

ist

Tu mutualidad!



Guía Preventiva para Buzos Profesionales

Orientaciones para quienes desarrollen esta labor considerando la normativa, buenas prácticas y el cuidado de la salud.



El trabajo como buzo profesional presenta riesgos para la salud de las personas, que pueden implicar la ocurrencia de accidentes y de enfermedades.

En Chile el ejercicio del trabajo de buzo profesional se desarrolla en distintas zonas y en diferentes actividades, por ende, es importante que **quienes realizan esta actividad puedan contar con herramientas para el cuidado y la prevención.**



- 1. Ley N° 16.744**
Establece Normas sobre Accidentes del Trabajo y Enfermedades Profesionales, Ministerio del Trabajo y Previsión Social.
- 2. Decreto Supremo N° 54**
Aprueba Reglamento para la Constitución y Funcionamiento de los Comités Paritarios de Higiene y Seguridad, 1969, Ministerio del Trabajo y Previsión Social.
- 3. Decreto Supremo N° 594, de 1999**
Reglamento de las condiciones sanitarias y ambientales básicas en los lugares del trabajo, del Ministerio de Salud.
- 4. Decreto Supremo N°40**
Aprueba Reglamento sobre Prevención de Riesgos Profesionales, Ministerio del Trabajo y Previsión Social.
- 5. Código del Trabajo, Ministerio del Trabajo y Previsión Social, en su artículo 188.**
- 6. Ministerio de Defensa Nacional, Subsecretaría de Marina, 2014, Decreto 752.**
Aprueba el reglamento de buceo para buzos profesionales y deroga el reglamento de buceo para buzos profesionales y deportivos particulares, aprobado por D.S. (M.) N°302, de 2 de abril de 1966.
<https://www.directemar.cl/>
- 7. Decreto N° 3**
Aprueba Reglamento para la aplicación del artículo 2º de la Ley N° 20.773 sobre la integración, constitución y funcionamiento de los Comités Paritarios de Higiene y Seguridad en Faena Portuaria, 2015, del Ministerio del Trabajo y Previsión Social.
- 8. Decreto de Ley N° 2.222 Ley de Navegación**
De fecha 31/05/1978, art. N° 91. Ministerio de Defensa Nacional.
- 9. Circular D.G.T.M. y M.M. ORD. N° A42/002**
Establece las normativas y formularios para actividades de Buceo Profesional.
- 10. El Código de Seguridad para Sistemas de Buceo**
Aprobado por Resolución de la Organización Marítima Internacional (O.M.I.) A.536 (13), de fecha 17 de noviembre de 1983.



- Elabora matriz de riesgo identificando los riesgos asociados y las medidas de control para cada riesgo.
- Revisa, analiza y cumple el procedimiento definido por la Autoridad Marítima.
- Informa siempre al supervisor antes o durante el buceo, cuando no esté en buenas condiciones físicas y/o psicoemocionales.
- Analiza siempre las condiciones del tiempo y el estado del mar.
- Planifica la profundidad, el tiempo de buceo y la ejecución del trabajo junto a tu supervisor o equipo de trabajo. Respeta lo planificado.
- Revisa tu equipo de buceo completo, ante cualquier desperfecto solicita cambio a tu jefatura.
- No bucees si no estás en condiciones, por ejemplo, si estás con fiebre, con dolor de oídos, molestias gastrointestinales, tos o has ingerido alcohol y/o drogas.
- Evita inmersiones repetitivas.
- Deja un mínimo de 10 minutos entre inmersiones.
- Utiliza todos los EPP y los elementos definidos (máscara de buceo, regulador de aire, arnés, profundímetro, traje protector del frío, cuchillo de buceo, entre otros.)
- No olvides colocar la bandera alfa.
- Trabaja siempre acompañado.
- Ten tu examen médico y la licencia de buzo al día.
- Mantén un registro de las mantenencias de los equipos, teniendo las mantenencias al día.
- Si sientes alguno de los siguientes síntomas: mareos, visión borrosa, sensación de debilidad o fatiga, náuseas, tiritones en todo el cuerpo, manos o piernas, sensación de frío y falta de fuerzas en las manos, dolor de cabeza, pecho o de estómago, asciende siempre respetando las tablas de descompresión.

La interrupción o finalización del buceo debe ser:



- > Por orden directa del supervisor de buceo responsable de la faena.
- > Cuando el buzo lo solicite.
- > Cuando el buzo no responda correctamente a las comunicaciones o señales desde la superficie.
- > Cuando el buzo comienza a usar la reserva de gas respirable.



Realiza actividad física suave de forma regular, esto disminuye la posibilidad de sufrir enfermedades asociadas al buceo.



Realiza exámenes médicos de forma regular con el fin de resguardar que te encuentres físicamente apto para bucear.



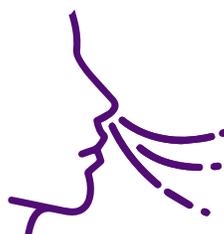
Descansa antes y después de la inmersión.



Mantén una dieta con abundante agua (no café, bebidas dulces o alcohólicas). Evita el consumo de comidas pesadas antes de las faenas de buceo. Prefiere frutas y verduras frescas, pues te ayudan a recuperarte.



Aplica protector solar en las zonas del cuerpo que queden expuestas.



Realiza ejercicios de respiración para gestionar del estrés.