



PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN COMERCIO

OBJETIVOS

- Conocer en un sentido amplio y práctico la prevención de riesgos laborales en el sector comercio.
- Profundizar en los riesgos generales y específicos relacionados con los lugares de trabajo, equipos de trabajo, almacenamiento y transporte de cargas, higiene postural, carga manual, riesgo eléctrico, ambiente térmico, productos químicos, riesgos psicosociales, etc.
- Indicar al trabajador o trabajadora las medidas de prevención concretas que debe llevar a cabo para evitar o minimizar los riesgos laborales.
- Repasar los principales riesgos y medidas preventivas tanto en los trabajos de comercio en general, como específicamente los de alimentación: cajera, dependiente, trabajos de pastelería, panadería, carnicería, etc.
- Recordar las normas básicas de manipulación de alimentos.
- Formar en otras competencias que permitan afrontar situaciones de emergencia o de incendio.
- Conocer las nociones básicas de primeros auxilios.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

0. INTRODUCCIÓN

Introducción a la prevención de riesgos laborales en el sector comercio

1. LUGARES DE TRABAJO

- 1.1. Conceptos básicos.
- 1.2. Medidas preventivas.
- 1.3. Condiciones de los lugares de trabajo.
- 1.4. Señalización.
- 1.5. Lugares de trabajo en comercio.

2. EQUIPOS DE TRABAJO

- 2.1. Equipos de trabajo.
- 2.2. Normas de prevención básicas.
- 2.3. Herramientas manuales.
- 2.4. Máquinas.
- 2.5. Equipos de trabajo en comercio.

3. ORDEN Y LIMPIEZA

- 3.1. Introducción.
- 3.2. Riesgos principales derivados de la falta de orden y limpieza.
- 3.3. Medidas de prevención y protección.
- 3.4. Orden y limpieza en comercio.

4. MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

- 4.1. Conceptos básicos.
- 4.2. Medidas preventivas.
- 4.3. Método de manipulación manual de cargas (INSHT).
- 4.4. Criterios de referencia.

5. HIGIENE POSTURAL

- 5.1. Higiene postural.



- 5.2. Posturas de trabajo.
- 5.3. Movimientos repetitivos.
- 5.4. Movimientos repetitivos en comercio.

6. ESCALERAS MANUALES

- 6.1. Conceptos básicos.
- 6.2. Medidas de prevención.

7. RIESGO ELÉCTRICO

- 7.1. Conceptos básicos.
- 7.2. Normas básicas de seguridad frente al riesgo eléctrico.
- 7.3. Riesgo eléctrico en comercio.

8. AMBIENTE TÉRMICO

- 8.1. Introducción.
- 8.2. Exposición al calor.
- 8.3. Exposición al frío.
- 8.4. Confort térmico.
- 8.5. Medidas preventivas.
- 8.6. Trabajos en cámaras frigoríficas.

9. MANIPULACIÓN Y ALMACENAMIENTO DE PRODUCTOS QUÍMICOS

- 9.1. Definición y características.
- 9.2. Clasificación e identificación de sustancias químicas peligrosas.
- 9.3. Almacenamiento de sustancias químicas.
- 9.4. Manipulación de productos químicos.
- 9.5. Nuevo reglamento CLP sobre clasificación, etiquetado y envasado de productos químicos.
- 9.6. Productos químicos en comercio.

10. MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

- 10.1. Introducción.
- 10.2. Definiciones.
- 10.3. Riesgos principales derivados de la manipulación de alimentos.
- 10.4. Causas más frecuentes de la Intoxicación alimentaria.
- 10.5. Errores y factores de riesgo que pueden provocar la contaminación cruzada.
- 10.6. Medidas de prevención en la manipulación de alimentos.
- 10.7. Normas respecto a instalaciones, maquinaria y utensilios.
- 10.8. Normas respecto al personal: higiene, hábitos y salud.
- 10.9. Resumen final.

11. RIESGOS PSICOSOCIALES

- 11.1. Conceptos básicos.
- 11.2. Factores que influyen en la aparición de los riesgos psicosociales.
- 11.3. Medidas preventivas generales.
- 11.4. Patologías derivadas de los factores psicosociales.

12. EMERGENCIAS Y EVACUACIÓN

- 12.1. Introducción.
- 12.2. Plan de emergencia y evacuación.
- 12.3. Protocolos de actuación ante situaciones de emergencias.
- 12.4. Emergencias y evacuación en comercio.

13. EXTINCIÓN DE INCENDIOS



- 13.1. El fuego.
- 13.2. Clases de fuego.
- 13.3. Medidas básicas de prevención de incendios.
- 13.4. Sistemas de extinción de incendios.

14. PRIMEROS AUXILIOS

- 14.1. Conducta PAS.
- 14.2. Reanimación cardiopulmonar (RCP).
- 14.3. Actuación según el tipo de situación.

15. SEGURIDAD VIAL

- 15.1. Seguridad vial para conductores.
- 15.2. Seguridad vial para peatones.

16. PUESTOS ESPECÍFICOS

- 16.1. Comercio en general
 - 16.1.1. Personal de almacén.
 - 16.1.2. Personal de caja registradora.
 - 16.1.3. Dependiente/a.
 - 16.1.4. Reponedor/a.
- 16.2. Comercio de alimentación
 - 16.2.1. Personal de frutería.
 - 16.2.2. Personal de pescadería y congelados.
 - 16.2.3. Personal de carnicería y charcutería.
 - 16.2.4. Personal de panadería y pastelería.