

## CENTROS PROVINCIALES DE SANIDAD 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 LOCALES DE SANIDAD 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

(Soluciones: A- 12; B- 6; C- 74 y D- ninguno)



Escanea este código QR y podrás informarte de otras campañas sanitarias realizadas desde el ISM



Nipo: 273-16-041-9 Nipo digital: 273-16-046-6  
Deposito Legal: M-39536-2016



**Vigila**  
**SI DISTINGUES**  
**LOS COLORES,**  
especialmente si deseas realizar  
tareas de vigía a bordo



## Alteraciones de la visión del color

La percepción del color en el ojo humano se debe a la impresión producida por un tono de luz en las células de la retina denominadas conos, sensibles a los colores rojo, verde y azul.

La alteración de la visión de los colores (visión cromática) se conoce como discromatopsia y consiste en una ceguera parcial a los colores, ya que la ceguera completa para los colores (acromatopsia) es muy rara.

Los trastornos de la visión cromática pueden ser hereditarios y congénitos (mayoritariamente lo sufren los hombres (8%) y lo transmiten las mujeres (0.4%)), o bien adquiridos. Los defectos congénitos parciales a los colores primarios se les denomina: al rojo "protos", al verde "deuteros" y al azul "tritos".

## Importancia de la visión de colores en el ámbito marítimo

Si bien el radar y la navegación por satélite han reducido la dependencia de las señales luminosas en el mar, sigue siendo esencial:

- Para el personal de cubierta saber reconocer las luces de navegación de un navío, las luces portuarias y las señales de los faros para una navegación marítima segura, que en ocasiones deben ser observadas a larga distancia y a menudo en condiciones de visibilidad muy reducidas.



- Para el personal de puente y sala de máquinas distinguir la codificación por colores de las pantallas visuales de información, existentes en dichas áreas, para indicar el estado de funcionamiento de los equipos, hacer advertencias, etc.

También están codificadas por colores las balizas y boyas y se siguen utilizando las banderas de colores para la comunicación entre barcos y entre el barco y la costa.

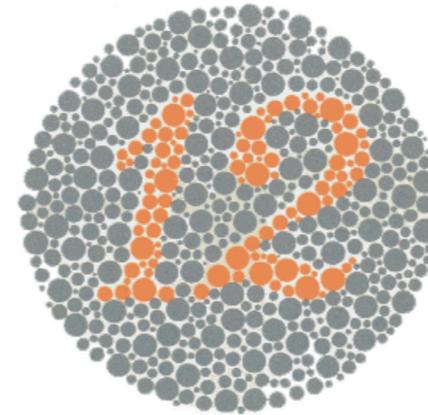
## Requisitos para la navegación

En la normativa nacional e internacional (RD 1696/2007, de 14 de diciembre y el cuadro A- 1/9 del STCW enmendado) se establecen los requisitos mínimos de visión cromática según del puesto de trabajo a bordo.

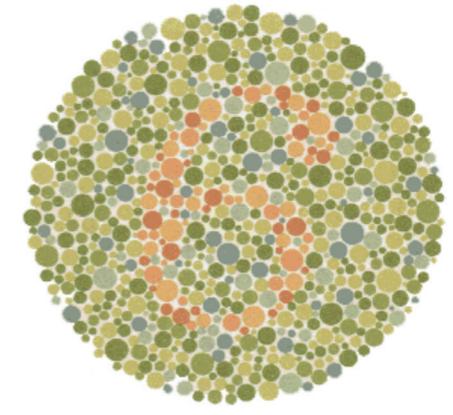
Aquellos tripulantes que padezcan alteraciones de la visión de color podrán sufrir restricciones o limitaciones al desempeño de determinados puestos de trabajo, principalmente en tareas de vigía, en función del tipo y grado de alteración que presente y su adaptación previa.

Las recomendaciones internacionales, no aceptan el uso de ayudas para la visión cromática (lentes tintadas ni con filtros).

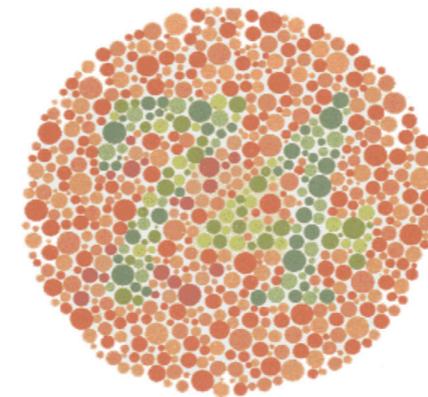
## ¿QUÉ NÚMERO VES DENTRO DEL CÍRCULO?



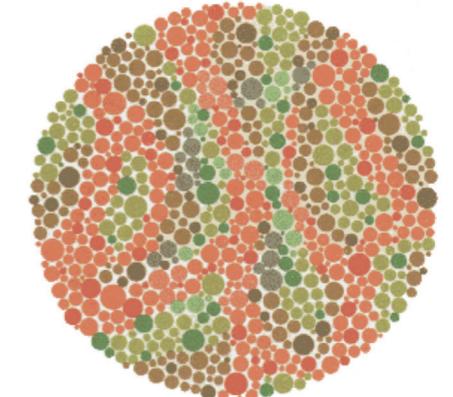
A



B



C



D

Este test es meramente orientativo y sus resultados no tendrán valor real hasta que realices una revisión de tu visión cromática en la consulta del especialista. (vea las soluciones en la contraportada).