiltzea	x						x	x																																											
		Karga-ahoa irekitzea	x						x																																												
		Karga-hodia jartzea	x						x	x																																											
		Kargatzeko gailuari eragitea	x						x																																												
		Karga-hodia kentzea	x						x	x																																											
	Gasolio-birkarga																																																				
		Erregai-bitigira hurbiltzea	x						x	x																																											
		Erregai-tanga irekitzea	x						x																																												
		Karga-hodia jartzea	x						x	x																																											
		Kargatzeko gailuari eragitea	x						x																																												
		Karga-hodia kentzea	x						x	x																																											
	Birkarga elektrikoa																																																				
		Bateriak kargatzeko lekura hurbiltzea	x						x	x																																											
		Kargatzeko gailua konektatzea	x						x	x																																											
		Kargatzeko gailua kentzea	x						x	x																																											
	Desplazamendua																																																				
		Lan-eremura joatea	x						x	x																																											
Karga/deskarga	Karga																																																				
		Karga aurkitzea	x						x	x																																											
		Paletak jasotzea	x						x	x																																											
		Metalezko kaiolak jasotzea	x						x	x																																											
	Desplazamendua																																																				
		Karga manipulatzeko eremura eramatea	x						x	x																																											
	Deskarga																																																				
		Salgaia biltegian deskargatzea	x						x	x																																											
	Hautespena																																																				
		Kaxak espezie eta helmugen arabera eskuz sailkatzea	x						x	x																																											
		Sailkatutako kaxak birkokatzea	x						x	x																																											
		Paletak filmarekin eskuz biltzea	x						x	x																																											
	Karga																																																				
		Paletak jasotzea	x						x	x																																											
		Metalezko kaiolak jasotzea	x						x	x																																											
	Desplazamendua																																																				
		Karga kaira eramatea	x						x	x																																											
	Deskarga																																																				
		Salgaia deskargatu eta kamioian kargatzea	x						x	x																																											
Lanaldiaren amaiera																																																					
		Aparkalekuko bitigira eramatea	x																																																		



OSASUN- AZTERKETAKO FITXAK ARRISKUEN ARABERA



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

ARRISKU ERGONOMIKOA	
Kargak eskuz manipulatzea	
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: <ul style="list-style-type: none"> 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
	<p>Muskulu eta hezurretako nahasmenduen prebalentzia handiagoa (lunbalgiak, tendinitisak, karpoko tunela, etab.)</p> <p>Zaintiratuak izateko arrisku handiagoa.</p> <p>Beheko gorputz-adarretan edemak eta barizeak agertzea.</p> <p>Bena-tronbosi sakonaren arriskua handitzea.</p> <p>Zutik luzaroan egoteagatiko zorabio eta konorte-galtzeak, gauetan karranpak eta zango nekatu edo minberatuak.</p> <p>Nekea.</p> <p>Erditzeke unean arazoak.</p>
	Fetua
	Bi oinen gainean luzaroan egonda berezko abortu gehiago, hilda jaiotako haur gehiago, jaiotzean pisu txikiagoa eta denbora gabeko erditze gehiago izaten dira.
Arrisku-aldia	
	<p>Haurdunaldi osoa, bi oinen gainean luzaroan egonez gero.</p> <p>Azken hiruhilekoa muskulu eta hezurren nahasmenduetarako, bereziki lunbalgietarako.</p>
Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria	
	<p>Jarrera behartuak hartzea eskatzen duten lanak, esaterako, besoekin bertikalean edo horizontalean gauzetara iristea edo gorputza flexionatzea/luzatzea eskatzen dutenak.</p> <p>Leku txikietan lan egitea, batez ere haurdunaldi-bukaeran.</p> <p>Denboran zehar jarrera oso estatikoa izatera behartzen duten zeregin guztiak, zutik nahiz eserita.</p> <p>Aldamenetarako mugimendu errepikakorrek egin beharreko jarrera sedentarioak ere behartutzat joko dira.</p> <p>Ibilgailuak gidatzea, eserita luzaroan eta jarrera ez-egokian egotea eta gorputz osoa bibrazio errepikakorren eraginpean egotea behar denean.</p>
Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)	
	<p>Mugimendu errepikatuak, jarrera behartuak eta presioagatiko neuropatiak.</p> <p>Bizkarrezurra.</p> <p>Goiko gorputz-adarra.</p> <p>Beheko gorputz-adarra.</p> <p>Bi oinen gainean luzaroan egotea: zirkulazio-sistema periferikoko alterazioak.</p>

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 FISIKOA	
Bibrazioak	
Kalte posibleak	
	Haurdunaldia
	<p>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.</p> <p>Ez dago nahikoa informazio bibrazioen eraginpean egoteak haurdunaldiari sor diezaiokeen kaltearen atalasea finkatzeko. Herbeheretan, dena den, 0,25 m/s²-ko azelerazioa gomendatzen dute 8 ordu/eguneko lan-egunetarako gorputz osorako esposizio-mugatzat haurdunaldian zehar.</p> <p>Gorputz osoko bibrazioekiko esposizioa bizkarreko eta gerriko diskopatiak, lunbalgiak, ziatika, alterazio digestibo eta baskular periferikoak (hemorroideak, barizeak) agertzearekin lotzen dira.</p>
	Erditze gertatu berria
	Ez da arrisku espezifikorik deskribatzen.
	Edoskitzaroa
	Ez da arrisku espezifikorik deskribatzen.
	Fetua
	<p>Intentsitate handiko bibrazioen eraginpean egotea beste arrisku-mota ergonomiko batzuekin konbinatzen denean, fetuaren heriotza-tasa handitu egin daiteke.</p> <p>Bibrazioen eraginpean egotea jaiotzako pisu txikiarekin lotu da.</p>
Arrisku-aldia	
	<p>Haurdunaldi osoa amarentzat.</p> <p>Haurdunaldiaren 25. astetik aurrera prebentzioa areagotzeko gomendioa.</p>
Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria	
	<p>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.</p> <p>Esposizioaren garrantzia epaitzeko kontuan hartu behar da modu esanguratsuan esku hartzen dutela bibrazioarekiko esposizio-denborak eta x, y eta z hiru ardatz ortogonal normalizatuei buruzko bibrazioaren norabideak, bai giza gorputzarenak bai eskua-besoa sistemarenak.</p>
Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)	
	Gorputz osoko bibrazioak.

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

ARRISKU FISIkoa	
Hotza eta beroa	
Kalte posibleak	
	Haurdunaldia
	<p>Beroarekiko sentikortasuna handitu daiteke amaren oinarritzko metabolismoa handitzeagatik, hormona-mailak aldatzeagatik eta aldaketa kardiobaskularrengatik.</p> <p>Europako Erkidegoetako Batzordearen (COM(2000) 466 bukaerako, 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".</p> <p>Zorabiorako edo konorte-galerarako joerak zeharkako istripu-arriskuak sor ditzake, erorketengatik, harrapatuta geratzeagatik, etab.</p> <p>Ez dago argi haurdunaldian termoregulazio egokirako behar diren doikuntza kardiobaskularrak gertatzen direnik estres termikoko egoeretan.</p> <p>Ez dago muturreko beroko egoerekiko tolerantzia-bermerik arrisku handiko haurdunaldien kasuan.</p>
	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	
	<p>Haurdunaldi osoan.</p> <p>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.</p>
Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria	
	<p>Oro har, eta horrek ez du esan nahi beti arriskua dagoenik haurdunaldirako edo edoskitzerako, arreta berezia eskaini beharko litzaieke 28° C-tik gorako eta 10° C-tik beherako tenperaturan haurdun dauden emakumeak lanean ari diren egoerei.</p> <p>Hotza:</p> <ul style="list-style-type: none"> Hotz-ganberetako lanak. Aire zabaleko lanak oso tenperatura baxuan. Izoztutako produktuak manipulatzeko lanak. <p>Beroa:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aire zabaleko lanak tenperatura altuarekin eta eguzkitan.
Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)	
	<p>Hotza.</p> <p>Hezetasuna.</p>

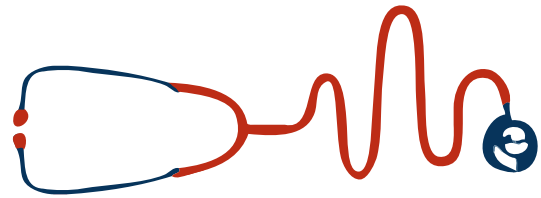
ARRISKU PSIKOSOZIALA	
Txandakako lana eta gaueko lana	
Kalte posibleak	
	Haurdunaldia
	Ugaltzarekin zerikusirik ez duten efektuak, haurdunaldiaren ohiko garapenean eragin dezaketenak: <ul style="list-style-type: none"> Alterazioak ziklo biologikoetan. Alterazioa loaren faseetan, kalitatean eta kantitatean. Nekearen gehikuntza. Alterazioak jateko ohituretan. Nahasmendu digestiboak,metabolikoak,nerbioetakoak edo kardiobaskularrak. Alterazioak gizarte- eta familia-osasunean. Laneko istripuren bat izateko arrisku handiagoa. Ugaltzarekin zerikusia duten efektuak: <ul style="list-style-type: none"> 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. <ul style="list-style-type: none"> Txandakako lana: <ul style="list-style-type: none"> Taldekako 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: <ul style="list-style-type: none"> Gaueko 10etatik goizeko 6etara egiten dena. Gaueko langilea: <ul style="list-style-type: none"> “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
	<p>Akidura eta nekea pilatzea.</p> <p>Estresa eta estresaren ondoriozko nahasmenduak izateko arriskua handitzea.</p> <p>Jarreraren, esfortzu fisikoaren edota errepikapenaren gisako eskakizunekin konbinatuta, gorputz- eta gogo-nekea handitzea.</p> <p>Bost lanegunetik gora jarraian atsedunik gabe:</p> <p style="padding-left: 40px;">Preeklanpsia-arriskua handitzea eta, neurri apalagoan, hipertentsioa.</p>
	Edoskitzea
	Laneko denboran esnea ateratzeko baldintza egokiak sortzen ez badira, edoskitzeari eustea zaildu dezake eta mastitis-arriskua handitu.
	Fetua
	<p>Lanaldiaren gehiegizko iraupena:</p> <p style="padding-left: 40px;">Denbora gabeko erditzearen, bat-bateko abortuaren eta, neurri txikiagoan, jaiotzean pisu txikiagoa izateko eta umetoki barneko hazkundera murrizteko arriskua.</p> <p>Bost lanegunetik gora jarraian atsedunik gabe:</p> <p style="padding-left: 40px;">Denbora gabeko erditzearen arriskua.</p>
Arrisku-aldia	
	Haurdunaldi osoan.
Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria	
	<p>8 ordutik gorako lana egunean.</p> <p>40 ordutik gorako lana astean.</p> <p>Lanean bost egun baino gehiago jarraian atsedunik gabe.</p> <p>Etenaldirik ez, etenaldi gutxi edota zurruntasuna etenaldietan.</p> <p>Txandekin edota gaueko lanarekin konbinatzea.</p>
Miaketa-fitxak (Gidaren I. alea)	
	Arrisku psikosoziala.

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

ARRISKU PSIKOSOZIALA	
Agente estresagarriak	
Kalte posibleak	
	Haurdunaldia
	<p>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.</p> <p>Lehenengo umea dutenengan eta 30 astetik aurrerako esposizioetan preeklanpsia arriskua areagotu dezake.</p> <p>Haurdunaldiko hipertentsio-arriskuaren arrastoren bat dago.</p>
	Edoskitzea
	Edoskitzeari eustea zaildu dezake.
	Fetua
	<p>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.</p> <p>Denbora gabeko erditzea izateko arriskua areagotu dezake (esposizio iraunkorretan, babes sozial txikiarekin edo ertainarekin konbinatuta).</p> <p>Jaiotzean pisu txikia izateko eta fetua hiltzeko arriskuaren arrastoren bat dago.</p> <p>Bat-bateko abortu-arriskua areagotu dezake (lanetik kanpoko faktoreekin, astean 40 orduetik gorako lan-jarduerarekin eta babes sozial txikiarekin konbinatuta), eta baita jaiotzean pisu txikia izatekoa ere.</p>
Arrisku-aldia	
	Haurdunaldi osoan.
Arriskuko zereginen zerrenda adierazgarria	
	<p>Lan gehiegi lanerako dagoen denborarako.</p> <p>Esleitutako zereginen gaineko eta zeregin horien ordenaren eta gauzatzeko moduaren gaineko autonomia-falta.</p> <p>Denbora-autonomiarik eza: erritmoaren edota etenaldien ganean.</p> <p>Zeregin monotonoak, errepikakorrek eta gutxi aldatzen direnak.</p> <p>Zeregin pobreak, eduki txikikoak.</p> <p>Baliabiderik ez edo desegokiak (giza baliabideak, baliabide materialak, etab.).</p> <p>Laguntza eta babes sozialik ez lankideen edota nagusien aldetik.</p> <p>Egindako lanaren eta ahaleginaren gaineko aitortzarik ez.</p> <p>Ordutegi desegokiak: txandakako lana, gaueko lana, lanaldi luzeak, aurreikusi gabeko ordutegiak.</p>

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



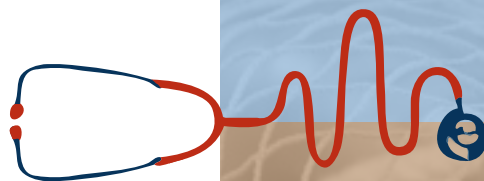
URPERATZE BIDEZKO ITSASKI-BILKETA

Urperatze bidezko itsaski-bilketa	
Kalte posibleak	
	<p>Agente fisikoak:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presioa: <ul style="list-style-type: none"> - Barotraumak. - Entzumenaren alterazioak. - Deskonpresio-gaixotasuna . - Deskonpresio-gaixotasunaren forma kronikoak. - Biriketako lesioak. • Hotza: <ul style="list-style-type: none"> - Hipotermia. - Raynauden sindromea. - Murgiltze-oina.
	<p>Agente kimikoak:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gasagatiko intoxikazioak: <ul style="list-style-type: none"> - Narkosi nitrogenatua. - Hiperoxia. - Hiperkapnia. - Gas kutsatzaileak: olio-lurrunak eta karbono monoxidoa. • Urpekaritzako materialekiko hipersentsibilizazioagatiko dermatitisa.
	<p>Agente biologikoak:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Itsasoko organismoek eragindako lesioak. • Kanpoko otitisak.
Osasun-azterketa	
Osasunari buruzko adierazpen pertsonala	
Anamnesi espezifikoa	
	<p>Istripu disbarikoen historiala.</p> <p>Deskonpresio-gaixotasunaren azalpenik gabeko kasu errepikatuak.</p> <p>Istripu disbarikoen ondorioak.</p>
	<p>Urpeko jarduera galarazten duten patologia espezifiko diagnostikatuak.</p>
	<p>Ohiturak:</p> <ul style="list-style-type: none"> Alkohol- eta tabako-kontsumoa. Sendagaiak ohituraz edo aldiro-aldiho hartzea. Kirola egitea.
	Anamnesi otorrinolaringologikoa
	<p>Sinu paranasalei eragingo dieten prozesuak daudela susmarazi dezaketen sintomak.</p>

	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-galeren gertakariak.
	Miaketa espezifikoa
	Datu antropometrikoak
	Garaiera. Pisua. Gorputz-masaren indizea. Gorputzeko gantz-ehunekoak.
	Azterketa dermatologikoa
	Larruzalaren oinarrizko 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 masailetakoa 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.
	Behoko 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 bada edo miaketa orokorrean mugikortasuna murriztu dela detektatzen bada soilik.
	Miaketa neurologikoa
	Oinarrizko miaketa neurologikoa
	Elektroentzefalograma. Sakonera handiko urpekarietara soilik eta osasunari buruzko adierazpen pertsonalean alterazio psikologikoaren susmoak agertzen badira soilik.
	Orekaren miaketa
	Rombergen zeinua.
	Babinski-Weillen proba.

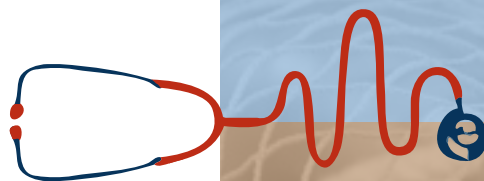
	Ebaluazio psikologikoa
	Analitika
	<p>Odola:</p> <p>Hematimetria osoa, jalkiera-abiadura barne.</p> <p>Giltzurrun-funtzioaren eta funtzio hepatikoaren, gluzemiaren, azido urikoaren, kolesterolaren eta deribatuen probak.</p>
	<p>Gernua</p> <p>Anormalak eta jalkina.</p>



I. ERANSKINA

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

<p style="text-align: center;">Gaixotasun profesionalak eta horiek sortzeko gai diren jarduera nagusien zerrenda</p>
Agente kimikoei eragindako gaixotasun profesionalak
Agente fisikoei 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 belauak bermatzeko zonetako larruazal azpiko ehunetako burtsitis kronikoa.
Ipurmasaileko, orpo-hezur atzeko eta C7ko eta akromiodeltoideas azpiko apofisi zorrotzeko burtsitisa
Izterreko aurreko fasziko burtsitisa
Kanpoko maleoloko burtsitisa
Ukondoko hidroma kronikoa
Laneko jarrera behartuek eta mugimendu errepikakorrek eragindako gaixotasunak; nekeak eta tendoi-zorroren, ehun peritendinosoen eta muskulu eta tendoiaren lotuneen hanturak eragindako gaixotasunak:
Sorbaldak: birakarien zorroko tendoi-patologia kronikoa.
Ukondoa eta besaurrea: epikondilitisa eta epitrokleitisa
Eskumuturra eta eskuak: 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 biologikoei eragindako gaixotasun profesionalak
Paludismoa, amebiasia, tripanosomiasia, dengea, sukar horia, papataci sukarra, sukar errepikorra, izurria, leishmaniasia, piana, exantema-tifusa, <i>Borrelia</i> eta beste rickettsiosi batzuk:
Eremu endemikoetan garatutako lanak.
Beste atal batzuetan jaso ez diren gaixotasun infekzioso eta parasitarioak: mikosia, legionelosisia eta helmintiasia
Hezetasuneko lanak
Beste atal batzuetan jaso ez diren substantzia eta agenteak inhalatzeagatik eragindako 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 disfuntzio erreaktiboaren sindromea
Beste atal batzuetan jaso ez diren substantzia eta agenteak eragindako larruazaleko gaixotasun profesionalak
Pisu molekular txikiko substantziak, 1000 daltonetik beherakoak
Pisu molekular handiko substantziak, 1000 daltonetik gorakoak
Substantzia fotosensibilizatzaile exogenoak
Agente infekziosoak



GLOSARIOA

GLOSARIOA

Aitzurra: Burdinazko lau angeluko lamina edo pala duen tresna, gehienetan 20 eta 25 cm arteko aldeak dituena. 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 armazoa 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 dituena. 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 kuskua simetrikoko, 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 zutikorrek ateratzen dira, batzuetan bentosan bukatzen direnak eta erradio forman antolatuta daudenak.

Errasketa: Burdinazko xafla da, ertz zorrotzak eta egurrezko heldulekua dituena, 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 eraturako 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 trikuia: Animalia ekinodermoa, plaka poligonalez eraturako 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 dituena.

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

Krustazeoa: Zakatz-arnasketa eta bi antena-pare dituzten, kaltzifikatutako maskorrek estaltzen dituen eta apendizak-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 komeni 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 behearen 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.

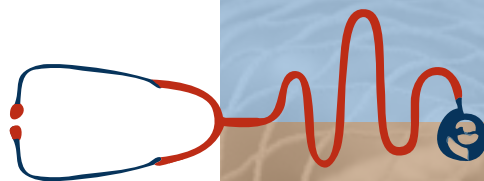
Sargazoa: Kolore gorri arreako alga, itsasoko zenbait tokitan ugaria dena eta sargazo-itsasoa deiturikoa eratzen duena.

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. Sareka 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 espezifikokoak eta Kontseiluaren 83/477/EEE, 91/383/EEE, 92/29/EEE eta 94/33/EE zuzentzarauak 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 espezifikoa). 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/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. 27. BOE, urtarrilaren 31koa.
http://www.boe.es/boe/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>
- 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 -establezimenduetan 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/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, 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.
<https://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 dituena.
<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 profesionalen titulazioen baliokidetasunen eta baliozkotzeen erregimena xedatzen duena, Itsas Armadako Urpekarien Erakunde Teknikoak emandako tituluen edukizailleentzat (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 dituena.
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 ikastaroko 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 dituena 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-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
- 1999ko urtarrilaren 20ko Ebazpena, Merkataritza Itsasketako Zuzendaritza Nagusiarena, urpeko jarduerak egiteko arauak onartzen dituen 1997ko urriaren 14ko Aginduko jakineko taula batzuk eguneratzen dituena.
<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-ikuspegi 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 Artesás O Peirao.
http://www.issga.es/archivos/publico/publicacions/publicaciones_20081124125247.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 Gobernuak, 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/Ml_rtosbuzosprofjoselucristobal.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 Arautzeko 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-REVLm-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 urpekarientzako 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. Itsadarreko 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=a981ceffc39a5110VgnVCM10000dc0ca8c0RCRD&vgnnextchannel=9f164a7f8a651110VgnVCM10000dc0ca8c0RCRD>
- 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_cirurgia/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.
- *Prevenición 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-haztegiatan*. 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=ycQmTRJfSnZn4lsD9YJZPIVWgjmGY3J5pnjLLHITm9X4zITr9kh5!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/>