



LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO

Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

Alumno: Miguel Angel Ruiz Perpen

Tutor: Prof. Guillermo Parra Galant

UNIVERSIDAD MIGUEL HERNANDEZ

28 de Junio de 2016

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y
Medidas Preventivas

1.- Introducción	pág., 3
2.- Evaluación de Riesgos y Medidas preventivas	
2.1 Labores de Almacén	pág., 4
2.2 Labores de Transporte en el Supermercado	pág., 8
2.3 Cajeros	pág., 12
2.4 Reponedor	pág., 17
2.5 Personal de Limpieza	pág., 20
2.6 Pescadería	pág., 24
2.7 Charcutería	pág., 26
2.8 Productos Frescos	pág., 29
2.9 Carnicería	pág., 32
2.10 Panadería	pág., 36
2.11 Personal de Seguridad	pág., 41
3.- Señalización	pág., 44
3.1 Otras señales	pág., 50
4.- Servicios Higiénicos	
4.1 Vestuarios Duchas y retretes y zonas de descanso	pág., 51
5.- Conclusiones	pág., 52
6.- Bibliografía	pág., 54
7.- Anexos	pág., 57

1 INTRODUCCION

Este proyecto tiene como objeto el estudio de los puestos de trabajo del entorno laboral de un supermercado, para determinar el grado de aplicación de la normativa de prevención de riesgos laborales y averiguar en qué modo contribuyen las condiciones laborales a facilitar o dificultar las tareas de los trabajadores. El presente documento tiene la finalidad de adentrarnos en un sector muy utilizado en la vida diaria y que por lo general debido a la gran cantidad de trabajadores que se encuentran realizando su jornada laboral en él, se generan una gran cantidad de riesgos para la salud y seguridad de los mismos tanto de forma individual como colectiva. En España el sector servicios ocupa un lugar predominante en la economía, así pues, dado que el porcentaje de población que se dedica a este sector es el más elevado, también es el que más accidentes laborales genera si bien siendo este sector el que más accidentes registra y mayor población asalariada posee, es el que tiene un menor índice de incidencia comparado con el resto de sectores productivos.

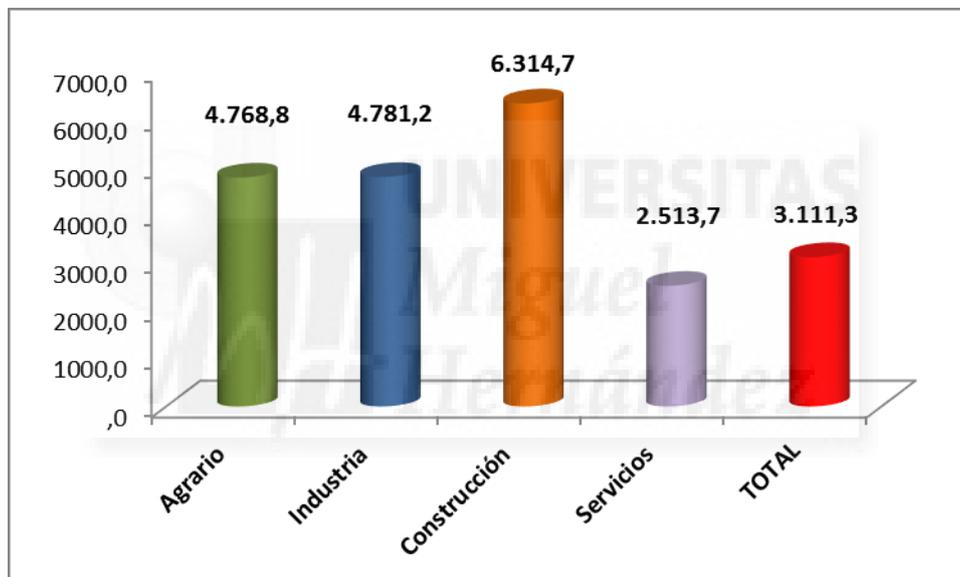


Gráfico 1. Índices de incidencia sectoriales según

Anuario de Estadísticas del Ministerio de Empleo y Seguridad Social 2014. MEYSS

Debemos partir de la base de que en estas grandes superficies se ejecutan diversas labores y se realizan trabajos con máquinas de diversa índole en donde en cada labor se generan riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores y que estos riesgos no solo afectan a los propios trabajadores sino a todos aquellos que se encuentren como compradores en la gran superficie. En general hablamos de puestos de trabajo muy variados como son los de charcutería, pescadería, panadería, seguridad del centro, personal de información, transporte de mercancía, labores de almacén y reposición de los productos y de los/as operadores/as de caja.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

Cada labor tiene asociados unos riesgos que varían según del puesto de trabajo que ocupe el trabajador entre los que caben destacar, los riesgos por posturas continuadas

de pie, posturas forzadas, caídas al mismo nivel, levantamiento de peso de forma manual, atropellos, caídas de objetos por manipulación, riesgos generados por factores psicosociales, estrés, ritmos altos de trabajo, exposición a temperaturas extremas etc.,

El presente estudio sobre la Prevención de Riesgos Laborales dentro de este gran sector quiere integrar en la empresa y en los trabajadores la cultura preventiva actuando de forma eficaz.

2 EVALUACION DE RIESGOS POR ACTIVIDAD

2.1 LABORES DE ALMACEN Fuente [11]

El almacén es considerado el centro neurálgico de los supermercados, lugar donde se reciben todos los productos para su posterior venta. Estos productos han de ser clasificados y almacenados de forma adecuada y ordenada para que no supongan ningún tipo de riesgo para los trabajadores.

Para ello se utilizan grandes estanterías que deben estar perfectamente ancladas y evitar que se desplomen por el peso soportado.

Además del riesgo derivado de la carga también encontramos otros riesgos como:

- 1.- Caída de materiales
- 2.- Golpes o choques contra objetos
- 3.- Trastornos musculo esqueléticos
- 4.- Vuelco de la maquinaria de carga
- 5.- Trabajo a turnos o nocturno
- 6.- Riesgo de incendio
- 7.- Vuelco de las estanterías
- 8.- Exposición al ruido y al polvo
- 9.- Sobreesfuerzos
- 10.- Pisadas sobre objetos

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

11.- Atrapamiento por y entre objetos

Para evitar en la medida de lo posible estos riesgos, se han de adoptar las medidas preventivas que a continuación se detallan.



Figura 1.1. Vista general de un almacén Fuente: elconfidencialdigital.com

Medidas preventivas en cuanto a orden y limpieza

- .- Al término de cada turno de trabajo se han de eliminar todo rastro de suciedad dejando los pasillos limpios y ordenados
- .- Señalizar y delimitar los pasillos de los almacenes
- .- Almacenar los productos por sus características, volumen, peso, tipo de producto etc.

Medidas preventivas a tomar en cuanto a la manipulación manual de cargas

- .- Los trabajadores deben evitar las posturas forzadas de la cabeza intentando no mantenerla en la misma posición durante muchos minutos, girarla bruscamente etc.
- .- Evitar hacer giros bruscos o inclinaciones indebidas

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- .- El levantamiento manual de cargas ha de hacerse de forma gradual, con la espalda recta, ejerciendo la fuerza con las piernas y con la carga pegada al cuerpo
- .- Levantar la carga con todos los dedos de la mano para evitar daños en las muñecas

Medidas preventivas en el lugar de trabajo

- .- Mantener despejadas de obstáculos y limpias las salidas y vías de circulación de los almacenes para que sea posible su utilización en caso de emergencia
- .- Las zonas de paso o tránsito tanto peatonal como para la maquinaria de carga e izado deberán estar debidamente señalizadas y separadas para evitar atropellos.
- .- Mantener el almacén debidamente iluminado
- .- En caso de que en el almacén se genere un nivel alto de ruido debido a la maquinaria de carga e izado, deberán de adoptarse las medidas oportunas que protejan a los trabajadores de dicho riesgo

Medidas de emergencia

- .- Confeccionar un Plan de emergencia que disponga de una planificación detallada con los pasos a seguir y las funciones a realizar en caso de emergencia
- .- Formar e informar adecuadamente, a todos los trabajadores del centro adecuadamente para actuar de forma eficaz en caso de que se produzca alguna emergencia.
- .- Dotar al almacén de todos los dispositivos de lucha contra incendios.
- .- Dotar al almacén de un botiquín de primeros auxilios incluso con un desfibrilador.
- .- El almacén deberá contar con una instalación de emergencia.

Medidas en la utilización de maquinaria

- .- Toda la maquinaria utilizada en labores de almacén deberá contar con el marcado "CE"
- .- Formar e informar adecuadamente a todo el personal encargado de utilizar cualquier tipo de maquinaria en las labores del almacén, quienes deberán conocer a fondo su funcionamiento siguiendo en todo momento las instrucciones de uso facilitadas por el fabricante y las normas en cuanto a su seguridad. Mantenimiento y reparación.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- .- Dotar en el almacén un espacio reservado a la maquinaria, las que deberán de permanecer totalmente paradas y estacionadas cuando no se estén usando.
- .- Las operaciones de mantenimiento deberán ser realizadas solo por personal especializado y cualificado y se tomaran las medidas necesarias para que estas no se pueden accionar y poner en funcionamiento de forma accidental.
- .- Las carretillas de carga deberán tener limitada la velocidad a 10 km hora o 20 km hora si van a ser utilizadas en el exterior
- .- Las carretillas deberán disponer de elementos de seguridad como frenos, resguardos sistemas protectores del tubo de escape, purificador de gases etc.,
- .- Delimitar en el interior del almacén los pasillos por los que deben circular las carretillas mediante señalización horizontal realizada con pintura amarilla. Estos pasillos deberán tener una anchura igual a la anchura de la carretilla + 60 cm.

Equipos de protección individual

- .- Todos los equipos de protección individual deberán disponer del marcado CE
- .- Los trabajadores encargados de labores de almacén deberán utilizar la ropa de trabajo adecuada para los trabajos de carga y descarga. Guantes de protección y zapato de seguridad con puntera y suela reforzada.
- .- Cuando exista el riesgo de caída de objetos por desplome, deberán utilizar un casco protector.

Medidas preventivas psicosociales

- .- Se realizaran las pausas oportunas en el trabajo, impidiendo que el trabajador realice trabajos durante largos periodos de tiempo.
- .- Las labores de almacén deberán ser debidamente planificadas manteniendo una buena organización del trabajo

Manipulación de cargas

- .- Protegerse las manos mediante guantes antes de manipular cualquier tipo de carga
- .- En caso de manejar objetos pesados el trabajador utilizara zapatos de seguridad.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- .- El peso debe levantarse con las piernas ligeramente separadas, situando el peso cerca del cuerpo, doblando las piernas, agarrándolo y levantándolo con todos los dedos de las manos, haciendo fuerza con las piernas manteniendo la espalda recta a fin de evitar posturas inadecuadas y sobreesfuerzos.
- .- Todos los equipos de elevación y transporte deben ser revisados y comprobados periódicamente.



Figura 1.2. Fuente: blockdigital.com

2.2 LABORES DE TRANSPORTE EN EL SUPERMERCADO Fuente [9]

Una de las principales labores dentro de un supermercado es el transporte para abastecer el almacén de productos. Respecto a la distribución de los productos, las grandes superficies cuentan con una serie de contratos de transporte y distribución (actividades que confía en su integridad a terceros). Cualquier interrupción importante en el funcionamiento de la red de transporte, la situación concursal de sus proveedores y transportistas, o la terminación de los citados contratos puede ocasionar problemas logísticos y retrasos en la distribución de los productos a los establecimientos comerciales. Además, el incumplimiento de las obligaciones tributarias y de Seguridad Social por parte de los transportistas podría suponer costes adicionales en cuanto eventual responsable subsidiario.

El hecho de que proveedores y transportistas externos no realicen entregas, o no desempeñen sus tareas, o se retrasen en las entregas o en el desempeño de sus tareas, así como cualesquiera costes extra asociados a tales demoras o fallos, podrían generar, como consecuencia, gastos adicionales y un impacto desfavorable sustancial sobre sus actividades, situación financiera y resultados operativos.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

Los riesgos laborales más significativos que podemos encontrar dentro de este sector en una gran superficie son:

- 1.- Caídas a distinto nivel
- 2.- Caídas de objetos por manipulación
- 3.- Caídas al mismo nivel

- 4.- Caídas de objetos por desplome
- 5.- Atropellos o golpes con vehículos
- 6.- Atrapamiento por y entre objetos
- 7.- Sobreesfuerzos
- 8.- Accidentes de tráfico
- 9.- Exposición a temperaturas extremas

Una vez expuestos los riesgos más comunes en las labores de transporte de productos para un supermercado, pasaré a detallar las medidas preventivas a llevar a cabo para conseguir que dichas actividades se realicen de forma segura y eficaz



Figura 1.3 Fuente: Mulpix.com

Medidas preventivas respecto a los métodos de trabajo.

- .- Asegurarse de que el transportista cuente con todos los permisos de conducir obligatorios para su actividad y para la carga que transporta, así como la formación e información sobre la reglamentación y sistemas de comunicación
- .- El conductor deberá de disponer de la ropa de trabajo adecuada para el transporte de los productos que realiza.
- .- Asegurarse de que el conductor ha respetado los tiempos de descanso y pautas de conducción.
- .- El transportista deberá respetar en todo momento la prohibición de ingerir drogas o sustancias alcohólicas.

Medidas preventivas respecto al vehículo de transporte.

- .- Realizar un examen visual del vehículo antes de ponerlo en marcha.
- .- El vehículo contará con la reglamentación en orden que demuestren que el vehículo ha pasado las inspecciones técnicas adecuadamente.
- .- Comprobar que el limitador de velocidad y el sistema de frenado así como el sistema de emisión de gases y señalización se encuentran en perfecto estado de uso.
- .- Comprobar todos los sistemas de luz: luces de posición, cortas, largas, nieblas, marcha atrás, freno e intermitentes.
- .- El conductor mantendrá en perfectas condiciones de limpieza, cristales y retrovisores, gomas de los limpiaparabrisas y niveles de depósito de agua.
- .- Comprobar presión de los neumáticos y profundidad del dibujo de cubiertas.
- .- Comprobar periódicamente el estado de los filtros, correas, manguitos, batería, nivel de aceite y del anticongelante.

Medidas preventivas de orden y limpieza

- .- El vehículo para transportar los productos a los supermercados deberá disponer de productos de limpieza más comunes, como trapos, limpiaparabrisas, gamuzas, etc.
- .- La documentación del vehículo deberá encontrarse en un lugar seguro y determinado.
- .- El vehículo deberá contar con un botiquín de primeros auxilios tanto para el conductor como para pasajeros con dotación suficiente para atender curas menores comprobándose y reponiéndose cuando sea necesario.

Medidas preventivas en el manejo manual de cargas

- .- El trabajador deberá apoyar los pies en el suelo firmemente.
- .- Para el manejo de cargas el conductor deberá:

Separar los pies entre sí una distancia equivalente a la que hay entre los hombros

Doblar las rodillas para levantar el peso, manteniendo la espalda recta, ejerciendo el levantamiento doblando las rodillas.

El peso se deberá levantar gradualmente enderezando las piernas

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

En caso de que la carga sea demasiado pesada, pedir ayuda a un compañero

Antes levantar la carga realizar una inspección para determinar el peso aproximado, si dispone de asas, bordes cortantes, clavos o astillas.

Transportar la carga con el tronco lo más recto posible y con la carga cerca del cuerpo.



Figura 1.4 manejo manual de cargas. Fuente blockdigital.com

Medidas preventivas de emergencias

.- Dar la señal de alarma mediante teléfono de emergencias, a fuerzas del orden público, bomberos, cruz roja. Etc.

.- Colaborar en todo momento con los servicios sanitarios y de orden público informando a los servicios sanitarios de los heridos que hay y su gravedad, clase de mercancía que transporta, lugar del accidente, condiciones climatológicas, etc.

2.3 CAJERAS / OS Fuente [6] [18]

La cajera/o es responsable de escanear correctamente todos los productos, facilitar las bolsas necesarias y ayudar a embolsar al cliente, sumar la cantidad debida por la compra y recoger el pago de los productos. Inicialmente se observa que el trabajo de cajera/o va asociado a un ritmo variable que la persona no puede controlar porque depende de la afluencia de clientes a la tienda a quienes es preciso atender en el menor

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

tiempo posible. Durante su jornada laboral se solapan tareas simultáneas para las que disponen de muy poca autonomía temporal.

Estas circunstancias, unidas a que el trabajo implica en ocasiones entablar alguna conversación con los clientes, atención, rapidez y precisión, conllevan a que el nivel de presión de tiempo y atención sea bastante alto lo que puede ocasionar estrés laboral o fatiga mental.

Entre los riesgos que afectan al puesto de cajera/o encontramos:

- 1.- Posturas continuadas
- 2.- Levantamiento de peso en posturas inadecuadas
- 3.- Carga física y mental
- 4.- Riesgos Psicosociales
- 5.- Ritmos de trabajo alto
- 6.- Movimientos repetitivos
- 7.- Trabajo monótono
- 8.- Malas condiciones ambientales
- 9.- Trabajo a turnos
- 10.- Sobreesfuerzos
- 11.- Atención constante

Todos estos riesgos pueden ser evitados si se toman las medidas preventivas oportunas para mejorar la calidad de los trabajadores en cuanto a salud y seguridad laboral. Dentro de estas medidas podemos destacar:



Figura 1.5 Fuente: Imagetower.es

Medidas orientadas a la organización del trabajo.

Dentro de las medidas preventivas a tener en cuenta en cuanto a la organización del trabajo se prestará una atención especial a:

Horario de apertura y cierre

Rotación de los puestos

Establecimiento de turnos, pausas y el grado de independencia de los operadores.

Formar adecuadamente respecto del trabajo a realizar como cajera/o

Posición del puesto y método para realizar las operaciones

Medidas a tomar en cuenta respecto de las sillas de trabajo

- .- La silla de trabajo de los operadores de caja dispondrá de ajuste en altura del asiento
- .- El respaldo de la silla deberá contar con una suave prominencia para zona lumbar, además de contar con las siguientes posibilidades de regulación:
 - .- Ajuste de altura con un rango de regulación de 10 cm

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- Ajuste de inclinación con un rango de 15°
- La silla tendrá la posibilidad de giro
- El asiento será transpirable
- Se incorporara unos apoyapiés de fácil ajuste

Medidas preventivas generales

- Es recomendable que la empresa cuente con un área de descanso o zonas de comedores y esparcimiento para aportar al trabajador la falta de relaciones sociales.
- Los trabajadores contarán con las pausas suficientes para descansar, comer, relacionarse entre ellos, etc... incluso para cambiar de posturas y evitar así la fatiga.
- Respecto a los trabajos a turnos, los trabajadores deberán conocer con antelación suficiente las jornadas de trabajo o las modificaciones horarias, de este modo podrán acomodarse mejor con dicho horario beneficiándose a la hora de descansar y organizar su vida social.
- Para evitar la monotonía que sufren los operadores de caja, se les dotara de los medios necesarios que intervengan en caso de errores e incidentes, de esta forma se controlara y se tomaran las decisiones en caso de avería de los equipos sin que estos tengan que depender de un control de asistencia externo.
- El empresario fomentara entre los trabajadores la participación y la comunicación personal ya que son positivas para la organización aprovechando más la información y la motivación de los trabajadores.
- En materia de prevención de riesgos relacionados con los operadores de caja, todos los trabajadores y personal de la empresa deberá implicarse, sobre todo prestando un especial interés en la ergonomía del puesto de trabajo, de esta manera se conseguirá un ambiente que se acerque lo máximo posible al confort.
- Los operadores de caja han de recibir cursos de formación no solo en el momento de su contratación, sino también de forma periódica con el fin de que realicen tareas de forma adecuada y mejorar la calidad y la productividad.
- En el caso de que el puesto de caja fuese esporádico, el trabajador deberá recibir la información necesaria en cuanto a los sistemas de emergencia del lugar en el que van a llevar a cabo las tareas.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- .- Con especial interés se deberán vigilar las condiciones ambientales en los puestos de caja como son la temperatura, iluminación, o el ruido
- .- El puesto de caja deberá conservarse en todo momento en perfecto estado en cuanto a obstáculos como pueden ser productos no deseados por los clientes a la vez que deben mantenerse en unas condiciones de limpieza óptimas.
- .- El calzado de los operadores de caja será a ser posible de goma y lo suficientemente cómodo para poder llevar a cabo su trabajo.
- .- Los operadores de caja deberán evitar a toda consta las rotaciones bruscas del tronco y las flexiones.
- .- En cuanto a la sobrecarga física y mental las plantillas de trabajadores deberán estar dotadas de suficiente personal además de contar con una buena organización del trabajo.



Figura 1.6 Fuente: Imagetower.es

Medidas preventivas para evitar lesiones musculoesqueléticas

- .- Los trabajadores realizarán ejercicios de flexibilización de la musculatura de la espalda y miembros inferiores.
- .- Se fortalecerá la musculatura de los cuádriceps para facilitar las flexiones.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- .- Se colocara un soporte estable que permita apoyar una pierna ligeramente flexionada, para que el trabajador vaya alternando las dos piernas.
- .- El trabajador deberá separar ligeramente las piernas con una ligera flexión de ambas para descargar la tensión lumbar
- .- Las pantallas de los equipos serán inclinables y móviles, se les podrá regular el contraste y el brillo y estarán colocados a una distancia mínima entre 50 y 60 cm.
- .- Evitar levantar los objetos por encima de los hombros o debajo de las rodillas, evitar inclinar el tronco hacia adelante y en especial girarlo o echarlo hacia atrás sin apoyarlo en un respaldo.
- .- Reducir la intensidad del trabajo físico pesado, introduciendo pausas muy frecuentes o alternándolo con actividades más ligeras con fuercen la espalda.
- .- Evitar el trabajo repetitivo, alternando tareas diferentes durante la jornada
- .- Todo lo que se manipule con frecuencia debe estar situado por delante y cerca del cuerpo evitando el trabajo prolongado muy por debajo de los codos o por encima de ellos. Reducir la fuerza hecha con los brazos o manos, manteniendo apoyados los antebrazos cuando la tarea lo permita.
- .- Agarrar los objetos con todos los dedos flexionados
- .- Evitar trabajar con el codo completamente extendido o doblado
- .- Evitar el contacto de la mano con superficies muy frías.

2.4 REPONEDOR Fuente [11]

La tarea del reponedor es una de las más importantes y a la que menos atención se le presta a la hora de entender y comprender la importancia de una buena labor.

Los trabajadores que realizan estas tareas son los encargados de manipular todo tipo de productos desde el almacén hasta colocarlos debidamente en las estanterías del hipermercado para su venta directa, realizando labores de manipulación manual de cargas, adoptando posturas forzadas, trabajo bajo presión a realizar en un tiempo límite etc. utilizando para ello traspaleas manuales, carros de mano, escaleras de mano, y todas

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

estas labores se realizan en la mayoría de las ocasiones con clientes alrededor con lo que tienen que extremar las precauciones.

En los trabajos que realizan los reponedores podemos encontrar una diversidad de riesgos como:

- 1.- Caídas al mismo y distinto nivel
- 2.- Manipulación manual de cargas
- 3.- Riesgos derivados de la utilización de transparentas manuales
- 4.- Riesgos de incendios u otras emergencias
- 5.- Caídas de objetos por desplome
- 6.- Golpes o cortes con objetos
- 7.- Riesgos derivados del orden y limpieza
- 8.- Cambios bruscos de temperatura al salir y entrar en la cámara frigorífica
- 9.- Esfuerzos repetitivos
- 10.- Fatiga física por sobreesfuerzos

Medidas preventivas generales

- .- Utilizar escaleras de mano fijando los puntos de apoyo adecuadamente comprobando que estos son antideslizantes.
- .- Realizar el ascenso y descenso de las escaleras siempre de frente a la escalera
- .- No realizar transportes de cargas que puedan comprometer a la estabilidad del trabajador.
- .- Antes de iniciar las labores de reponedor comprobar que las estanterías a las que tiene que acceder están adecuadamente sujetas y que no existe riesgo de vuelco o basculamiento de la misma
- .- Programar con antelación las labores del reponedor para evitar cambios de última hora en las tareas que puedan perjudicar a la seguridad de los mismos
- .- Cuando se tengan que manipular cargas manualmente los reponedores deberán protegerse las manos con guantes protectores

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

.- Realizar las labores de reponedor con calzado antideslizante para evitar resbalones durante el transporte de la mercancía

.- En las labores de levantamiento de peso, realizar los levantamientos con las piernas ligeramente separadas situando el peso cerca del cuerpo, doblando las piernas, agarrándolo y elevándolo, haciendo fuerza con las piernas mientras se mantiene la espalda recta para evitar posturas inadecuadas y sobreesfuerzos

.- Al transportar materiales pesados, el trabajador deberá de solicitar un cinturón o faja contra los sobreesfuerzos, de esta forma evitaremos las lesiones como la lumbalgia.

.- Mantener los equipos de elevación y transporte revisados en todo momento por personal cualificado

.- A la hora de colocar los productos, el reponedor deberá comprobar que están debidamente colocados según el tipo, características, volumen, etc., pero sobre todo averiguar que no existe riesgo de caída de los mismos

.- En cuanto a las puertas que comunican las puertas de la zona de venta con el almacén, estas deberán ser de apertura fácil y contener la señalización adecuada para evitar atrapamientos

.- Mantener las salidas de las puertas completamente limpias de obstáculos.

.- Las puertas de emergencia deberán abrir siempre hacia el exterior.

.- Asegurar que todos los equipos de protección individual disponen del marcado CE

.- Realizar cursos de formación a los trabajadores de toda la maquinaria que vaya a utilizar el reponedor durante sus tareas siguiendo estrictamente las instrucciones de uso facilitado

Por el fabricante y las normas de seguridad así como de mantenimiento, reparación, verificación etc.

.- Mantener las máquinas de izado y carga totalmente paradas y en lugar seguro durante el tiempo que no estén en uso

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- El reponedor deberá utilizar ropa de trabajo adecuada, bien ajustada, que no tengan desgarros ni colgante, para evitar enganches o atrapamientos
- Las carretillas elevadoras deberán disponer de sistemas de seguridad como, resguardos, frenos, sistemas protectores del tubo de escape, purificador de gases etc.

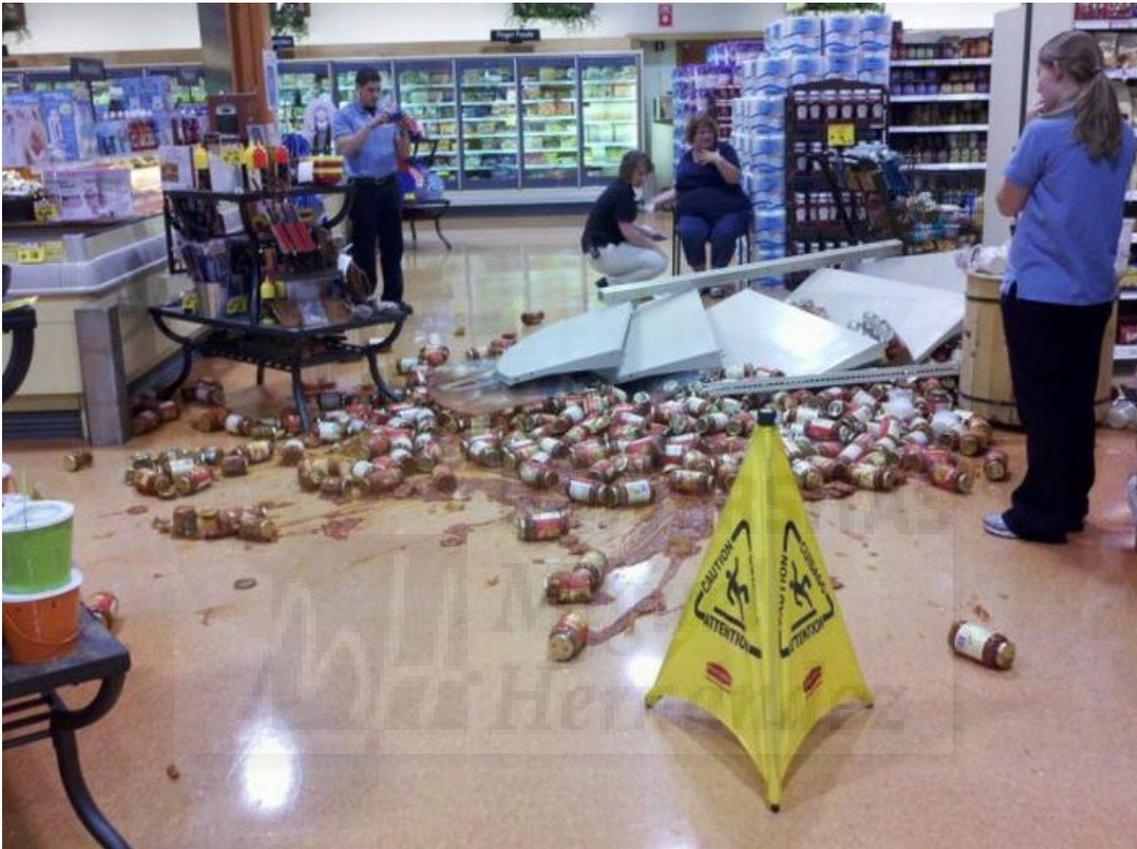


Figura 1.7 Fuente: libremercado.com

2.5 PERSONAL DE LIMPIEZA Fuente [14]

Los encargados de limpieza, realizan tareas de barrido, fregado, recogida de residuos, limpieza de cristales, encerado de suelos, y largo etc., de trabajos que implican no solo riesgos en la realización de las propias tareas, sino también en los productos que utilizan para poder llevarlas a cabo que de por si entrañan riesgos de importante consideración.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

Entre los riesgos generales en las labores de limpieza podemos encontrar.

- 1.- Choque o golpes contra objetos
- 2.- Caída de objetos desprendidos
- 3.- Caídas de objetos en manipulación
- 4.- Caídas de personas a distinto nivel
- 5.- Golpes contra objetos móviles
- 6.- Pisadas sobre objetos
- 7.- Salpicaduras de productos de limpieza y sustancias causticas o corrosivas
- 8.- Exposición al ruido
- 9.- Exposición a vapores orgánicos
- 10.- Exposición a atmosferas nocivas y toxicas
- 11.- Exposición a temperaturas extremas
- 12.- Contactos eléctricos
- 13.- Fatiga física por posturas continuadas
- 14.- Sobreesfuerzos
- 15.- Incendios y explosiones

Medidas preventivas para métodos de trabajo

- .- Evitar los ritmos de trabajo acelerados y las prisas
- .- Guardar las normas internas de manipulación de herramientas y útiles de limpieza
- .- No comer, fumar o beber en los lugares donde se lleven a cabo labores de limpieza a fin de evitar ingerir contaminantes o provocar incendios y explosiones

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- No usar sosa caustica sobre metales como el aluminio, bronce, latón o estaño
- Se pueden generar incendios o explosiones si se añade amoníaco sobre, cloro, flúor o calcio
- Antes de utilizar un producto de limpieza, leer detenidamente la etiqueta del producto donde se indiquen sus características, tipo de daño que se puede producir, medidas que se deben de adoptar en su utilización y advertencia en caso de que se produzca una intoxicación por dicho producto
- Delimitar pasillos, zonas de paso y de almacenamiento cuando se estén realizando labores de limpieza.

Medidas preventivas en cuanto a orden y limpieza

- Guardar los equipos de trabajo en lugares establecidos para ello, siguiendo las indicaciones en cuanto a partes de incidencias y limpieza y conservación de los mismos al terminar la jornada
- Retirar todos los objetos que puedan obstruir el paso
- Delimitar los pasillos con una adecuada señalización
- Los envases de productos tóxicos o inflamables deberán estar cerrados de forma hermética

Medidas preventivas para la manipulación de pesos

- Para realizar labores de limpieza de forma correcta, el trabajador deberá apoyar los pies firmemente en el suelo, separando los pies una distancia equivalente a la que hay entre los hombros, doblando las rodillas y manteniendo la espalda recta a la hora de coger peso.
- El peso lo levantara de forma gradual enderezando las piernas
- Inspeccionar la carga antes de cogerla para detectar bordes cortantes, clavos, astillas y el estado del embalaje usando botas y guantes adecuados
- La carga será transportada con el tronco lo más recto posible y pegado al cuerpo.

Medidas preventivas en cuanto a equipos de trabajo

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- Verificar que la maquinaria a usar se encuentra en perfecto estado para su uso y que dispone de todos los elementos de seguridad
- Usar la maquinaria sin forzarla, mirando hacia la dirección de la marcha y manteniendo una buena visibilidad del recorrido
- Proteger las manos con guantes protectores
- Al término de la jornada laboral guardar toda la maquinaria en un lugar previsto para su almacenamiento activándose los dispositivos de seguridad como frenos.
- Las operaciones de mantenimiento de los equipos de trabajo y maquinaria, solo podrán ser llevados a cabo por personal especializado y cualificado para ello, siguiendo las normas establecidas por el fabricante de los mismos.

Medidas preventivas en cuanto a la utilización de escaleras

- No sustituir las escaleras de mano, por sillas, mesas, tarimas o la combinación de ambos para realizar actividades de limpieza
- Mantener las escaleras en perfecto estado de conservación, verificando que están libres de grasas o aceites que puedan ocasionar un resbalón
- Dejar los últimos peldaños de las escaleras libres para poder asirse a ellos.- Utilizar calzado adecuado para no resbalar a la hora de subir o bajar los peldaños de la misma

Equipos de protección individual

Los equipos de protección individual que tienen que usar los trabajadores de limpieza son:

- Ropa de trabajo cómodo, como son las batas, guardapolvos. Etc.
- Calzado que sujete completamente el pie adecuado para lugares que se vayan a limpiar
- Cinturones de seguridad cuando exista riesgo de caída de altura
- Cascos de seguridad cuando exista riesgo de caída de objetos

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- .- Mascarillas filtros físicos y químicos anti polvos y antivalores cuando exista exposición a dichos elementos
- .- Guantes de trabajo apropiados al producto que utilicen en las labores de limpieza

Medidas ergonómicas en labores de limpieza

- .- Delimitar las tareas y coordinarlas tratando de evitar el trabajo a turnos
- .- Buscar la motivación del trabajador e informarle sobre el trabajo a realizar
- .- No superar la jornada laboral
- .- Dar descansos adicionales en caso necesario
- .- Planificar y organizar la jornada de trabajo
- .- La iluminación no debe producir deslumbramientos ni contrastes entre zonas iluminadas y de sombras



Figura 1.8 Fuente: mastercold.com

2.6 PESCADERIA Fuente [4]

Es uno de los puestos de trabajo que junto con la carnicería y charcutería cuenta con más clientela dentro de un supermercado.

Como base negativa en materia de prevención de riesgos laborales en las labores de los pescaderos podemos encontrarnos con dos puntos importantes como son los trabajos en condiciones ambientales adversas debido a las cámaras frigoríficas y la

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

exposición a contaminantes biológicos de los productos del mar que pueden sufrir dichos trabajadores a la hora de realizar sus labores.

Entre los riesgos más importantes que podemos encontrar en los trabajadores de la pescadería nos encontramos con:

- 1.- Fatiga por posturas forzadas
- 2.- Sobreesfuerzos
- 3.- Lesiones musculo esqueléticas
- 4.- Cortes producidos por las pinzas de los mariscos
- 5.- Malas condiciones ambientales
- 6.- Riesgos psicosociales
- 7.- Cortes por herramientas de trabajo
- 8.- Ritmos de trabajo alto
- 9.- Exposición a contaminantes biológicos
- 10.- Estrés
- 11.- Movimientos repetitivos

Medidas preventivas en la preparación del producto

.- A la hora de ejecutar las tareas de corte, el trabajador utilizara guantes de protección y mandiles para proteger sus manos, brazos y cuerpo. Los guantes de protección no deben de impedir la movilidad normal de las manos, debiendo ser cómodos transpirables y resistentes a ser posible de malla.

.- No emplear cuchillos que tengan el mango astillado, rajado, o en mal estado, ni los que tengan la hoja de corte deteriorada o deficientemente unido

.- Usar calzado antideslizante para evitar resbalones.- Afilar de forma periódica los cuchillos o utensilios de corte para facilitar las labores de corte

.- Los cuchillos deberán estar provistos de alguna moldura en su mango que impida que la mano resbale sobre la hoja de corte

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- Usar calzado antideslizante para evitar resbalones

Medidas preventivas en el lavado y desvisceración del producto

- El trabajador deberá utilizar de forma correcta y adecuada el cuchillo para descabezar y desviscerar el pescado para evitar lesiones por cortes en manos y cuerpo

- Todos los trabajadores deberán recibir la formación e información necesaria y



adecuada de como descabezar y desviscerar los productos del mar así como de todos los riesgos inherentes a su labor y medidas preventivas que hay que adoptar para evitar accidentes indeseado.- Los trabajadores usaran gafas o pantallas de seguridad para evitar las lesiones en los ojos originados por salpicaduras de sangre, proyecciones de escamas etc.

Medidas preventivas para la congelación y acondicionamiento del pescado

- Permanecer en las cámaras frigoríficas o bodegas solo el tiempo necesario e imprescindible. En el interior de las cámaras los trabajadores deberán usar guantes de protección adecuados y ropa de abrigo

- A la hora de manipular bloques de pescado, los guantes serán de seguridad para evitar pinchazos en las manos debido a las espinas o bordes cortantes

- La picadura de hielo deberá hacerse con una picadora de hielo industrial usando las protecciones individuales necesarias

- En el momento de apilar bandejas y cajas de pescado realizar esta función teniendo en cuenta su correcta colocación de forma que el peso este convenientemente repartido

Equipos de protección individual

- Los equipos de protección individual así como el vestuario deben estar libres de asperezas, aristas, puntas salientes, que puedan provocar irritaciones o lesiones indeseadas.

- Todo el equipo de protección individual debe disponer del marcado “CE”

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- El vestuario ha de ser cómodo, usando la talla correcta y apropiada, adaptado al cuerpo mediante los sistemas de ajuste.
- La utilización, almacenamiento, limpieza y desinfección de estos equipos de protección deberán ajustarse de acuerdo con las instrucciones ofrecidas por el fabricante
- Al finalizar la jornada de trabajo los equipos de protección individual se guardaran en el lugar adecuado y destinado para ello.
- El trabajador deberá informar de forma inmediata de cualquier tipo de deterioro, anomalía o daño que pueda tener el equipo de protección individual

2.7 CHARCUTERIA Fuente [17]

La Charcutería se ha convertido en una de las zonas más imprescindibles en un hipermercado, este puesto de trabajo conlleva una serie de riesgos de diversa consideración. Uno de los aspectos a tener en cuenta en las labores de charcutería es la atención constante que han de mantener en su puesto de trabajo los trabajadores con momentos en los que apenas tienen clientes y otros en los que la clientela exige un trabajo seguido y continuado sin pausas causando a los mismos agotamiento tanto física como mentalmente.



Figura 1.9 Fuente: Blockdigital.com

Entre los riesgos más importantes se pueden destacar:

- 1.- Sobreesfuerzos
- 2.- Lesiones musculoesqueléticas
- 3.- Fatiga mental

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- 4.- Fatiga por posturas forzadas
- 5.- Malas condiciones ambientales
- 6.- Trabajos a turnos
- 7.- Ritmos de trabajo alto
- 8.- Cortes con las herramientas de trabajo
- 9.- Trabajo monótono
- 10.- Estrés
- 11.- Movimientos repetitivos
- 12.- Atención constante

Medidas preventivas generales

- .- Los puestos de trabajo así como los elementos que así lo conforman han de estar colocados con el suficiente espacio para que los trabajadores puedan llevar a cabo su labor en condiciones óptimas de seguridad y bienestar.
- .- Colocar alfombras de goma u otro material antideslizante que evite los resbalones y caídas al mismo nivel
- .- El suelo ha de ser fijo, estable sin irregularidades ni pendientes peligrosas
- .- Los utensilios y herramientas que se utilicen en el lugar de trabajo deberá ser de un material que no transmita sustancias tóxicas, olores o sabores, que sean resistentes a la corrosión y que sean capaces de resistir repetidas operaciones de limpieza y desinfección
- .- En la zona de charcutería no se utilizaran maderas u otros materiales que no puedan limpiarse y desinfectarse
- .- Los equipos y utensilios que se utilicen en la sección de charcutería deberán mantenerse en buen estado de conservación, sustituyéndose por otros cuando se detecte cualquier tipo de deterioro o corrosión
- .- En cuanto a los equipos eléctricos para el corte de los productos, solo podrán utilizarse con el sistema o modo de protección previsto por su fabricante.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- En el caso de tener que transportar algún tipo de peso manualmente, se utilizara algún medio mecánico de transporte, en el caso de no contar con medios mecánicos para transportar la mercancía, se utilizaran carros que contengan bandejas que permitan transportar dichos productos
- Usar guantes protectores para manejar materiales punzantes o con bordes cortantes.
- Toda máquina o equipo con el que el trabajador de charcutería vaya a llevar a cabo las tareas de charcutería han de contener el marcado “CE” manteniéndose en perfecto estado.
- Los equipos de trabajo que vayan a utilizar los trabajadores han de tener las zonas de corte protegidas, usando empujadores para introducir los alimentos no realizando dicha tarea con las manos directamente.
- Los cuchillos han de tener el mango antideslizante y estar perfectamente afilados para evitar movimientos descontrolados, limpiándolos y guardándolos en un lugar adecuado una vez se haya terminado las labores de corte
- Diseñar un procedimiento para las labores de limpieza, mantenimiento y sustitución de componentes en los utensilios y equipos de trabajo que sean más peligrosos
- Queda totalmente prohibido anular o desproteger las protecciones de las que disponen los equipos de corte.
- Comprobar antes de su uso que la maquinaria o equipo de trabajo se encuentran en perfectas condiciones de uso y que todas las protecciones y mecanismos de seguridad están instalados correctamente

Maquinas, cuchillos y utensilios de corte

- Los cuchillos han de ser usados con suma precaución, estos cuchillos han de tener el mango antideslizante y estar correctamente afilados
- En todas las labores de corte, los trabajadores, deberán utilizar los equipos de protección individual adecuados como los guantes de malla



- Todos los trabajadores deberán ser formados

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

para el manejo de los utensilios de corte e informados sobre las indicaciones de seguridad y mantenimiento ofrecidos por el fabricante.

.- A la hora de realizar las operaciones de limpieza,

Figura 1.10 Fuente: Blockdigital.com

verificar que los equipos de corte se encuentran apagados y desenchufados antes de proceder con la tarea.

.- Todos los trabajadores utilizaran ropa de trabajo adecuada, prescindiendo de colgantes o adornos sueltos que puedan caerse o producir algún tipo de atrapamiento con las máquinas y equipos

.- El pelo deberá estar en todo momento recogido utilizando una malla o red.

.- Cuando se terminen las labores de corte los cuchillos han de ser guardados en su lugar correspondiente.

2.8 PRODUCTOS FRESCOS Fuente [17]

Siguiendo en la línea de los puestos de trabajo más relevantes nos encontramos con los vendedores de productos frescos, una labor que conlleva una serie de riesgos que a veces pasan desapercibidos

Como norma general los vendedores de productos frescos deben de prestar atención tanto a la cliente que llega demandando los productos como al género del que se dispone en la zona de venta, ocasionando en muchas ocasiones accidentes indeseados que aunque son de menor rango sí que perjudican la seguridad y salud de los trabajadores.

Entre los riesgos cabe destacar:

1.- Fatiga por posturas continuadas de pie

2.- Sobreesfuerzos

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- 3.- Lesiones musculoesqueléticas
- 4.- Caídas al mismo nivel
- 5.- Caídas de objetos desprendidos
- 6.- Trabajo a turno o nocturno
- 7.- Exposición al ruido
- 8.- Desplome de los productos
- 9.- Choques contra objetos
- 10.- Golpes y caídas

Medidas preventivas para evitar caídas

- .- Mantener los suelos del lugar de trabajo en perfectas condiciones de limpieza y despejados de obstáculos que puedan provocar la caída del trabajador
- .- Usar un calzado adecuado con suela antideslizante
- .- Si el trabajador observase cualquier anomalía en el suelo procederá a informar inmediatamente a su superior a fin de evitar lesiones a él o a clientes.

Medidas preventivas contra desplome de los productos

- .- Formar e informar a los trabajadores sobre como colocar los productos de forma para que estos no se desplomen
- .- Mantener los productos en sus embalajes originales
- .- Disponer los productos atendiendo a sus características, volumen, peso, calidad, etc., verificando que aquellos que sean más pesados se encuentren en la parte más baja de la estantería
- .- Comprobar periódicamente el estado de las estanterías comprobando su estanqueidad y resistencia.



Figura 1.11 Fuente: Blockdigital.com

Medidas preventivas para riesgos de caídas de objetos desprendidos

- Utilizar medios mecánicos para el transporte de los productos a su lugar de venta
- En cuanto al apilamiento de los pallets de los productos, el trabajador deberá realizarlo de la manera más segura para garantizar su estabilidad y seguridad. Cuando estos se encuentren en zonas de tránsito, han de señalizarse y rodearse para impedir la aproximación de los viandantes

Medidas preventivas para evitar choques contra objetos inmóviles

- Los pasillos y vías de circulación de los lugares de trabajo han de estar correctamente iluminados para evitar golpes de los trabajadores con objetos inmóviles
- Las carretillas manuales deberán disponer de guardamanos y encontrarse en buenas condiciones de uso.
- Asegurar que el espacio de trabajo es el adecuado y que la distancia entre objetos como estanterías, mesa de trabajo etc. es el adecuado

Medidas preventivas para evitar golpes y caídas de objetos en manipulación

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

.- Las bandejas y plataformas de transporte de los productos frescos han de ser lo suficientemente resistentes para que los productos no caigan originen golpes o caídas de personal

.- No superar en ningún momento la capacidad de carga de las estanterías y plataformas

Medidas preventivas generales

.- Todo trabajador encargado de la venta de productos frescos en hipermercados deberá respetar al máximo las normas de seguridad generales.

.- Los trabajadores deberán vigilar que las condiciones ambientales de trabajo sean las adecuadas como son la temperatura, iluminación y ruido

.- Los trabajadores deberán respetar las señalizaciones del lugar en el que está realizando las labores diarias

.- Los trabajadores tendrán que ser formados e informados acerca de las consignas establecidas en caso de evacuación del centro de trabajo

.- Los accesos al lugar de trabajo se mantendrán despejados de cualquier tipo de obstáculos y debidamente limpios

.- Evitar la presencia de cables en el puesto de trabajo

2.9 CARNICERIA Fuente [17]

Al igual que el personal de Charcutería, otra de las labores imprescindibles en un hipermercado son las de Carnicería, ya que los utensilios de corte que utilizan los carniceros como norma general son muy peligrosos por su alta condición de afilado para realizar cortes difíciles.

En cuanto a los riesgos más importantes que podemos encontrarnos en las labores del personal de carnicería son muy parecidos a los que sufren los trabajadores de charcutería entre estos podemos destacar:

- 1.- Fatiga por posturas forzadas
- 2.- Sobreesfuerzos
- 3.- Lesiones musculo-esqueléticas
- 4.- Fatiga mental

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- 5.- Malas condiciones ambientales
- 6.- Riesgos psicosociales
- 7.- Corte con herramientas de trabajo
- 8.- Ritmos de trabajo alto
- 9.- Estrés
- 10.- Movimientos repetitivos



Figura 1.12 Fuente; Youtube.com

Medidas preventivas generales

- .- Mantener las zonas de paso de los lugares de trabajo libres de obstáculos
- .- Vigilar que no hayan en el suelo cables de ningún tipo que puedan provocar caídas, vigilando a su vez que no exista ninguna irregularidad como baldosas sueltas o rotas.
- .- Señalizar debidamente los suelos recién fregados o húmedos,
- .- No alterar los dispositivos de seguridad de las maquinas respetando en todo momento las especificaciones del fabricante
- .- Antes de verificar cualquier maquinaria verificar que esta se encuentra desenchufada de la corriente
- .- En caso de avería de la maquinaria, avisar al encargado y a los demás trabajadores impidiendo que el equipo vuelva a utilizarse

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- En cuanto a organización de trabajo, el trabajador deberá colocar todos los utensilios o productos en estanterías, armarios, cajones etc. de forma que su acceso sea fácil y que los objetos punzantes no puedan provocar ningún tipo de accidente.
- En cuanto a las posturas forzadas, el mostrador de la carnicería como norma general debe estar colocado a la altura de los codos del trabajador
- Si la tarea que tiene que realizar el trabajador es de precisión, el plano de trabajo puede estar ligeramente más alto que los codos, de esta forma disminuiríamos el trabajo estático de los brazos
- Si para realizar labores de corte se precisa fuerza, es conveniente bajar el plano de trabajo de forma que el ángulo de flexión del brazo sea superior a 90° de esta forma el trabajador podrá realizar la tarea con más fuerza
- No mantener durante demasiado tiempo la misma postura, para ello cambiar la postura buscando aquella que resulte más cómoda y que implique menos esfuerzo físico
- Realizar con periodicidad movimientos suaves de estiramiento de los músculos evitando las torsiones del cuerpo o giros bruscos del tronco así como movimientos forzados



Figura 1.13 Fuente; Blogodisea.es

Acceso a cámaras frigoríficas

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

.- Las cámaras frigoríficas estarán dotadas de un sistema de detección que avise de las posibles fugas o escapes de los gases que producen frío. Todos los trabajadores recibirán formación específica de cómo comportarse en caso de fuga.

.- Las puertas de las cámaras frigoríficas dispondrán de un sistema que permita la apertura desde el interior y en el exterior existirá una señal luminosa que advierta de la presencia de trabajadores en su interior.

.- A la hora de acceder al interior de las cámaras frigoríficas, los trabajadores deberán de usar prendas de abrigo adecuadas tales como cubrecabezas, calzado y guantes aislantes y cualquier tipo de protección necesaria para realizar labores con total seguridad.

Manipulación de alimentos

.- Los trabajadores dispondrán del correspondiente Diploma de Manipulador de Alimentos

.- Mantendrán una higiene personal adecuada manteniendo sus manos en todo momento limpias y el pelo recogido con una malla

.- No se puede fumar en ningún momento ni estornudar o toser sobre los alimentos

.- Si el trabajador tuviera alguna herida o corte en las manos, empleara una protección adecuada

Equipos de protección individual

.- Los EPI's que deben utilizar los trabajadores de la carnicería son:



.- Chaleco isotérmico

.- Fajas anti lumbago

.-Guantes protectores para evitar cortes

.- Peto o delantal de malla

.- Guantes de goma para envasado

Utilización de cortadoras y picadoras

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

.- Todos los trabajadores deberán recibir la formación e información necesaria acerca del uso, manejo y riesgos a la hora de utilizar estos utensilios así como también la forma de evitarlos



.- Los dispositivos de protección en los elementos de corte de estos equipos están destinados para que sean inaccesibles en su utilización, por lo que queda totalmente prohibido su anulación.- A la hora de introducir los productos en estos equipos, los trabajadores se ayudaran de empujadores de mano que eviten riesgos de atrapamiento y cortes.- Las operaciones de mantenimiento y reparación de estos equipos, solo se realizaran después de haber desconectados de la corriente eléctrica los mismos para evitar que se pongan en funcionamiento de forma imprevista.

Herramientas manuales

.- Los utensilios deberán ser usados para el fin con el que fueron diseñados no utilizándolo como destornilladores o palancas

.- Los utensilios de corte se conservaran en perfecto estado de limpieza comprobando su buen estado de conservación

.- Este tipo de utensilio ha de ser transportado de forma segura, para ello se protegerá los filos y puntas introduciéndolas en fundas de protección para evitar cortes indeseados. Una vez usados se guardaran de forma ordenada en lugares indicados para ello.

.- Los cuchillos deberán ir provistos de alguna moldura en su mano para evitar que la mano se deslice hasta la hoja de corte.

.- Se utilizaran guantes y mandiles para proteger las manos, brazos y cuerpo

2.10 PANADERIA Fuente [5]

Los obradores de panadería, cada vez más comunes en los hipermercados, son lugares en los que se desarrollan complicadas actividades tanto de forma manual como con la utilización de maquinaria, con lo que además de contar con los riesgos inherentes a las ejecuciones manuales también tenemos los derivados de la realización del pan y productos de confitería.

Entre los riesgos más importantes destacamos.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- 1.- Fatiga por posturas continuadas de pie
- 2.- Sobreesfuerzos
- 3.- Lesiones musculoesqueléticas
- 4.- Caídas al mismo nivel
- 5.- Caídas a distinto nivel
- 6.- Trabajos a turnos o nocturnos
- 7.- Exposición al ruido
- 8.- Exposición a vibraciones
- 9.- Choques contra objetos
- 10.- Exposición a polvo de harina
- 11.- Contactos térmicos
- 12.- Golpes y cortes con máquinas o partes móviles
- 13.- Contactos eléctricos

Medidas preventivas en los lugares de trabajo

- .- El suelo de los obradores han de ser fijos y no resbaladizos sin pendientes ni irregularidades
- .- Los pasillos de circulación de carros y cintas de transporte han de estar libres de obstáculos y debidamente señalizados
- .- Para evitar la concentración de gases o vapores, los obradores han de ventilarse de forma periódica

Medidas preventivas de iluminación

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

.- Los obradores de panadería deberán contar con una iluminación artificial de 300 lux para labores de preparación de la masa y elaboración del pan y de 500 lux para el acabado y decorado del mismo.

.- La iluminación ha de ser uniforme, sin que se produzcan deslumbramientos ni exceda en contrastes entre las zonas iluminadas y de sombras

Medidas preventivas de orden y limpieza

.- Se establecerán programas de limpieza periódicos prestando especial atención a suelos, paredes, techos, focos de iluminación, herramientas y utensilios

.- Toda la maquinaria y herramientas manuales que utilicen los trabajadores del obrador serán cuidadosamente limpiados y ordenados en el lugar destinado para ello



Figura 1.16 Fuente Blockdigital.com

Medidas preventivas en la manipulación manual de pesos.

.- Los trabajadores a la hora de levantar pesos de forma manual, apoyaran los pies en el suelo separados entre sí una distancia equivalente a la que hay entre los hombros doblando las rodillas y manteniendo la espalda recta.

.- El peso se levantara de forma gradual enderezando las piernas, pidiendo ayuda en caso de que la carga fuera demasiado pesada

.- Inspeccionar la carga antes de ser levantada comprobando su peso aproximado si contiene bordes cortantes, clavos astillas, etc. Esta será transportada con el tronco lo más recto posible y cerca del cuerpo

.- El equipo de seguridad que debe utilizar el trabajador son botas de seguridad, guantes de protección y casco en caso de que exista posibilidad de riesgo de caída de objetos por desplome.

Medidas preventivas para trabajos nocturnos

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- .- Evitar en la medida de lo posible la exposición a este tipo de trabajos a personas menores de 25 y mayores de años
- .- Estipular suficientes pausas que permitan tomar al menos una comida caliente durante las horas en las que se realice la tarea
- .- La carga de trabajo cuando este sea nocturno ha de ser inferior a la del resto de la jornada de trabajo
- .- Cuando se hallan realizado dos o tres turnos de noche consecutivos disponer al menos de una jornada completa de descanso.

Medidas preventivas en labores de amasadora, batidora y refinadora

- .- No suministrar materia prima a este tipo de maquinaria cuando estén en funcionamiento
- .- Queda terminantemente prohibido sacar la masa de estos equipos hasta que no esté totalmente parada

Medidas preventivas en la utilización de divisora

- .- No introducir las manos dentro de la divisora para evitar que las cuchillas produzcan cortes.
- .- Tener a mano y respetar todo lo estipulado en el manual de instrucciones y de calibración
- .- Evitar el uso de objetos no adecuados para la divisora
- .- Manejar siempre las BPM (**Buenas Prácticas de Manejo**) en el manejo de estas máquinas
- .- Los trabajadores han de recibir una formación específica del manejo de estas máquinas antes de proceder a su utilización.

Medidas preventivas en la utilización de la boleadora

- .- Desconectar de la corriente antes proceder a su limpieza o cuando esta se atasque
- .- Desconectar las máquinas tanto anterior como posterior, divisora y cinta de reposo, para evitar el riesgo de atrapamiento que presentan los rodillos y cadenas.

Medidas preventivas en cintas de reposo, formadora de barras y cámara de fermentación

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- Utilizar las barreras de protección durante las labores de corte
- Mantener las cámaras de fermentación con unas condiciones ambientales óptimas de 30° de temperatura y 90% de humedad
- Mantener una ventilación adecuada, ya que la maquina en estado de fermentación produce cantidades insalubres de monóxido de carbono.



Figura 1.16 Horno de cocción Fuente: Dreamsteam.com

Medidas preventivas en el tallado de barras y horno de fermentación

- Realizar el tallado de las barras con cortes horizontales para que liberen menor cantidad de gases durante la cocción
- Es recomendable que para el tallado de las barras se ejecute en bandejas sacando las mismas del carro y volviendo a colocarlas en su sitio de nuevo para evitar que el carro vuelque.
- Extremar los cuidados a la hora de abrir y cerrar el horno para sacar las bandejas ya que se pueden recibir golpes de calor en cara y ojos.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

.- Para el manejo de las bandejas se han de utilizar equipos de protección individual, como guantes de protección con aislamiento de calor.

2.11 PERSONAL DE SEGURIDAD Fuente [12] [13]

Aunque se hable de un servicio exterior, los vigilantes o personal de seguridad forman ya un equipo de trabajo propio de los supermercados, las labores que desempeñan es generalizado en cuanto a la vigilancia, pero diferente según el puesto de trabajo o zona del supermercado que tengan que vigilar, en consecuencia no solamente sufren riesgos inherentes a su labor diaria sino también aquellos riesgos del puesto o zona de trabajo en el que ejecutan su labor.

Como norma general, los vigilantes de seguridad sufren las consecuencias de una jornada completa con posturas continuadas de pie aunque no debemos olvidar que hay otros muchos riesgos que se suman para que este trabajo sea considerado como uno de los más problemáticos.

Entre los riesgos más importantes cabe destacar:

- 1.- Fatigas por posturas continuadas de pie
- 2.- Lesiones musculoesqueléticas
- 3.- Caídas al mismo nivel
- 4.- Caídas a distinto nivel
- 5.- Caídas de objetos desprendidos
- 6.- Exposición a temperaturas extremas
- 7.- Estrés
- 8.- Riesgos por factores psicosociales
- 9.- Contactos eléctricos
- 10.- Riesgos inherentes a los lugares de trabajo



Figura 1.17 Fuente Blockdigital.es

Medidas preventivas contra los factores psicosociales

- .- Fijar las tareas con la antelación suficiente evitando en lo posible el trabajo simultáneo
- .- Realizar rotaciones durante la jornada de trabajo incorporando los correspondientes descansos
- .- Formar e informar a los vigilantes de seguridad en materia de seguridad, el puesto de trabajo, sus riesgos y las medidas preventivas a adoptar.
- .- El riesgo de agresiones es inherente al puesto de trabajo del Vigilante de Seguridad. Se recomienda mantener la calma, intentar tranquilizar al agresor extremando las precauciones y en caso de cualquier incidente que sobrepase sus atribuciones, recurrir a las Fuerzas de Seguridad del Estado

Medidas preventivas por posturas continuadas

- .- Los ritmos de trabajo han de adecuarse al trabajador, así como el peso de las cargas, la dirección de los movimientos, las posturas, etc., con el fin de conseguir una mayor adecuación de los músculos del trabajador y obtener de este modo una mejor utilización de la fuerza disponible
- .- Durante la jornada laboral se proveerán tiempos de reposo para permitir el descanso de los trabajadores.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- Es recomendable no permanecer mucho tiempo en la misma postura
- Realizar ejercicios para prevenir y relajar los músculos. Algunos de los ejercicios más habituales son:

Girar lentamente la cabeza de derecha a izquierda

Inclinar lentamente la cabeza a derecha e izquierda

Subir los hombros con los brazos caídos a lo largo del cuerpo y bajar los hombros

Manos en la nuca y espalda recta, a continuación flexionar lentamente la cintura y dejar caer los brazos de forma alternativa

Colocar los brazos a la altura del pecho, con los codos flexionados y un antebrazo sobre el otro, dirigir al máximo los hombros hacia atrás

- No estar quieto mucho tiempo, aunque sea caminar sobre sus propios pasos.

Medidas preventivas para los trabajos a turnos

- Es conveniente que los encargados de seguridad participen en la elección de los turnos de trabajo para conseguir de esta forma que se adapten a las necesidades individuales

- Los turnos de trabajo deberán respetar al máximo los ciclos de sueño

- La jornada laboral de los trabajos nocturnos ha de ser más corta que el resto de jornadas de trabajo durante el día

Medidas preventivas contra caídas al mismo nivel

- La iluminación del puesto de trabajo ha de ajustarse a la tarea a realizar respetando en todo momento los límites mínimos establecidos

- Los lugares de trabajo han de mantenerse en buenas condiciones de limpieza y orden para evitar caídas

- Las zonas de paso estarán en todo momento libres de obstáculos y debidamente señalizadas y delimitadas

- Utilizar calzado adecuado y antideslizante para realizar su jornada

3 SEÑALIZACION Fuente [16]

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

En el interior de un supermercado nos encontramos con una gran cantidad de señales. La señalización tiene como misión fundamental llamar rápidamente la atención sobre una situación o peligro, haciendo que el individuo reaccione de un modo previamente establecido (NTP 399.010-1 NTP 399.011). Para que una señal sea eficaz ha de cumplir con unos requisitos mínimos:

Que sea capaz de atraer la atención de los destinatarios y mostrar el riesgo con suficiente antelación

Que facilite un mensaje claro y con interpretación fácil hacia los destinatarios

Que informe sobre la forma de actuación

Ha de ser adecuada al entorno del trabajador

De material resistente y tamaño adecuado a su visibilidad

Dentro de un supermercado nos encontramos con diferentes tipos de señales siendo las más comunes las señales ópticas y las acústicas. Dentro de las señales ópticas destacan las señales de seguridad, luces, letreros y etiquetas.

Las señales de Seguridad son las que mediante la combinación de una forma geométrica, un color y un símbolo proporcionan información definida y precisa en relación con la seguridad. Dentro de estas señales y en función del color nos encontramos

	SIGNIFICADO	INDICACIONES Y PRECISIONES
<p>ROJO</p> <p>Color de contraste</p> <p>BLANCO</p>	<p>Parada</p> <p>Prohibición</p> <p>Material, equipo y sistemas para combate de incendios</p>	<p>Señales de parada</p> <p>Señales de prohibición</p> <p>Dispositivos de desconexión de urgencia</p> <p>En los equipos de lucha contra incendios:</p> <p>.- Señalización</p> <p>.- Localización</p>
<p>AMARILLO</p> <p>Color de contraste</p> <p>NEGRO</p>	<p>Advertencia de peligro</p> <p>Delimitación de Áreas</p>	<p>Señalización de riesgos</p> <p>Señalización de umbrales, pasillos y poca altura</p>
<p>VERDE</p> <p>Color de contraste</p> <p>BLANCO</p>	<p>Situación de seguridad</p> <p>Primeros Auxilios</p>	<p>Señalización de pasillos y salidas de socorro</p> <p>Rociadores de Socorro</p> <p>Puesto de primeros auxilios y salvamento</p>

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

Las señales de **PROHICION** (circulo con banda circular y banda diametral oblicua a 45° con la horizontal, dispuesta de la parte superior izquierda a la inferior derecha)



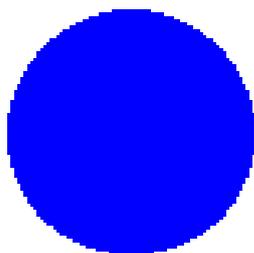
PROHIBICION DE UNA ACCION SUSCEPTIBLE DE PROVOCAR UN RIESGO

Estas señales las vamos a encontrar en toda el área del supermercado tanto en la zona de almacén como en la zona de venta y alrededores ejemplos típicos de estas señales son:



Figura 1.18 Señales de prohibición. Fuente Ebersign.com

Las señales de **ACCION DE MANDO** (obligado cumplimiento)



DESCRIPCION DE UNA ACCION OBLIGATORIA

Estas señales nos las encontraremos básicamente en las zonas de almacén y transporte, Algunos ejemplos de estas señales son



Figura 1.20 Señales de Acción de Mando Fuente Ebersign.com

Las señales de **ADVERTENCIA**, triángulo equilátero. La base deberá ser paralela a la horizontal



ADVIERTE DE UN PELIGRO

Este tipo de señales las encontraremos tanto en la zona de almacén con el de venta siendo más frecuentes en las zonas de almacén pero también durante las labores de limpieza, ejemplos de algunas de estas señales son



Figura 1.21 Señales de Advertencia Fuente Ebersign.com

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

Las señales relativas a los equipos de **LUCHA CONTRA INCENDIOS** cuadro o rectángulo. La base medirá entre una a una y media veces la altura y deberá ser paralela a la horizontal



PROPORCIONA INFORMACION PARA CASOS DE EMERGENCIA

Este tipo de señales nos las encontraremos en toda el área del supermercado tanto en zonas de almacén como en la de ventas y exteriores. Algunos ejemplos de estas señales son



Figura 1.22 Señales de lucha contra incendios Fuente Ebersign.com

Por ultimo tenemos las concernientes a **CONDICIONES SEGURAS**

$$S \geq L^2 / 2000$$

Donde:

S = superficie de la señal en m²

L = distancia máxima de observación en mt

Esta relación solo se aplica para distancias de 5 a 50 mt. Para distancias menores de 5 más, el área de las señales será como mínimo de 125 cm². Para distancias mayores de 50 más, el área de será al menos 12500 cms²

3.1 OTRAS SEÑALES

Además de las señales hasta ahora comentadas, dentro del supermercado también podemos encontrar otro tipo de señales como son:

Señales Luminosas: Utilizada cuando contempla aquellos elementos que, por su situación, dimensiones y otras particularidades deben estar convenientemente señalizados, incluso de noche. Estos dispositivos actúan excitando una o varias lámparas mediante tensión apropiada, pudiéndose realizar la excitación de forma continua o intermitente. Dentro de un supermercado las podemos encontrar en los conductos eléctricos de tensión, ya que por su peligrosidad y difícil apreciación visual del riesgo se necesita contar con unos indicadores luminosos que traduzcan de forma visible el riesgo

Señales acústicas: Especialmente indicadas para el caso en que el destinatario no pueda captar la señal óptica. Se debe tener en cuenta que para que una señal acústica sea audible en cualquier zona, su nivel sonoro deberá ser al menos de 10 dB superior al ruido ambiente y no se recomienda que sobrepase los 120 dB en periodos cortos.

Señalización verbal y no verbal: La señalización verbal se puede producir a través de la megafonía a la hora de comunicar a los clientes la hora del cierre. Dentro de los almacenes se suele usar cuando el transportista se comunica con el trabajador asignado para recibir el material.

Las señales gestuales o no verbales deben ser precisas, simples, amplias y fácil de realizar y comprender y claramente distinguibles de cualquier otra señal gestual. Las más usadas dentro de la zona de almacén son:

Alto, interrupción, fin del movimiento: Los dos brazos extendidos de forma horizontal, las palmas de las manos hacia adelante

Avanzar: Los dos brazos doblados, las palmas de las manos hacia el interior, los antebrazos se mueven lentamente hacia el cuerpo

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

Retroceder: los dos brazos doblados, las palmas de las manos hacia el exterior, los antebrazos se mueven lentamente alejándose del cuerpo

4 SERVICIOS HIGIENICOS

4.1 VESTUARIOS DUCHAS Y RETRETES Fuente [3]

Dentro de los supermercados y a tenor de lo dispuesto en el R. D 486/97 de 14 Abril, estos lugares de trabajo han de disponer de vestuarios, duchas, lavabos y retretes:

.- Dispondrán de vestuarios cuando los trabajadores deban llevar ropa especial de trabajo y no se les pueda pedir, por razones de salud o decoro, que se cambien en otras dependencia

.- Los vestuarios estarán provistos de asientos armarios o taquillas con llave que tendrán la capacidad para guardar ropa y calzado, debiendo estar estos separados cuando sea necesario por el estado de contaminación, suciedad o humedad de la ropa de trabajo

.- Cuando estos no sean necesarios, los trabajadores dispondrán de unos colgadores o armarios para guardar su ropa

.- En las proximidades a los vestuarios, se dispondrán de locales de aseo con espejos, lavabos con agua corriente, caliente si fuera necesario, jabón toallas individuales u otro sistema de secado con garantías higiénicas. También se dispondrán duchas de agua corriente, caliente y fría

.- Los lugares de trabajo dispondrán de retretes dotados de lavabos situados en las proximidades de los puestos de trabajo, de los locales de descanso, de los vestuarios y de los locales de aseo cuando no estén integrados en el mismo

.- Todos estos servicios han de ser de fácil acceso, adecuados a su uso y de características constructivas que faciliten su limpieza

.- Los vestuarios, locales de aseo, y retretes estarán separados para hombres y mujeres o deberá proveerse la utilización por separado de los mismos y no se usaran para fines distintos para los que fueron creados.

.- Cuando la seguridad o salud de los trabajadores lo exijan, en razón del tipo de actividad o del número de trabajadores, estos dispondrán de un local de descanso de fácil acceso

.- Los locales de descanso estarán dotados de mesas y asientos con respaldos y serán suficientes para el número de trabajadores que deban utilizarlos simultáneamente



Figura 1.24 Fuente: Blockdigital.es

CONCLUSIONES

Con el desarrollo de este trabajo hemos pretendido describir el funcionamiento de un hipermercado prestando atención a todas sus secciones y los riesgos y medidas preventivas inherentes a ellos. Un hipermercado funciona como una gran empresa y cada trabajador ha de estar especializado en su sección, debe conocer todos los riesgos y las medidas preventivas a ejercitar para evitar en la medida de lo posible accidentes de trabajo.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

El nivel de trabajadores que a diario prestan servicios dentro de un hipermercado tanto en la jornada de apertura como fuera de ella es muy alto, lo que lleva al hipermercado a estar expuesto a una gran cantidad de riesgos.

Estos trabajadores deben recibir información específica sobre los riesgos a los que están expuestos y las medidas preventivas a adoptar por lo que durante este trabajo se han buscado realizar un reconocimiento, evaluación y control de estos riesgos. Una vez identificados y registrados, se ha determinado la exposición del trabajador y se ha propuesto la aplicación de las pertinentes medidas correctivas, por ejemplo: para evitar cualquier problema, es mantener la zona de trabajo limpia y ordenada, así evitaremos, caídas al suelo o encima de los objetos, incendios, golpes, o atropellamientos por vehículos del supermercado.

Todos los trabajadores, previo a su contratación han de recibir una formación en materia preventiva general del centro de trabajo y específica de su sección, cuidando minuciosamente hasta los detalles más pequeños ya que estos son los que con mayor frecuencia pasan inadvertidos o se olvidan.

Los riesgos descritos en el presente trabajo, son difíciles de erradicar si no se incide en la organización del trabajo. La presión por llegar a todo o la duplicidad de tareas influye en los trabajadores y les lleva a no prestar la atención suficiente en los procedimientos correctos para el desempeño de sus funciones sin poner en riesgo su seguridad y salud.

Por otro lado es importante también tomar en consideración las deficiencias detectadas entre los aspectos psicosociales existentes en su entorno de trabajo, la poca autonomía que disponen los trabajadores unido a la poca participación en los cambios y cuestiones relacionadas con la empresa, la inseguridad laboral o el estilo de mando autoritario que ejercen algunos encargados, llegando a generar en los trabajadores insatisfacción laboral y situaciones de estrés o tensión

De su lectura podemos concluir que los riesgos a los que están sometidos los trabajadores de un hipermercado aun cuando sean evaluados y tipificados y los trabajadores reciban una formación e información adecuada al puesto de trabajo que desarrollan, en ocasiones debido a la celeridad con la que tienen que realizar sus tareas al tiempo que tienen que estar atendiendo al público y la falta de organización de las tareas a realizar hacen que estos sufran accidentes laborales no deseados pero que hacen que el sector servicios siga apareciendo entre los de mayor índice de accidentes laborales con baja , de ahí la importancia que la prevención de riesgos laborales adquiere.

5 BIBLIOGRAFIA

- [1] Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales (Nov. 8, 1995)
- [2] Real Decreto 39/1997, por el que se aprueba el reglamento de los servicios de prevención (Enero 17, 1997).
- [3] Real Decreto 486/1997: disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo (Abril, 14, 1997)
- [4] González G. ADEPESCA IV Plan Director de Prevención de Riesgos Laborales
- [5] Garcia Quince A, Garcinuño Prados A., Rubio Ibáñez E, Gala Antolín E, Seguridad e Higiene en Pastelería y Panadería, Junta de Castilla y León Consejería de Economía y Empleo 2011
- [6] Instituto Canario de Seguridad Laboral: Lesiones musculoesqueléticas de espalda, columna vertebral y extremidades.
- [7] Leva Fernández M, Derecho Laboral y Prevención de Riesgos Laborales, Lexpreve (Junio 16, 2010)
- [8] Ministerio de Empleo y Seguridad Social: Guía metodológica para el estudio ergonómico del trabajo de cajera de hipermercado
- [9] INSHT Guía práctica de Riesgos y Medidas preventivas para el sector del Transporte de mercancías
- [10] FREMAP Manual de Seguridad en el uso de carretillas elevadoras y traspalea
- [11] FREMAP Manual de Seguridad y Salud en Trabajos de Reponedor
- [12] FREMAP Manual de Seguridad y Salud en Centros Comerciales
- [13] Llopis Mico V. Los riesgos laborales en Seguridad Privada PREVENCIÓN (Nov.11, 2012)
- [14] Freigenedo F, Manual para la prevención de riesgos laborales en el sector de la limpieza. FADE 06 2012
- [15] INSHT NTP 481 Orden y Limpieza de lugares de trabajo
- [16] INSHT NTP 511 Señales visuales de seguridad: aplicación práctica
- [17] Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales: Riesgos y Medidas preventivas por oficios

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

- [18] INSHT Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la Manipulación Manual de Cargas
- [19] INSHT Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de los lugares de trabajo. RD 486/1997 de 14 de Abril
- [20] Block digital (sitio en internet) Disponible en www.directivoglobal.com
- [21] ECD El confidencial Digital (sitio de internet) Disponible en www.elconfidencialdigital.com
- [22] Mulpix. (sitio de internet) Disponible en www.mulpix.com
- [23] Imagetower (sitio de internet) Disponible en www.imagetower.es
- [24] Libremercado. (sitio de internet) Disponible en www.libremercado.com
- [25] Master cold. (sitio de internet) Disponible en www.mastercold.com
- [26] Youtube (sitio de internet) Disponible en www.youtube.com
- [27] Blogodisea (sitio de internet) Disponible en www.blogodisea.com
- [28] Dream Steam (sitio de internet) Disponible en www.dreamsteam.com
- [29] Ebersign (sitio de internet) Disponible en www.ebersign.com

6 ANEXOS

Trabajadores de E.T.T.

En este tipo de empresas muchos de los trabajadores que se contratan se hacen a través de E.T.T. aunque muchos de ellos más tarde llegan a formar parte de la plantilla, hay que prestar atención a estos trabajadores en materia de seguridad y salud.

En el trabajo prestado mediante E.T.T: están implicados dos empresarios que mantienen una diferente relación con el trabajador. La E.T.T: es quien contrata al trabajador, no obstante, es la empresa a la que presta servicios el trabajador quien tiene contacto con él. El artículo 1.2 del Estatuto de los Trabajadores dispone que “empleador es quien recibe los servicios de un trabajador”, señalando que en este caso dicha calificación correspondería a la empresa que recibe los servicios del trabajador o empresa usuaria

A continuación se exponen las obligaciones por parte del empresario en materia de seguridad y salud con respecto a los trabajadores de una E.T.T

Antes de la contratación

.- La empresa usuaria tiene la obligación de informar a la E.T.T sobre las características del puesto de trabajo a desempeñar y de las cualificaciones requeridas (Art. 28.5 2º párrafo de la Ley 31/1995 de P.R.L.)

.- “Todas las empresas que hayan de cubrir puestos de trabajo con riesgo de enfermedades profesionales están obligadas a practicar un reconocimiento médico previo a la admisión de los trabajadores que hayan de ocupar aquellos (...)” (Art. 196.1 de la Ley General de Seguridad Social).

.- Si el trabajador es apto, será contratado por la E.T.T. y trabajará bajo las ordenes de la empresa usuaria. Si el control médico deriva en la ineptitud del trabajador para prestar ese servicio, según dispone el art. 196.3 de la Ley General de Seguridad Social, no podrá ser contratado por la E.T.T

Antes de la contratación

.- El deber de la E.T.T de informar al trabajador sobre las características del puesto y la cualificación laboral exigida (Art. 28.5 2º párrafo de la Ley 31/1995 de PRL y Art. 3.2 del R.D 216/99)

.- La obligación de la E.T.T. de formar al trabajador (art. 19.2 de la Ley 31/1999 de PRL y el R.D. 216/99).

.- La obligación de la E.T.T. de vigilar la salud del trabajador puesto a disposición (Art. 3.4 del R.D. 216/1999)

.- La obligación de la E.T.T. de informar a la empresa usuaria y la obligación de ésta de recabar información de la E.T.T (R.D. 216/1999).

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

.- La obligación de la E.T.T de informar a los Delegados de Prevención o representantes de los trabajadores (art. 4.3 del R.D. 216/1999).

Durante el transcurso del trabajo

.- La obligación de la empresa usuaria de proteger la seguridad y salud del trabajador puesto a disposición (Arts. 16.2 y 28.5 de la Ley 14/1994 de 21 de junio de Empresas de Trabajo Temporal y la Ley 31/1995 de PRL respectivamente y art. 5.1 del R.D. 216/1999).

.- La obligación de la E.T.T. de formar y vigilar la salud del trabajador puesto a disposición (Art. 19.2 de la Ley 31/1995 de PRL)

Trabajadoras embarazadas

Dado el gran porcentaje de mujeres que trabajan en estas empresas, debe estar contemplada la situación especial respecto a los riesgos laborales de estas trabajadoras. La normativa relacionada con la promoción de la mejora de la seguridad y salud de una trabajadora embarazada viene reflejada en el Real Decreto 298/2009.

La mujer embarazada tiene derecho a acogerse en caso de que su puesto de trabajo conlleve riesgos que puedan influir negativamente a su salud o la del feto.

A continuación se refleja la actuación a la que una trabajadora tiene derecho a acogerse en el caso de que su puesto de trabajo conlleve riesgos que puedan influir negativamente a su salud o a la del feto. Dicho procedimiento se hace extensivo a las mujeres cuyo puesto de trabajo pueda conllevar riesgos nocivos para su propia salud o la del hijo durante el periodo de lactancia.

1.- Comunicación a la empresa: la trabajadora no tiene obligación de comunicarle a la empresa que está embarazada pero es el primer requisito para poder llevar a cabo actuaciones para evitar posibles daños sobre la trabajadora embarazada y/o sobre el feto.

2.- Reevaluación del puesto: una vez que la empresa conoce la situación, procederá a identificar y reevaluar los riesgos del puesto de trabajo de la trabajadora conforme a su nuevo estado

3.- Existencia de riesgos: si de la evaluación se desprende la existencia de riesgos perjudiciales para la seguridad y salud de la trabajadora embarazada y/o del feto, la empresa tomara las medidas preventivas necesarias para evitar dichos riesgos mediante la adaptación del puesto o la adecuación de los tiempos de trabajo.

LA SEGURIDAD LABORAL EN UN HIPERMERCADO: Valoración de Riesgos y Medidas Preventivas

4.- Persistencia de riesgos: si la adopción de dichas medidas no son suficientes para evitar los riesgos, la trabajadora embarazada podrá ser reubicada a un puesto de trabajo de cuya evaluación no se desprenda ningún posible riesgo perjudicial para la trabajadora o el buen desarrollo del embarazo.

5.- Imposibilidad de cambio de puesto: si dicho cambio de puesto no resulta técnica u objetivamente posible, la trabajadora podrá solicitar la suspensión del contrato por riesgo durante el embarazo ante la Mutua de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales.

No se podrán acoger a la solicitud descrita anteriormente las trabajadoras cuya situación de riesgo para el embarazo se derive de problemas médicos del propio embarazo o dicha situación no esté relacionada con agentes, procedimientos o condiciones de trabajo del puesto desempeñado.



