



## Meses Temáticos

### **Prevención de Riesgos en el Comercio al por Menor**

El sector del Comercio Minorista, incluido en el sector servicios acerca del cual se puede consultar el Mes Temático de Febrero, incluye actividades muy diversas, pudiendo hacerse de manera aproximada, la siguiente segmentación:

- ✓ **Establecimientos no especializados, con predominio de alimentos,** bebidas y tabaco.
- ✓ **Hipermercados** (más de 2.500 m<sup>2</sup>), **supermercados** (entre 2.499 y 400 m<sup>2</sup>), **superservicios** (entre 399 y 120 m<sup>2</sup>) y **autoservicios** (entre 119 y 40 m<sup>2</sup>)
- ✓ **Establecimientos no especializados sin predominio en alimentación** y donde se ofrece una amplia gama de mercancías en general entre las que se incluyen: prendas de vestir, muebles, electrodomésticos, artículos de ferretería, cosméticos, bisutería, juguetes, artículos de deportes, etc.
- ✓ **Grandes almacenes,** con una superficie de venta que puede ser superior a los 2.500 m<sup>2</sup>
- ✓ Establecimientos especializados en venta de:
  - **Productos alimenticios:** Fruterías, carnicerías, pescaderías, etc.
  - **Productos farmacéuticos,** artículos médicos, belleza e higiene: Farmacias, incluyendo los comercios de venta de medicamentos de uso veterinario, herboristerías, ortopedias, perfumerías, etc.
  - **Artículos para el hogar,** incluyendo textiles, aparatos de iluminación, muebles, etc.
  - **Cristalerías, cacharrerías, tiendas de ropa de hogar,** tiendas de lámparas, electrodomésticos, incluidas las máquinas de coser, aparatos de radio, televisión y sonido, etc.
  - **Calzado, artículos de piel y cuero,** prendas de vestir, peletería y accesorios. Zapaterías, tiendas de bolsos y maletas, peleterías, sombrererías, guanterías, boutiques, etc.
  - **Artículos para el ocio.**
  - **Tiendas de material fotográfico, discográfico y para el deporte** (pesca, caza, incluidas sus armas, recreo,...). Galerías de arte. Tiendas de instrumentos musicales y partituras. Librerías, tiendas de maquetas, bricolaje, etc.



## Meses Temáticos

- **Materiales de uso en construcción.**
- **Droguerías** (pinturas, barnices, etc.), fontanerías, azulejos, saneamientos, etc.
- **Combustibles** (excepto para vehículos automóviles). Incluye los combustibles líquidos, botellas de gases licuados, carbón y madera, para calefacción y uso doméstico.

Además, hay mucha **diversidad de ocupaciones**, como pueden ser:

- **Encargado/a:** control del funcionamiento del comercio y solución de incidencias
- **Vendedor/a o dependiente:** atención al público y colocación de los artículos en venta (*en el caso de pequeños establecimientos, sus funciones se ven incrementadas con otras propias de otras de las ocupaciones mencionadas*)
- **Cajero/a:** cobros, devoluciones, arqueo diario de la caja.
- **Escaparatista:** colocación y decoración del escaparate.
- **Reponedor/a:** sustitución de artículos consumidos, control de existencias
- **Administrativo/a:** tareas administrativas en general, relacionadas con la gestión de la actividad del comercio.
- **Repartidor/a:** entrega a domicilio de artículos.
- **Comercial:** captación y mantenimiento de clientes.

Es por todo ello, que los riesgos laborales tienen muy distinta naturaleza, en función de la actividad y de la ocupación: En el año 2014, se produjeron 2513,7 accidentes por cada 100.000 trabajadores afiliados (2,51%), situándose por debajo de la media del resto de los sectores productivos analizados y habiendo aumentado un 3,3%, en comparación con años anteriores (INSHT, a partir de los datos de anuarios de estadísticas del Ministerio de Empleo y Seguridad Social MEYSS).

La **tipología de los accidentes** que suelen producirse, la mayoría, más del 45% del total, se produce por “*dislocaciones, esguinces y torceduras*”, seguidos de “*heridas o lesiones superficiales*” (aproximadamente 38%), “*conmociones y lesiones internas*” (casi el 6%) y “*fracturas*” (4,5%). El resto son “*otras lesiones*” y “*lesiones desconocidas*” (menos del 4%).



## Meses Temáticos

En la aparición de estos accidentes, influyen una serie de riesgos:

- **Sobreesfuerzos por manipulación de cargas de volumen y peso variable**, por la **permanencia de la posición de pie durante periodos prolongados**, e incluso la práctica totalidad de la jornada como sucede en muchos comercios, y por el mantenimiento de **posturas inadecuadas**, entre otras circunstancias. Como ejemplo pensemos en la manipulación de objetos más o menos pesados para mostrarlas al cliente., así como posturas, al menos, incómodas, que deben adoptarse con bastante frecuencia, como por ejemplo en el caso de tener que agacharse para coger las bolsas de la parte inferior del mostrador o caja, para introducir el artículo vendido.
- Las **caídas al mismo nivel** en estos establecimientos pueden producirse por muy distintas causas, como por ejemplo por suelos húmedos o resbaladizos, o por dejar los envoltorios de la mercancía por el suelo, o por el tipo de pavimento del lugar de trabajo, o sencillamente por tropezar en objetos dejados en zona de paso o en un escalón situado para salvar una pequeña diferencia de nivel.
- **Caídas a distinto nivel** al desplazarse por escaleras de paso interiores o por utilización de elementos tales como escaleras de mano para el almacenamiento de la mercancía o el acceso a altillos o estanterías fuera del alcance de la mano o, cuando no, por la utilización de elementos inadecuados para estas tareas como sillas, taburetes, mesas o cajas.
- Cortes derivados del **manejo de útiles con filos corto-punzantes** empleados en la realización de la tarea, (fundamentalmente cuters o tijeras)
- Golpes derivados de la **caída de objetos en movimiento** (como por la caída de cajas con transportadas en carros de supermercado o en transpaletas).
- Por **fragmentos proyectados** en el caso de rotura de un material frágil.
- Es tal la diversidad de establecimientos que se encuentran en este sector, que también el **contacto accidental con sustancias peligrosas** presenta un abanico tal que pueden aparecer desde alteraciones de la salud sin prácticamente importancia, como en el caso de los ocasionados por los productos limpiadores de superficies (lejías, amoníaco o desengrasantes), de uso habitual para el mantenimiento higiénico de las instalaciones, hasta las



## Meses Temáticos

ocasionadas en caso de llevarse a cabo en el establecimiento la venta de disolventes, desecantes, plaguicidas, etc.

Con el fin de analizar los riesgos y sus medidas preventivas, se hará de acuerdo al siguiente cuadro:

- Caídas de personas al mismo nivel
- Caídas de personas a distinto nivel
- Caída de objetos por manipulación
- Caídas de objetos desprendidos y/o por desplome
- Golpes y cortes por objetos y herramientas
- Golpes, cortes y contactos con elementos móviles de equipos de trabajo
- Sobreesfuerzos
- Exposición a temperaturas extremas
- Exposición a agentes biológicos
- Manipulación de productos químicos
- Riesgo de atraco



## Meses Temáticos

### **Planificación de acciones preventivas y buenas prácticas**

A continuación, se analizan aspectos diversos y buenas prácticas y medidas concretas que pueden ayudar a evitar o disminuir riesgos o disminuir su incidencia:

- Los lugares de trabajo:
  - Superficies y áreas de trabajo
  - Condiciones ambientales e iluminación
  - Instalaciones y dependencias: instalación eléctrica, medios de protección contra incendios y medios para la evacuación, vestuario, espacios cerrados con condiciones de temperatura determinadas, medios de primeros auxilios, señalización,
  - Orden y limpieza
- Equipos de trabajo
- Sustancias y productos peligrosos
- Equipos de protección individual
- Organización: información, formación, vigilancia de la salud
- Las tareas:
  - Sobreesfuerzos
  - Golpes contra objetos inmóviles
  - Contactos con agente material cortante, punzante o duro
  - Choques o golpes contra objetos en movimiento
- Otros riesgos



## Meses Temáticos

### **Caídas de personas al mismo nivel:**

Este riesgo se presenta en todo tipo de comercios, pero más habitualmente en aquellos en las que el suelo se encuentra resbaladizo, como tiendas de comestibles, fruterías, peluquerías, etc, a causa de restos, agua de limpieza, etc.

#### **Medidas preventivas**

- *Mantener la zona de trabajo limpia y libre de obstáculos.*
- *Colocar los objetos en las zonas habilitadas para ellos, estanterías, armarios, etc.*
- *No depositar objetos en el suelo, que obstaculicen el paso o salidas de emergencia.*
- *Fijar a la pared o mediante regletas en el suelo, los cables de los equipos de trabajo de los aparatos eléctricos.*
- *Eliminar rápidamente los desperdicios y derrames accidentales, aguas de limpieza, etc.*
- *Realizar las operaciones de limpieza en ausencia de clientes y a ser posible de trabajadores; en caso de que no se pueda hacer, señalar que el suelo está mojado.*
- *Señalar obstáculos como escalones, desniveles, rampas, cajas, etc*
- *Si es necesario, utilizar calzado con suela antideslizante y en algunos casos, como carnicerías y pescaderías, deberá ser además apto para uso alimentario e impermeable.*



## Meses Temáticos

### **Caída de personas a distinto nivel**

#### **Medidas preventivas**

- **Escaleras fijas:**
  - *Los escalones deberán ser de materiales no resbaladizos o disponer de elementos antideslizantes, como bandas*
  - *Evitar la presencia de objetos que puedan obstaculizar el paso o sustancias que provoquen resbalones.*
- **Escaleras de mano:** *son muchas las medidas preventivas que pueden evitar los riesgos en el uso de escaleras de mano, destacándose algunas de ellas, siendo la más importante, la primera que se menciona:*
  - *Utilizarlas en la forma y las limitaciones que indique el fabricante*
  - *Asegurar su estabilidad antes de utilizarla*
  - *Dispondrán de zapatas antideslizantes*
  - *No la deben utilizar dos o más personas simultáneamente*
  - *NO moverla mientras está el trabajador sobre ella*
  - *Mantener los dos pies siempre apoyados en la escalera y, siempre que sea posible, agarrándose con una mano. Evitar colocarse a caballo sobre las que son de tijera.*



## Meses Temáticos

### **Caída de objetos por manipulación**

Este riesgo aparece por una deficiente sujeción de en la manipulación de las cargas, herramientas, etc.

#### **Medidas preventivas**

- *Informar y formar a los trabajadores sobre la forma de manipular los materiales y herramientas*
- *No coger cargas de peso o volumen que dificulten su manipulación*
- *No manipular cargas o herramientas con las manos húmedas, etc*
- *Sujetar la carga firmemente y por los agarres previstos para tal fin, de haberlos*
- *En la medida de lo posible, utilizar equipos de protección individual como guantes, que mejoren el agarre y calzado de seguridad con puntera reforzada.*





## Meses Temáticos

### ***Caída de objetos desprendidos y/o por desplome***

En la mayoría de los establecimientos comerciales existen almacenes o zonas de almacenamiento de mercancías, existiendo el riesgo de que caigan sobre el trabajador en su manipulación.

#### ***Medidas preventivas***

- *Revisar las estanterías periódicamente, comprobando sus condiciones, zonas deterioradas, tornillos sueltos, ...*
- *NO sobrecargas las estanterías con más peso del que pueden soportar y reemplazar los estantes combados por sobrepeso*
- *Colocar los materiales más pesados en la parte inferior de las estanterías sin que la carga sobresalga de los estantes.*
- *Anclar las estanterías para evitar su vuelco*
- *Asegurar los objetos almacenados que puedan rodar o*
- *Evitar almacenar objetos en cajas deterioradas o demasiado llenas que puedan dejar caer su contenido*
- *Asegurar la estabilidad de las pilar de material*
- *Los productos contenidos en sacos se almacenarán sobre palets, en capas superpuestas o atravesadas*



## Meses Temáticos

### **Golpes y cortes por objetos y/o herramientas**

#### **Medidas preventivas**

- *Informar y formar a los trabajadores en el uso seguro de los útiles de trabajo*
- *Utilizar cada herramienta exclusivamente para la función para la que ha sido diseñada*
- *Utilizar siempre las herramientas con las manos secas*
- *Limpiar los cuchillos y herramientas*
- *En carnicerías y pescaderías, utilizar siempre guantes de malla metálica n operaciones de despiece y deshuesado, con el fin de proteger la mano contraria a la que porta el cuchillo. Utilizar también un mandil de malla metálica.*



## Meses Temáticos

### ***Golpes, cortes y contactos con elementos móviles de equipos de trabajo***

Este riesgo se debe a la presencia de equipos de trabajo que puedan ser susceptibles de originar cortes, cortes con cuchillas, atrapamientos, etc., como pueden ser picadoras, loncheadoras de carne, etc.

Para evitar riesgos, los equipos y máquinas que se usen, deben disponer de Marcado CE y, en caso de haber sido fabricados con anterioridad a 1/1/1995, deberán adecuarse a lo dispuesto en el RD 1215/1997.

Además:

#### ***Medidas preventivas***

- *Seguir las instrucciones de y precauciones facilitadas por el fabricante del equipo, en este sentido, es importante disponer de copia del Manual de Instrucciones en español.*
- *No retirar ninguno de los dispositivos de seguridad de las máquinas, como resguardos de protección, empujadoras en las picadoras, etc*
- *Utilizar los elementos auxiliares adecuados para realizar determinadas tareas en cada máquina, para evitar que las manos o los dedos estén en contacto con cuchillas u otros elementos peligrosos.*
- *Seguir las instrucciones del fabricante, evitando llevar joyas o cabello suelto.*
- *Asegurarse de que los equipos estén desconectados de la corriente eléctrica en las operaciones de mantenimiento y limpieza.*
- *Antes de volver a conectar la máquina a la red eléctrica, asegurarse de que se han colocado de nuevo todos los elementos de seguridad*
- *Utilizar los equipos de protección individual (EOI), adecuados a cada caso.*



## Meses Temáticos

### **Sobreesfuerzos**

En el comercio minorista es habitual este riesgo, por la manipulación manual de cargas y la adopción de posturas forzadas.

Teniendo en cuenta los riesgos asociados a la **manipulación manual de cargas** en muchos sectores, actividades y puestos de trabajo, se ha publicado un Mes Temático específico, recordando a continuación algunas de las medidas preventivas que se deben adoptar:

- Utilizar en la medida de lo posible, ayuda de medios mecánicos
- En caso contrario:
  - Planificar el levantamiento de la carga, solicitando la ayuda de otras personas si es necesario y usar la vestimenta, calzado y equipos adecuados
  - Colocar los pies, de manera que proporcionen una postura estable
  - Adoptar una postura de levantamiento que mantenga la espalda derecha
  - Agarrar la carga con firmeza
  - Levantar la carga de manera suave, sin dar tirones ni con demasiada rapidez
  - Evitar giros mientras se levanta una carga
  - Mantener la carga pegada al cuerpo durante el levantamiento
  - Si el levantamiento es desde el suelo a una altura importante, apoyar la carga a medio camino para poder cambiar el agarre.



## Meses Temáticos

En el caso de las **posturas forzadas**, que tan habituales son en muchos casos en el trabajo del comercio minorista, como la permanencia de pie durante largos periodos de tiempo:

Para minimizar los riesgos derivados, se deben seguir unos sencillos consejos, siempre que sea posible:

- Alternar en la medida de lo posible las posiciones de pie y sentada.
- Realizar pausas periódicas a lo largo de la jornada laboral.
- Mantener una postura corporal correcta, manteniendo la columna vertebral recta, pero sin forzar la postura
- Practicar ejercicios que relajen la musculatura del cuello, columna, espalda y brazos
- Utilizar calzado cómodo
- En el lugar de trabajo, debería haber medios que permitieran a los trabajadores tomar asiento discrecionalmente, como taburetes, zonas de trabajo, etc



## Meses Temáticos

### **Exposición a temperaturas extremas**

En este caso, este riesgo puede producirse, por ejemplo, en las cámaras frigoríficas que puede haber en fruterías o carnicerías:

#### **Medidas preventivas**

- *Las puertas de las cámaras frigoríficas deben disponer de un sistema de apertura desde el interior y sistemas de alarma, así como de alumbrado de emergencia y una señal luminosa que indique la presencia de personas en su interior.*
- *Deben estar dotadas de un sistema de detección que avise de fugas o escapes de gases.*
- *Utilizar prendas de abrigo adecuadas*
- *El persona que vaya a estar en contacto con sustancias muy frías, debe utilizar guantes o manoplas de material aislante del frío.*
- *Realizar inspecciones periódicas de la instalación frigorífica*
- *Dar formación e información a los trabajadores, en relación con buenas prácticas en los trabajos con exposición a bajas temperaturas, como consumir bebidas calientes, evitar bebidas alcohólicas o con cafeína, etc*



## Meses Temáticos

### **Exposición a agentes biológicos**

Este riesgo se presenta en aquellos comercios cuya actividad conlleva contacto con animales o productos de origen animal, como tiendas de mascotas, carnicerías, pescaderías, etc.

Las medidas preventivas que se deben tomar, se basan en el establecimiento de medidas higiénicas y de vigilancia de la salud.

#### Medidas preventivas

- *En el programa de reconocimientos médicos incluidos en el programa de vigilancia de la salud, en los que se contemple la existencia de exposición a agentes biológicos como riesgo inherente al puesto de trabajo.*
- *Prohibir a los trabajadores que coman, beban o fumen dentro del establecimiento.*
- *Utilizar guantes para la manipulación de los productos biológicos*
- *Limpiar y desinfectar periódicamente los locales, las vitrinas, congeladores, expositores, etc.*
- *mantener adecuadamente ventilado el centro de trabajo*
- *Lavarse frecuentemente las manos, principalmente, antes de comer y de abandonar el centro de trabajo.*



## Meses Temáticos

### **Manipulación de productos químicos**

Este riesgo, deriva que en muchos pequeños comercios, son los propios trabajadores lo que realizan las labores de limpieza del centro de trabajo, y, por lo tanto, utilizan (aunque en poca cantidad) productos químicos calificados como tóxicos y corrosivos, como pueden ser las lejías, amoníacos, etc.

- Los trabajadores deben conocer el manejo correcto de los productos químicos
- Conservar los productos en su envase original: Mantener el etiquetado de todos los productos
- Antes de utilizar cualquier producto, leer su ficha de seguridad
- No mezclar productos de limpieza, por el riesgo de que se formen gases peligrosos o reacciones
- Se pueden utilizar guantes de protección, gafas de seguridad o mascarilla, pero, sobre todo, lavarse las manos al terminar de usar estos productos.
- ventilar los locales mientras y después de limpiar
- Almacenar los productos de limpieza en lugares apropiados, alejados de fuentes de calor, con buena ventilación y cerrados con llave.

### **Riesgo de atraco**

Este riesgo se puede presentar en cualquier tipo de comercio, debiendo seguirse algunas medidas preventivas, como son:

- Dar instrucciones al personal sobre cómo actuar
- Disponer de mecanismos de seguridad y protección frente a atracos, como avisadores, alarmas, cámaras, personal de seguridad, etc





## Meses Temáticos

### **Otros riesgos en el pequeño comercio**

- **Riesgo eléctrico:** Para evitar riesgos innecesarios, la instalación eléctrica debe ajustarse a la reglamentación específica que les pueda afectar. Señalizar las instalaciones eléctricas y evitar el acceso o manipulación, salvo a personal autorizado.
- **Ruido:** que puede estar producto tanto por los equipos de trabajo, como con la presencia de clientes, por lo que, en la fase de diseño, se deben prever medidas de aislamiento contra el ruido, en paredes, suelo y techo y distribuir los equipos de trabajo, buscando que los ruidos de unos y otros no se solapen.

### **Información y formación a los trabajadores**

En general y en relación con la aparición y riesgos, hay que tener en cuenta que el trabajo está realizado por personas que, además de contar con unas herramientas y equipos adecuados, en unas instalaciones seguras, se debe valorar el papel que juegan en la generación de posibles situaciones de riesgo, en relación con factores tales como la formación profesional, el estado de salud, el conocimiento de los riesgos y peligros existentes en su trabajo y la forma de combatirlos o la organización de las tareas.

Por lo tanto, algunas de las condiciones que la empresa debe tener en cuenta para mejorar las condiciones de trabajo, son:

- **Información**
- **Formación**
- **Vigilancia de la salud**