

## CENTROS PROVINCIAIS DE SANIDADE MARÍTIMA

A CORUÑA Avda. Ramón y Cajal 2 15006 Tel.: 881 90 98 00 • ALACANT Moll de Ponent 2 03001 Tel.: 965 92 39 71 • ALMERÍA Muelle Puerto Pesquero s/n 04002 Tel.: 950620147 • BARCELONA Albareda 1 08004 Tel.: 934 43 96 03 • BIZKAIA (Bilbao) Virgen de Begoña 32 48006 Tel.: 944 73 90 20 • CÁDIZ Avda. de Vigo s/n 11006 Tel.: 956 20 60 53 • CARTAGENA (Murcia) Paseo Alfonso XII s/n 30202 Tel.: 968 50 24 33 • CASTELLÓ Plaza Mikel Peris i Segarra s/n 12100 Tel.: 964 28 54 08 • CEUTA Avda. Cañonero Dato 20 51001 Tel.: 956500240 • GIJÓN (Asturias) Celestino Junquera 19 33201 Tel.: 985309170 • DONOSTIA (Gipuzkoa) Hermanos Otamendi 13 20014 Tel.: 943 48 35 74 • HUELVA Avda. Hispanoamérica 9 21001 Tel.: 959 25 74 11 • LUGO Ronda Múxico Xosè Castiñeira 10 Bajo 27002 Tel.: 982 22 50 10 • MADRID Gaztambide 85 28003 Tel.: 914 41 25 30 • MÁLAGA Pasillo del Matadero 4 (Puente del Carmen) 29002 Tel.: 952 35 93 61 • MELILLA Avda. de la Marina Española 7 52001 Tel.: 951 76 43 78 • ILLES BALEARS (Palma de Mallorca) Moll Vell 15 07012 Tel.: 971 72 56 06 • LAS PALMAS DE GRAN CANARIA (Las Palmas) León y Castillo 322 35007 Tel.: 928 49 46 45 • CANTABRIA (Santander) Avda. Sotileza 8 39009 Tel.: 942 31 95 18 • SEVILLA Fernando IV 1 41011 Tel.: 954 28 60 28 • TARRAGONA Francesc Bastos 19 43005 Tel.: 977 19 10 00 • SANTA CRUZ DE TENERIFE Avda. de Anaga s/n 38001 Tel.: 922 59 89 31 • VALENCIA Avda. del Puerto 300 46024 Tel.: 963 35 99 14 • VIGO (Pontevedra) Avda. de Orillamar 51 36202 Tel.: 986216100 • VILAGARCÍA DA AROUSA (Pontevedra) Avda. da Mariña 23 36600 • Tel.: 986 56 83 63

## CENTROS LOCAIS DE SANIDADE MARÍTIMA

ALGECIRAS (Cádiz) C/ Del Muro 11 11201 Tel.: 956 65 16 56 • AVILÉS (Gijón) Avda. Conde de Guadalhorce 97 33400 Tel.: 985 56 74 03 • BARBATE (Cádiz) Avda. del Generalísimo s/n 11160 Tel.: 956 43 05 79 • BERMEO (Bizkaia) Nardiz Tar Benanzio 7 48370 Tel.: 946 88 29 72 • BURELA (Lugo) Rosalía de Castro 20 27880 Tel.: 982 58 58 13 • CARBONERAS (Almería) Avda. del Faro de Mesa Roldán 98 04140 Tel.: 950 45 41 95 • CELEIRO (Lugo) Avda. Gerardo Harguindey Banet 7, 27863 Tel.: 982 56 15 61 • CORCUBIÓN (A Coruña) A Viña 5 15310 Tel.: 981 74 62 04 • FERROL (A Coruña) Ctra. Alta do Porto 25 15401 Tel.: 981 35 79 47 • ISLA CRISTINA (Huelva) Avda. Federico Silva Muñoz s/n 21410 Tel.: 959 34 38 63 • MUROS (A Coruña) Porta da Vila 16 15250 Tel.: 981 82 61 62 • NOIA (A Coruña) Avda. de la República Arxentina 21 15200 Tel.: 981 82 15 00 • ONDARROA (Bizkaia) Ibai-Ondo 6 48700 Tel.: 944 98 43 20 • PALMÓS (Girona) Plaça de la Catifa 3 17230 Tel.: 972 31 21 78 • PONTEVEDRA Simón Bolívar 3 36003 Tel.: 986 84 59 63 • ROSES (Girona) Avda. Tarragona 83 17480 Tel.: 972 15 47 05. SANTOÑA (Cantabria) Méndez Núñez 1 39740 Tel.: 942 66 06 50 • SANTA UXÍA DE RIVEIRA (Vilagarcía da Arousa) Praza dos Mariñeiros 8 15960 Tel.: 981 87 05 40

(Solucións: A- 12; B- 6; C-74 e D- ningún)



Escanea este código QR e poderás informarte doutras campañas sanitarias feitas dende o ISM



Nipo: 273-16-042-4 Nipo digital: 273-16-047-1  
Depósito Legal: M-39537-2016



**Vixía**  
**SE DISTINGUES**  
**AS CORES,**  
especialmente se desexas realizar  
tarefas de vixía a bordo



## Alteracións da visión da cor

A percepción da cor no ollo humano débese á impresión producida por un ton de luz nas células da retina denominadas conos, sensibles ás cores vermello, verde e azul.

A alteración da visión das cores (visión cromática) coñécese como discromatopsia e consiste nunha cegueira parcial ás cores, xa que a cegueira completa para as cores (acromatopsia) é moi rara.

Os trastornos da visión cromática poden ser hereditarios e conxénitos (maioritariamente sófrenos os homes (8%) e transmiteno as mulleres (0.4%)), ou ben adquiridos. Os defectos conxénitos parciais ás cores primarias denomínanse: ao vermello “protos”, ao verde “deuteros” e ao azul “tritos”.

## Importancia da visión de cores no ámbito marítimo

Se ben o radar e a navegación por satélite reducion a dependencia dos sinais luminosos no mar, segue sendo esencial:

- Para o persoal de cuberta saber recoñecer as luces de navegación dun navío, as luces portuarias e os sinais dos faros para unha navegación marítima segura, que en ocasións débense observar a longa distancia e a miúdo en condicións de visibilidade moi reducidas.



- Para o persoal da ponte e sala de máquinas distinguir a codificación por cores das pantallas visuais de información, existentes en ditas áreas, para indicar o estado de funcionamento dos equipos, facer advertencias, etc.

Tamén están codificadas por cores as balizas e boias e séguense empregando as bandeiras de cores para a comunicación entre barcos e entre o barco e a costa.

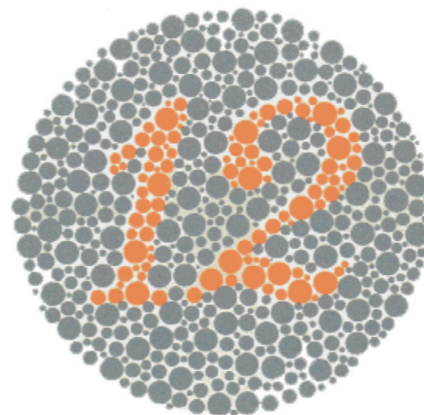
## Requisitos para a navegación

Na normativa nacional e internacional (RD 1696/2007, do 14 de decembro e o cadro A- 1/9 do STCW enmendado) establécense os requisitos mínimos de visión cromática segundo o posto de traballo a bordo.

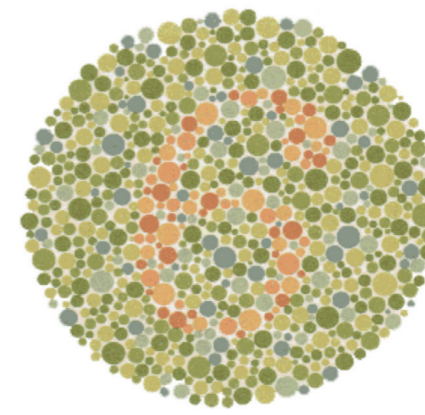
Aqueles tripulantes que padezan alteracións da visión de cor poderán sufrir restriccións ou limitacións ao desempeño de determinados postos de traballo, principalmente en tarefas de vixía, en función do tipo e grado de alteración que presente e a súa adaptación previa.

As recomendacións internacionais non aceptan o uso de axudas para a visión cromática (lentes tintadas nin con filtros).

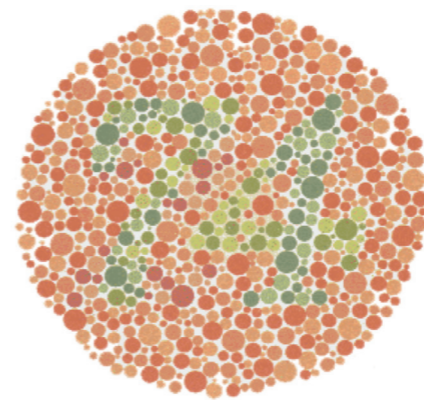
## QUÉ NÚMERO VES DENTRO DO CÍRCULO?



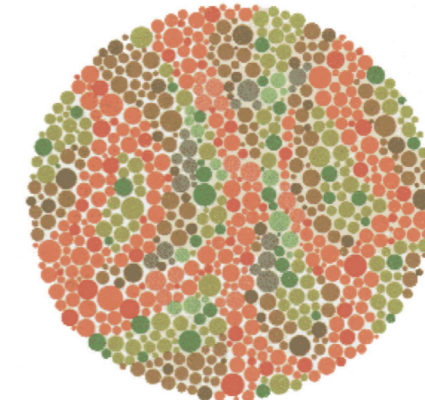
A



B



C



D

Este test é meramente orientativo e os seus resultados non terán valor real ata que realices unha revisión da túa visión cromática na consulta do especialista.

