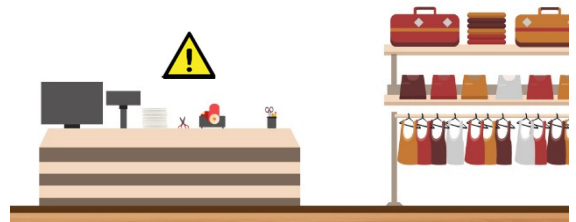




## ESTUDO ESPECÍFICO DO SECTOR DO PEQUENO COMERCIO SOBRE SINISTRALIDADE LABORAL NOS ÚLTIMOS 3 ANOS



CO FINANCIAMENTO DE:



*Elaborado por **Femxa Formación S.L.** para a Federación Galega de Comercio, no marco das axudas destinadas a accións de fomento da prevención de riscos laborais concedidas pola Consellería de Economía, Emprego, e Industria (Código de proxecto: 2015 00507).*

<b>1. Introducción</b>	1
<b>2. Metodoloxía</b>	3
<b>3. A Prevención de riscos laborais</b>	6
3.1. Aspectos básicos da prevención de riscos laborais no comercio polo miúdo	6
3.2. Contexto da prevención de riscos laborais no pequeno comercio en Galicia	11
<b>4. Sinistralidade laboral</b>	14
4.1. Accidentes de traballo no comercio polo miúdo	14
4.2. Enfermidades profesionais no comercio polo miúdo	20
4.3. Causas dos accidentes de traballo no comercio polo miúdo	24
<b>5. Factores de risco, causas e medidas preventivas</b>	27
5.1. Factores de risco no pequeno comercio	27
5.2. Medidas preventivas dos riscos laborais no pequeno comercio	30
5.3. Principais riscos do pequeno comercio en Galicia	41
<b>6. Xestión da Prevención</b>	45
6.1. Organización preventiva	45
6.2. A avaliación de riscos, planificación e plan de prevención	47
6.3. Análise da prevención no pequeno comercio galego	50
<b>7. Normativa</b>	52
7.1. Normativa de interese no pequeno comercio	52
7.2. Dereitos e deberes	55
<b>8. Recomendacións</b>	59
<b>9. Bibliografía</b>	61

## **ANEXOS**



## **1.INTRODUCCIÓN**

Os riscos laborais poden afectar á seguridade e saúde dos traballadores e derivan en diferentes consecuencias para os traballadores e a empresa: accidentes de traballo ou enfermidades profesionais e, nas circunstancias mais favorables, poden producir danos físicos, materiais e interrupcións non desexadas do proceso produtivo. De xeito que ter un coñecemento directo de como afectan os riscos aos traballadores do pequeno comercio, cales son as súas causas e que consecuencias teñen para a súa seguridade e saúde, permítenos abordar máis eficazmente a súa identificación e o establecemento de medidas correctoras e preventivas nos centros de traballo.

O pequeno comercio engloba unha tipoloxía de establecementos nos que se leva a cabo a actividade económica entendida coma comercio polo miúdo ou comercio ao retallo. En consecuencia, os riscos laborais que se atopan dentro do pequeno comercio son os derivados da realización da propia actividade laboral do comercio polo miúdo, sempre tendo en conta que as singularidades deste tipo de establecementos inflúen na manifestación dos riscos e na súa realidade preventiva.

Por un banda, as patoloxías que mais frecuentemente padecen os traballadores do comercio ao retallo son trastornos musculoesqueléticos e derivan na maioría dos accidentes, enfermidades e baixas laborais do sector. Estas doenzas relaciónanse con certos comportamentos laborais que se realizan no sector coma cargas en condicións inadecuadas, os sobreesforzos, as posturas de traballo inadecuadas, a inadecuación dos postos de traballo.... Pero na actualidade estes riscos non son os únicos que afectan a esta actividade e cada vez son mais frecuentes outro tipo de doenzas relacionadas coa exposición a riscos psicosociais e coas condicións laborais dos traballadores: estrés, síndrome do queimado, violencia laboral e acoso psicolóxico.

Por outra banda, as peculiaridades propias do **PEQUENO COMERCIO GALEGO**, dentro do comercio polo miúdo, tamén inflúen nos riscos laborais e nos comportamentos mais correctos para a súa prevención. Estamos a falar de cadros de persoal con poucos empregados, onde un traballador pode desempeñar as funcións relativas a varios postos ou mesmo as funcións de todos os postos de traballo, a existencia de unha gran variedade de lugares de traballo, dependendo do tipo de venda, a presenza de moitos autónomos (que apenas levan a cabo medidas de seguridade, debido a varios factores: pouca concienciación da prevención; pouca dispoñibilidade de tempo; falta de preparación e de formación, etc.), ou a realización de contratacións temporais ou a tempo parcial, por campañas (nadal, rebaixas, etc.), que dado o carácter transitorio das mesmas, produce que os traballadores non sempre sexan formados e informados axeitadamente dos riscos laborais e medidas preventivas a adoptar na realización das súas tarefas.

Polo tanto, a finalidade deste estudo, ademais de facer unha análise da situación da sinistralidade do comercio polo miúdo e indagar sobre a xestión da prevención, é descubrir

como as singularidades do pequeno comercio afectan aos riscos laborais que se atopan neste tipo de establecementos, e cales son as medidas preventivas nas que é preciso facer fincapé.

A Federación Galega de Comercio, sabendo das particularidades do pequeno comercio galego, ten como premisa impulsar novas vías para facilitar que os traballadores que apostan por este sector se formen axeitadamente en materia de seguridade e prevención de riscos laborais. De xeito que os principais resultados do presente estudo plasmáronse nun **Manual de acollida audiovisual, multimedia e interactivo, sobre seguridade e riscos laborais no sector do pequeno comercio de Galicia, que se encontra dispoñíbel na web: [www.clubcomerciogalicia.com](http://www.clubcomerciogalicia.com)**

Este Manual é unha ferramenta de formación dixital, dirixida aos traballadores de nova incorporación, que pretende buscar unha solución formativa que se adapte ás necesidades do sector e que resulte dinámica, rápida, atractiva e doada de manexar.

Tanto o “Estudo específico do sector do pequeno comercio sobre sinistralidade laboral nos últimos 3 anos” coma o “Manual de acollida audiovisual” financiáronse mediante as axudas destinadas a accións de fomento da prevención de riscos laborais na Comunidade Autónoma de Galicia para o ano 2016 (ORDE do 20 de xaneiro de 2016 pola que se fan públicos os anexos da Orde do 29 de decembro de 2015 pola que se establecen as bases reguladoras das axudas destinadas a accións de fomento da prevención de riscos laborais na Comunidade Autónoma de Galicia no exercicio 2016).

## **2.METODOLOXÍA**

Para a elaboración do presente estudo leváronse a cabo as seguintes tarefas agrupadas nunha serie de fases de execución:

### **FASE I: FASE DOCUMENTAL:**

O equipo técnico levou a cabo unha revisión e análise de fontes documentais relacionadas co obxecto de estudo, obtendo un marco contextual do sector do pequeno comercio e da súa sinistralidade laboral e realidade preventiva.

A análise documental centrouse nas seguintes tarefas:

**-Consulta de Datos:** Analizouse diferente información de carácter cuantitativo a través da revisión de Estatísticas, Observatorios, Bases de datos, Memorias e Anuarios.

**-Consulta Bibliográfica:** Revisáronse diferentes tipos de bibliografía, entre elas:

- Bibliografía de carácter técnico sobre técnicas de avaliación de riscos.
- Lexislación vixente en materia de prevención de riscos laborais.
- Investigacións: estudos, informes de resultados e relatorios realizados con anterioridade ao noso estudo, e que gardan certa relación con algún dos temas tratados na investigación.

**-Consulta web:** Investigáronse diferentes sitios web para coñecer a oferta de ferramentas e recursos multimedia existentes para a formación/sensibilización de adultos en materia de Prevención de riscos laborais.

### **FASE II: RECOLLIDA DE DATOS:**

Consistiu no proceso de recollida de información de primeira man en temas relacionados coa prevención de riscos laborais no pequeno comercio galego. O equipo técnico do proxecto realizou as seguintes tarefas:

**-Deseño das ferramentas de recollida de información.**

Deseñáronse dous instrumentos de recollida de información cualitativos:

- **Entrevista en profundidade**  
Dirixida aos xerentes ou responsables de prevención no pequeno comercio. O obxectivo deste instrumento é obter información sobre a situación da prevención de riscos no pequeno comercio galego e identificar aqueles que acontecen máis a miúdo.
- **Check-list en xestión da prevención de riscos laborais**  
A finalidade do instrumento é a consulta do plan de prevención ou avaliación de riscos de cada empresa en caso de existir, e obter unha aproximación ás actuacións principais que realizan as empresas do pequeno comercio galego na prevención de riscos.

**-Selección de empresas (pequenos comercios):**

Os xestores da Federación Galega de Comercio seleccionaron un total 8 pequenos comercios galegos representativos do sector para recadar información mediante a aplicación dos instrumentos deseñados. Xeograficamente, a mostra seleccionada distribuíuse en 2 pequenos comercios por provincia.

Na seguinte táboa identifícanse os pequenos comercios que participaron no estudo:

ID	NOME COMERCIAL	DIRECCIÓN	PROVINCIA	ACTIVIDADE DE VENDA
1	Frutas Nieves	Parque Tecnológico Logístico de Valladares, Vigo	Pontevedra	Froitas e hortalizas
2	Jumar	Pizarro 85 Bajo ,Vigo	Pontevedra	Mobles e artigos de decoración
3	Estanco Manolita	Avenida Otero Pedraio 4, Ourense	Ourense	Tabaco
4	Panaderia Mimos	Rúa Doutor Temes 2, Ourense	Ourense	Pan e produtos de panadería e pastelería
5	Teté niños	Rúa de Montero Ríos 18, Santiago de Compostela	A Coruña	Pezas de vestir e calzado
6	Mossi	Rúa do Xeneral Pardiñas 2, Santiago de Compostela	A Coruña	Pezas de vestir e calzado
7	Ajedrez	Av. de A Coruña 54, Lugo	Lugo	Bixutería e complementos
8	La bolsera gallega	Rúa Castelao 16, Lugo	Lugo	Artigos de papelería

**-Traballo de campo.**

O equipo técnico realizou:

- 8 Entrevistas en profundidade aos responsables da empresa ou persoa encargada da prevención. Na seguinte táboa detállase a persoa que foi entrevistada en cada un dos pequenos comercios:

ID	Nome	Posto de traballo
1	Juan Andonegui Freire	Director de RRHH
2	Josefina Varela Martínez	Empresaria
3	Rosa María Osorio Feijoo	Empresaria
4	Begoña González Losada	Empresaria
5	Isabel Amians Sánchez	Dependentista



6	María Pastora Pérez Santos	Dependentia
7	Manuela Rego Ferreiro	Empresaria
8	José Luis Pérez López	Xerente

- 7 Checklist en xestión da prevención de riscos laborais.

Na seguinte táboa detállase os pequenos comercios nos que se realizou o Checklist :

ID	CHECK LIST
1	x
2	x
3	x
4	
5	x
6	x
7	x
8	x

### FASE III: ANÁLISE DE RESULTADOS.

A información recollida a través das técnicas de información cualitativa (entrevista en profundidade e Checklist) e da revisión de fontes secundarias, foi analizada mediante o método de análise de Categorización, de xeito que o equipo técnico realizou as seguintes tarefas:

**-Disposición dos datos e Redución dos datos:** Identificáronse as categorías de significado relacionadas co tema de investigación. As categorías establecéronse tanto a priori, baseándose no estudo previo realizado na fase documental, coma a medida que foron analizados os datos, ao tratar a información recollida na fase II.

**-Análise, organización e presentación dos datos:** A información clasificouse en sistemas de categorías, e presentouse de maneira gráfica.

**-Extracción de conclusións:** Definíronse as conclusións e comparáronse cos resultados dos estudos previos de gabinete.

### FASE IV: ELABORACIÓN DO DOCUMENTO FINAL.

O equipo técnico do proxecto realizou a translación práctica dos resultados obtidos na análise de toda a información recompilada. O obxectivo final do informe é o de recoller información clave que axude a profundar na realidade da prevención de riscos no pequeno comercio galego.

### **3. A PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS**

#### **3.1 ASPECTOS BÁSICOS DA PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS NO COMERCIO POLO MIÚDO**

O comercio implica a venda sen transformación de todo tipo de mercadorías, así como a prestación de servizos inherentes a esta venda. É dicir, constitúe as etapas finais da distribución de mercadorías. O comercio “por xunto”, ou almacenista, é o que compra directamente aos produtores grandes cantidades de mercadorías e servizos, e véndeos a outros pequenos comerciantes e empresas. Sen embargo, o comercio “polo miúdo” ou “ao retallo”, vende directamente aos consumidores en pequenas cantidades.

Os produtos que se venden no comercio ao retallo límitásen aos denominados bens de consumo. Deste xeito, no forma parte do pequeno comercio a venda de cereais, os minerais, a maquinaria e os equipos industriais, etc. O sector clasifícase segundo o lugar onde se realice a venda: comercio polo miúdo en establecementos (CNAES 471-477) e comercio polo miúdo non realizado en establecementos (CNAES 478 y 479) .

Dentro do comercio polo miúdo en establecementos faise outra distinción entre o realizado en establecementos especializados -comercios ou tendas- (CNAES 472-477) e o realizado en establecementos non especializados -grandes superficies comerciais- (CNAE 471).

Os **comercios ou tendas** especializados dedícanse a venda, sobre todo, dos seguintes produtos: alimenticios, farmacéuticos, artigos do fogar, calzado e prendas de vestir, artigos de ocio, materias de uso en construción, combustibles (excepto para vehículos automóbiles). Son estes os establecementos que configuran principalmente o **pequeno comercio**.

Os establecementos non especializados con predominio de alimentos e bebidas son os hipermercados (máis de 2.500m<sup>2</sup>) e supermercados (entre 2.499 y 400m<sup>2</sup>). Os establecementos non especializados nos que a alimentación non é o produto principal, e se ofrece unha ampla gama de produtos (prendas de vestir, mobles, cosméticos, artigos de deporte, xoguetes, artigos de ferraxería....) son os Grandes almacéns (máis de 2.500m<sup>2</sup>).

E no comercio non realizado en establecementos faise unha subdivisión en función do tipo de comercio, como o realizado en postos de venda ou en mercados (CNAE 478), e outro non realizado establecementos, coma por exemplo por correo, a domicilio, en máquinas expendedoras (CNAE 479).

<b>CLASIFICACIÓN NACIONAL DE ACTIVIDADES ECONÓMICAS 2009</b>	
<b>CÓDIGO</b>	<b>TÍTULO</b>
47	Comercio polo miúdo, excepto de vehículos de motor e motocicletas
471	<a href="#">Comercio polo miúdo en establecementos non especializados</a>
4711	Comercio polo miúdo en establecementos non especializados, con predominio en produtos alimenticios, bebidas e tabaco
4719	Outro comercio polo miúdo en establecementos non especializados
472	<a href="#">Comercio polo miúdo de produtos alimenticios, bebidas e tabaco en establecementos especializados</a>
4721	Comercio polo miúdo de froitas e hortalizas en establecementos especializados
4722	Comercio polo miúdo de carne e produtos cárnicos en establecementos especializados
4723	Comercio polo miúdo de peixes e mariscos en establecementos especializados
4724	Comercio polo miúdo de pan e produtos de panadería, confeitaría e pastelería en establecementos especializados
4725	Comercio polo miúdo de bebidas en establecementos especializados
4726	Comercio polo miúdo de produtos de tabaco en establecementos especializados
4729	Outro comercio polo miúdo de produtos alimenticios en establecementos especializados
473	<a href="#">Comercio polo miúdo de combustible para a automoción en establecementos especializados</a>
4730	Comercio polo miúdo de combustible para a automoción en establecementos especializados
474	<a href="#">Comercio polo miúdo de equipos para as tecnoloxías da información e as comunicacións en establecementos especializados</a>
4741	Comercio polo miúdo de computadores, equipos periféricos e programas informáticos en establecementos especializados
4742	Comercio polo miúdo de equipos de telecomunicacións en establecementos especializados
4743	Comercio polo miúdo de equipos de audio e vídeo en establecementos especializados
475	<a href="#">Comercio polo miúdo doutros artigos de uso doméstico en establecementos especializados</a>
4751	Comercio polo miúdo de téxtiles en establecementos especializados
4752	Comercio polo miúdo de ferraxería, pintura e vidro en establecementos especializados
4753	Comercio polo miúdo de alfombras, moquetas e revestimentos de paredes e chans en establecementos especializados
4754	Comercio polo miúdo de aparellos electrodomésticos en establecementos especializados
4759	Comercio polo miúdo de mobles, aparellos de iluminación e outros artigos de uso doméstico en establecementos especializados
476	<a href="#">Comercio polo miúdo de artigos culturais e recreativos en establecementos especializados</a>
4761	Comercio polo miúdo de libros en establecementos especializados
4762	Comercio polo miúdo de xornais e artigos de papelería en establecementos especializados
4763	Comercio polo miúdo de gravacións de música e vídeo en establecementos especializados
4764	Comercio polo miúdo de artigos deportivos en establecementos especializados
4765	Comercio polo miúdo de xogos e xoguetes en establecementos especializados
477	<a href="#">Comercio polo miúdo doutros artigos en establecementos especializados</a>
4771	Comercio polo miúdo de pezas de vestir en establecementos especializados
4772	Comercio polo miúdo de calzado e artigos de coiro en establecementos especializados
4773	Comercio polo miúdo de produtos farmacéuticos en establecementos especializados
4774	Comercio polo miúdo de artigos médicos e ortopédicos en establecementos especializados
4775	Comercio polo miúdo de produtos cosméticos e hixiénicos en establecementos especializados
4776	Comercio polo miúdo de flores, plantas, sementes, fertilizantes, animais de compañía e alimentos para os mesmos en establecementos especializados
4777	Comercio polo miúdo de artigos de relojería e xoiería en establecementos especializados
4778	Outro comercio polo miúdo de artigos novos en establecementos especializados
4779	Comercio polo miúdo de artigos de segunda man en establecementos
478	<a href="#">Comercio polo miúdo en postos de venda e en mercados</a>
4781	Comercio polo miúdo de produtos alimenticios, bebidas e tabaco en postos de venda e en mercados
4782	Comercio polo miúdo de produtos téxtiles, pezas de vestir e calzado en postos de venda e en mercados
4789	Comercio polo miúdo doutros produtos en postos de venda e en mercados
479	<a href="#">Comercio polo miúdo non realizado nin en establecementos, nin en postos de venda nin en mercados</a>
4791	Comercio polo miúdo por correspondencia ou Internet
4799	Outro comercio polo miúdo non realizado nin en establecementos, nin en postos de venda nin en mercados

As operacións habituais relacionados cos procesos de venda son as tarefas que se realizan no comercio ao retallo. Entre elas atopamos a clasificación e agrupación de mercadorías, a súa mestura, embotellado/empaquetado, división da mercadoría, reempaquetado para a súa distribución en pequenos lotes, almacenamento...

Como consecuencia a esta grande variedade de actividades, as ocupación do sector son moi diversas e veñen determinadas polas competencias de cada unha delas, pero tamén dependen do lugar onde se realice a venda e do tipo de mercadorías que se xestionan. A continuación, presentamos as ocupacións do sector do pequeno comercio segundo a Clasificación Nacional de Ocupacións:

<b>CLASIFICACIÓN NACIONAL DE OCUPACIÓNS 2011</b>	
<b>CÓDIGO</b>	<b>TÍTULO</b>
<b>1</b>	<b>Directores e xerentes</b>
<b>A</b>	<b>Directores e xerentes</b>
12	Directores de departamentos administrativos e comerciais
122	Directores comerciais, de publicidade, relación públicas e de investigación e desenvolvemento
1221	<b>DIRECTORES COMERCIAIS E DE VENTAS.</b> → <i>Ocupacións:</i> <i>Director de comercialización; Director de comercio exterior; Director de vendas</i> → <i>Principais tarefas:</i> <i>Planificar, dirixir e coordinar as actividades de venda e comercialización dunha empresa ou organización, ou de empresas que prestan servizos de vendas e comercialización a outras empresas ou organizacións.</i>
14	Directores e xerentes de empresas de aloxamento, restauración e comercio
143	Directores e xerentes de empresas de comercio por xunto e polo miúdo
1432	<b>DIRECTORES E XERENTES DE EMPRESAS DE COMERCIO POLO MIÚDO</b> → <i>Ocupacións:</i> <i>Xerente de comercio polo miúdo; Xerente de supermercados; Xerente de tendas de alimentación; Xerente de tendas</i> → <i>Principais tarefas:</i> <i>Planificación, organización, coordinación e control das actividades dos establecementos de venda de bens polo miúdo. Son responsables dos orzamentos, a dotación de persoal e a orientación da explotación das tendas ou das unidades organizativas existentes dentro das tendas que venden tipos concretos de produtos</i>
<b>3</b>	<b>Técnicos; profesionais de apoio</b>
<b>D</b>	<b>Técnicos; profesionais de apoio</b>
35	Representantes, axentes comerciais e aíns
351	Axentes e representantes comerciais
3510	<b>AXENTES E REPRESENTANTES COMERCIAIS</b> → <i>Ocupacións:</i> <i>Representante comercial; Axente comercial; Viaxante; Comercial.</i> → <i>Principais tarefas:</i> <i>Representación das compañías na venda dos seus produtos, bens e servizos, a empresas e/ou organizacións e proporcionar información específica sobre os mesmos.</i>
352	Outros axentes comerciais
3522	<b>AXENTES DE COMPRAS</b> → <i>Ocupacións:</i> <i>Xefe de compras; Axente de compras; Técnico de comercio exterior/de compras; Técnico de xestión de existencias e almacén</i>

	→ <u>Principais tarefas</u> : Xestión da compra de bens e servizos para o seu uso ou para a revenda en nome de establecementos industriais, comerciais ou gubernamentais ou doutras organizacións.
3523	<b>CONSIGNATARIOS</b> → <u>Ocupacións</u> : Consignatario; Anotador portuario. → <u>Principais tarefas</u> : Compravenda de produtos básicos e de servizos de transporte marítimo, habitualmente a granel, en nome da súa propia empresa ou dos seus clientes mediante comisión.
37	Profesionais de apoio de servizos xurídicos, sociais, culturais, deportivos e aíns
372	Técnicos e profesionais de apoio de actividades culturais, artísticas e culinarias
3732	<b>DESEÑADORES E DECORADORES DE INTERIOR</b> → <u>Ocupacións</u> : Decorador de escaparates/interiores; Escaparartista; Experto en ordenación do punto de venda. → <u>Principais tarefas</u> : Planificar e deseñar interiores de edificios comerciais, industriais, públicos, de venda ao menor e residenciais para conseguir ambientes adaptados a un fin determinado, tomando en consideración factores que potencien as contornas de vida e de traballo e a promoción das vendas.
<b>4</b>	<b>Empregados contables, administrativos e outros empregados de oficina</b>
<b>E</b>	<b>Empregados de oficina que non atenden ao público</b>
41	Empregados en servizos contables, financeiros, e de servizos de apoio á produción e o transporte
412	Empregados de rexistro de materiais, de servizos de apoio á produción e ao transporte
4121	<b>EMPREGADOS DE CONTROL DE ABASTECIMENTOS E INVENTARIO</b> → <u>Ocupacións</u> : Almaceneiro; Empregado de pedidos no almacén; Empregado administrativo de almacenamento e recepción. → <u>Principais tarefas</u> : Rexistro das mercadorías producidas e do material de produción recibido, así como do seu peso, entrega, expedición ou almacenamento.
<b>5</b>	<b>Traballadores dos servizos de restauración, persoais, protección e vendedores</b>
<b>G</b>	<b>Traballadores dos servizos de restauración e comercio</b>
52	Dependentes en tendas e almacenes
521	Xefes de sección de tendas e almacenes
5210	<b>XEFES DE SECCIÓN DE TENDAS E ALMACÉNS</b> → <u>Ocupacións</u> : Encargado de sección; Xefe de tenda; Xefe de sección. → <u>Principais tarefas</u> : Supervisan e coordinan as actividades dos dependentes, operadores de caixa e demais empregados de establecementos de venda por xunto e polo miúdo como supermercados e grandes almacéns.
522	Vendedores en tendas e almacéns
5220	<b>VENDEDORES EN TENDAS E ALMACENES</b> → <u>Ocupacións</u> : Dependente; Carniceiro/peixeiro/carniceiro/etc. → <u>Principais tarefas</u> : Venda dunha gama de produtos e servizos por si mesmos ao público ou en nome de establecementos de venda por xunto e por menor, explicando as funcións e calidades dos devanditos produtos e servizos.
53	Comerciantes propietarios de tendas
530	Comerciantes propietarios de tendas
5300	<b>COMERCIANTE PROPRIETARIO DE TENDAS</b>

	<p>→<i>Ocupacións</i>: Dependente propietario de tenda; Dependente propietario de posto de mercado permanente</p> <p>→<i>Principais tarefas</i>: Explotan pequenas tendas de venda polo miúdo por si sós ou con axuda dun reducido número de persoas.</p>
54	Vendedores (excepto en tendas e almacéns)
541	Vendedores en quioscos ou en mercados
5411	<p><b>VENDEDORES EN QUIOSCOS</b></p> <p>→<i>Ocupacións</i>: Dependente de quiosco.</p> <p>→<i>Principais tarefas</i>: Venda de diversos produtos en quioscos permanentes situados en rúas ou outros espazos abertos.</p>
5412	<p><b>VENDEDORES EN MERCADOS OCASIONAIS E MERCADOS</b></p> <p>→<i>Ocupacións</i>: Dependente de mercado ambulante/itinerante; Feirante; Vendedor en mercados.</p> <p>→<i>Principais tarefas</i>: Venda de diversos produtos en paradas situadas en mercados ao aire libre ou cubertos, en rúas ou outros espazos abertos.</p>
542	Operadores de telemercadotecnia
5420	<p><b>OPERADORES DE TELEMERCADOTECNIA</b></p> <p>→<i>Ocupacións</i>: Vendedor por teléfono.</p> <p>→<i>Principais tarefas</i>: Manter contactos con clientes ou posibles clientes, usando o teléfono ou outro medio de comunicación electrónico, para promover produtos e servizos, facer vendas e concertar visitas de venda. Poden traballar nun centro de chamadas telefónicas ou en lugares non centralizados.</p>
549	Outros vendedores
5491	<p><b>VENDEDORES A DOMICILIO</b></p> <p>→<i>Ocupacións</i>: Vendedor a domicilio.</p> <p>→<i>Principais tarefas</i>: Descrición, demostración e venda de produtos e servizos para tratar de conseguir pedidos para a empresa da que dependen visitando a posibles clientes, xeralmente residentes en domicilios particulares, indo de porta en porta.</p>
5492	<p><b>PROMOTORES DE VENDA</b></p> <p>→<i>Ocupacións</i>: Demostrador de produto en comercio.</p> <p>→<i>Principais tarefas</i>: Realizar demostracións de produtos en locais comerciais, exposicións e fogares particulares.</p>
55	Caixeiros e vendedores de billetes (excepto bancos)
550	Caixeiros e vendedores de billetes (excepto bancos)
5500	<p><b>CAIXEIROS E VENDEDORES DE BILLETES (EXCEPTO BANCOS)</b></p> <p>→<i>Ocupacións</i>: Caixeiro de supermercados.</p> <p>→<i>Principais tarefas</i>: Manexo de caixas rexistradoras, escáneres de lectura de prezos, computadores ou outros equipos para rexistrar e aceptar os pagos pola venda de bens e servizos ou a entrada en lugares como tendas, restaurantes e establecementos de venda de billetes.</p>
<b>9</b>	<b>Ocupacións elementais</b>
<b>O</b>	<b>Traballadores non cualificados en servizos (excepto transportes)</b>
94	Recolledores de residuos urbanos, vendedores na rúa e outras ocupacións elementais en servizos
941	Vendedores na rúa
9410	<p><b>VENDEDORES NA RÚA</b></p> <p>→<i>Ocupacións</i>: Vendedor na rúa</p> <p>→<i>Principais tarefas</i>: Venda limitada de produtos (excluíndo os alimentos para consumo inmediato) en rúas e en lugares públicos como estacións, teatros ou cinemas.</p>

<b>P</b>	<b>Peóns da agricultura, pesca, construción, industrias manufactureiras e transportes</b>
98	Peóns do transporte, descargadores e reponedores
982	Reponedores
9821	<b>REPONEDORES</b> → <u>Ocupacións</u> : Reponedor. → <u>Principais tarefas</u> : Colocar mercadoría en estantes e expositores e manter os almacéns limpos e ordenados nos supermercados e outros establecementos almacenistas e comerciantes polo miúdo.

Así pois, esta variedade de establecementos, formas de venda e tamén de ocupacións que constitúen o comercio polo miúdo galego provocan que os riscos laborais no comercio polo miúdo teñan moi distinta natureza.

### 3.2. CONTEXTO DA PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS NO PEQUENO COMERCIO EN GALICIA

O pequeno comercio non é unha actividade económica entendida coma tal, se non que se integra dentro do COMERCIO POLO MIÚDO (AO RETALLO). O pequeno comercio, dentro do comercio ao retallo, caracterízase por certos aspectos que representan a súa singularidade.

Segundo a súa forma de venda, o pequeno comercio, caracterízase por que existe un vendedor que ensina os produtos ao comprador e explícalle as características e os puntos fortes da mercadoría. Entre o comprador e o vendedor, na maioría dos casos, existe un mostrador, o que provoca que a mercadoría non este ao alcance do comprador e que soamente sexa presentada a través do vendedor. Tamén dispón dun almacén onde se garda a mercadoría.

En función da súa organización, trátase da tradicional tenda de barrio caracterizada polas súas pequenas dimensións. Adoita dedicarse a un só sector (tinturería, téxtil, calzado, mercería, etc.) e funciona de forma autónoma, independente doutros comercios do seu gremio ou da súa zona.

No pequeno comercio as ocupacións máis habituais, aínda que poden estar presentes calquera das anteriormente mencionadas para o comercio ao retallo, englobanse dentro dos comunmente coñecidos coma Xerente de pequeno comercio e Comerciante de tenda:

#### XERENTE DE PEQUENO COMERCIO

- *Xerente de tendas (CNO 1432)*
- *Xefe de tenda (CNO 5210)*

#### COMERCIANTE DE TENDA

- *Dependente (5220)*
- *Dependente propietario de tenda (5300)*
- *Dependente de quiosco(5411)*

Por regra xeral estes traballadores do pequeno comercio realizan todas as funcións que se desempeñan no comercio: venda e atención ao público, repoñedor, almacenheiro, repartidor, limpeza..., de xeito que se expoñen a una gran diversidade de riscos.

Respecto a situación xeral da Prevención de riscos no sector, analizada a través das entrevistas en profundidade, extráese que cada vez existe máis concienciación sobre o tema, tanto por parte da empresa como por parte dos traballadores; tal e como afirma a Entrevistada 5: *“La gente está más concienciada que antes, porque se habla mucho sobre este tema, se conoce lo que es el término, que antes se desconocía totalmente”*.

O sector empeza a recoñecer a importancia da Prevención de riscos porque pode evitar moitos problemas, e así o explica a Entrevistada 7 *“ eu creo que sí, que está bastante máis concienciada y sí que nos poñemos as pilas, pois se poden evitar moitos problemas, accidentes, cousas que non queremos..”*. Os traballadores do sector vanse acostumando a seguir os protocolos de seguridade, a utilizar os EPIs, etc. Pero aínda pódese mellorar, dado que as veces, principalmente por exceso de confianza dos traballadores, déixanse de lado as precaucións e prodúcense accidentes. Ademais, no caso do pequeno comercio hai moitos autónomos, e convenlles tomar medidas preventivas, posto que os que van a estar afectados por circunstancias negativas son eles mesmos como traballadores e como empresarios.

Nalgúns casos enténdese que a Prevención de riscos laborais consiste unicamente no cumprimento duns requisitos legais. A Entrevistada 3 indica que *“en los pequeños comercios yo creo que la mayoría de la gente sí que cumplen con todas las normas”* e o Entrevistado 4 sinala que *“evidentemente con la normativa actual, que hay bastante rigidez, tenemos que tener cuidado, sobre todo las empresas, de estar al día..”*

Aínda hai establecementos nos que non existe ningún tipo de actividade preventiva nin de xestión da prevención: *“Creo que se pasa de todo. Empezando por mí, tampoco estoy muy empapada en eso”* (Entrevistada 4). As causas desta falta de interese pola prevención son variadas: falta de obrigatoriedade, supón inversión de tempo e diñeiro, falta de información no momento da apertura do negocio, etc.

Dentro do sector hai a consideración de que non existen riscos importantes, e de que a incidencia destes dependen do tipo de establecemento, sendo considerados os establecementos con máis riscos laborais aqueles dedicados a produtos de alimentación.

A opinión respecto a formación e a información que existe sobre a Prevención de riscos no sector é variada entre os entrevistados. A Entrevistada 3 considera que hai información suficiente sobre Prevención de Riscos Laborais nas diferentes Asociacións de empresarios. Esta informante tamén nos explica que nas asociacións empresarias existe unha oferta interesante de cursos de formación en PRL, pero considera que a decisión de querer facelos ou non, depende do propio traballador. A formación que se oferta é tanto en modalidade presencial coma on line. *“Cuando estás trabajando es bastante difícil hacerlos presenciales, normalmente si quieres hacer algún tipo de curso lo haces on line. El horario de un comercio es totalmente diferente a cualquier otro tipo de empresa en la que trabajes, en la que tienes una jornada continua o cualquier historia...en el comercio cierras a las 9 de la noche, qué te vas a ir un curso a las 9 de la noche...que ya no te lo van a dar”* (Entrevistada 3).



Sen embargo a Entrevistada 4 considera que non existe información e que tampouco sabe a onde acudir para ser asesorada. Afirmo que no momento da apertura do establecemento ninguén lle informou de que ten que avaliar os riscos laborais que existen no seu local e facer un plan de prevención. A Entrevistada 2 sinala a necesidade de cursos sobre a xestión do estrés.

A maioría dos entrevistados expresan que para o sector e máis aconsellábel a formación on line que a presencial, considerando que a formación presencial está ben vista, pero recoñecen que é moi complicado acudir as clases dados os horarios do comercio, por iso creen que a formación on-line é unha boa solución para o sector. O Entrevistado 8 opina o seguinte: *“..presencial, la gente es que no quiere perder el tiempo....con los horarios que hay, no puedes forzar muchas veces a la gente a hacer la formación fuera de horas, te quieren ir dentro del horario laboral, dentro del horario laboral las empresas estamos en cuadro, tampoco puedes prescindir de ellas [...]es un tema que habría que matizarlo mucho..para conciliar los intereses del trabajador con los intereses de la empresa”*.

Case todos os empresarios/responsables entrevistados din que nalgún momento recibiron formación en PRL e os seus traballadores tamén. En ocasións, a formación a impartiu a empresa, mediante un curso de PRL inicial cando o traballador se incorporou á empresa, e un curso complementario no caso dun cambio de posto ou funcións. Outras veces, o servizo de prevención alleo proporcionálles formación específica por posto, dado que se fixo unha análise dos riscos en función do posto. E outros empresarios/responsables acoden á formación ofertada por asociación empresarias.

Respecto aos campos da Prevención de riscos laborais máis relevantes para o sector do pequeno comercio galego, os entrevistados manifestan que son a Ergonomía e a Seguridade, e residualmente a Vixilancia da Saúde e a Hixiene.

Indican que a Ergonomía é o campo máis relevante no sector, dado que os principais factores de risco, lesións, baixas, e accidentes, prodúcense neste ámbito, pola manipulación de cargas especialmente (lesións lumbares, escordaduras, dor nas costas, etc.). Neste sentido hai empresarios que depositan toda a responsabilidade no traballador, considerando que os problemas de ergonomía son inherentes ao traballo do pequeno comercio, e que é responsabilidade de cada un adoitar as mellores posturas.

O control da seguridade considérase moi importante naqueles establecementos nos que se venden mercadorías de alto valor, ou que teñen na caixa cantidades importantes de diñeiro: *“Tanto en los estancos como en las joyerías es más peligroso porque normalmente tienes más entradas de dinero que en otros sitios”* (Entrevistada 3). Neste tipo de establecemento é moi importante ter alarmas e cámaras de vixilancia dentro e fora do establecemento, de feito se non compren certos requisitos de seguridade, as Compañías de Seguros non se comprometen a aseguralos. Outras medidas relacionadas coa limpeza e a hixiene son valoradas principalmente nos establecementos de alimentación.

## **4. SINISTRALIDADE LABORAL DO COMERCIO POLO MIÚDO**

A sinistralidade laboral fai referencia á produción de accidentes de traballo e enfermidades profesionais ligadas ao exercicio dunha actividade profesional. Analizar os niveis de sinistralidade laboral rexistrados no comercio polo miúdo é interesante para coñecer a evolución da sinistralidade, así como as causas máis habituais que poden dar lugar a accidentes de traballo ou enfermidades profesionais.

### **4.1. ACCIDENTES DE TRABALLO**

#### **INCIDENCIA DOS ACCIDENTES DE TRABALLO EN GALICIA:**

O índice de accidentes de traballo consiste nun indicador que representa o número de accidentes de traballo ocorridos ao longo dun ano por cada 100.000 persoas expostas. No caso do comercio ao retalho as persoas expostas son os traballadores afiliados á Seguridade Social coa continxencia de accidente de traballo e enfermidade profesional cuberta<sup>1</sup> no sector do comercio ao retalho.

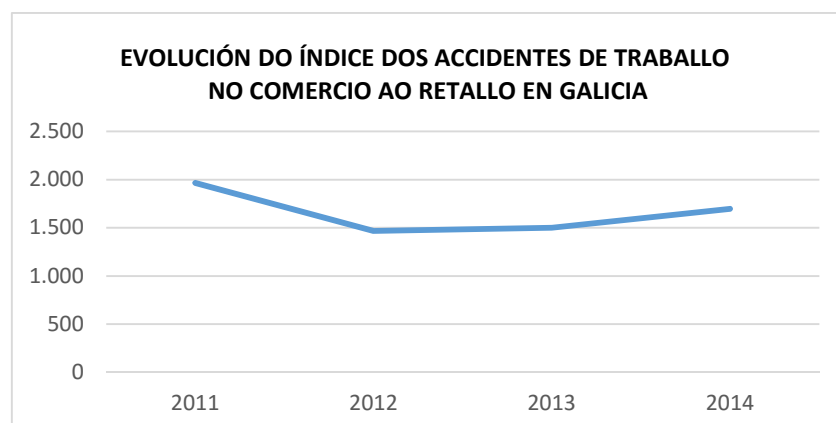
<b>ACCIDENTES DE TRABALLO NO COMERCIO AO RETALLO GALICIA</b>				
<b>ANO</b>	<b>AATT</b>	<b>AATT*100000</b>	<b>TOTAL DE TRABALLADORES</b>	<b>TASA ANUAL DE INCIDENCIA DOS AATT</b>
<b>2014</b>	1.800	180.000.000	106.033	1.697,6
<b>2013</b>	1.633	163.300.000	108.792	1.501,0
<b>2012</b>	1.685	168.500.000	114.702	1.469,0
<b>2011</b>	2.251	225.100.000	114.587	1.964,5

Fonte: Observatorio estatal de accidentes de traballo, 2015

No ano 2014 no comercio polo miúdo unha media de 1.697 traballadores por cada 100.000 expostos os riscos sufriron un accidente de traballo, en tanto por cento unha **media 1,7 traballadores por cada 100 expostos**.

Como se pode observar na seguinte gráfica a evolución da taxa anual de incidencia dos accidentes de traballo en Galicia dende o ano 2011 ao 2014, aínda que no ano 2014 acontece unha pequena repunta.

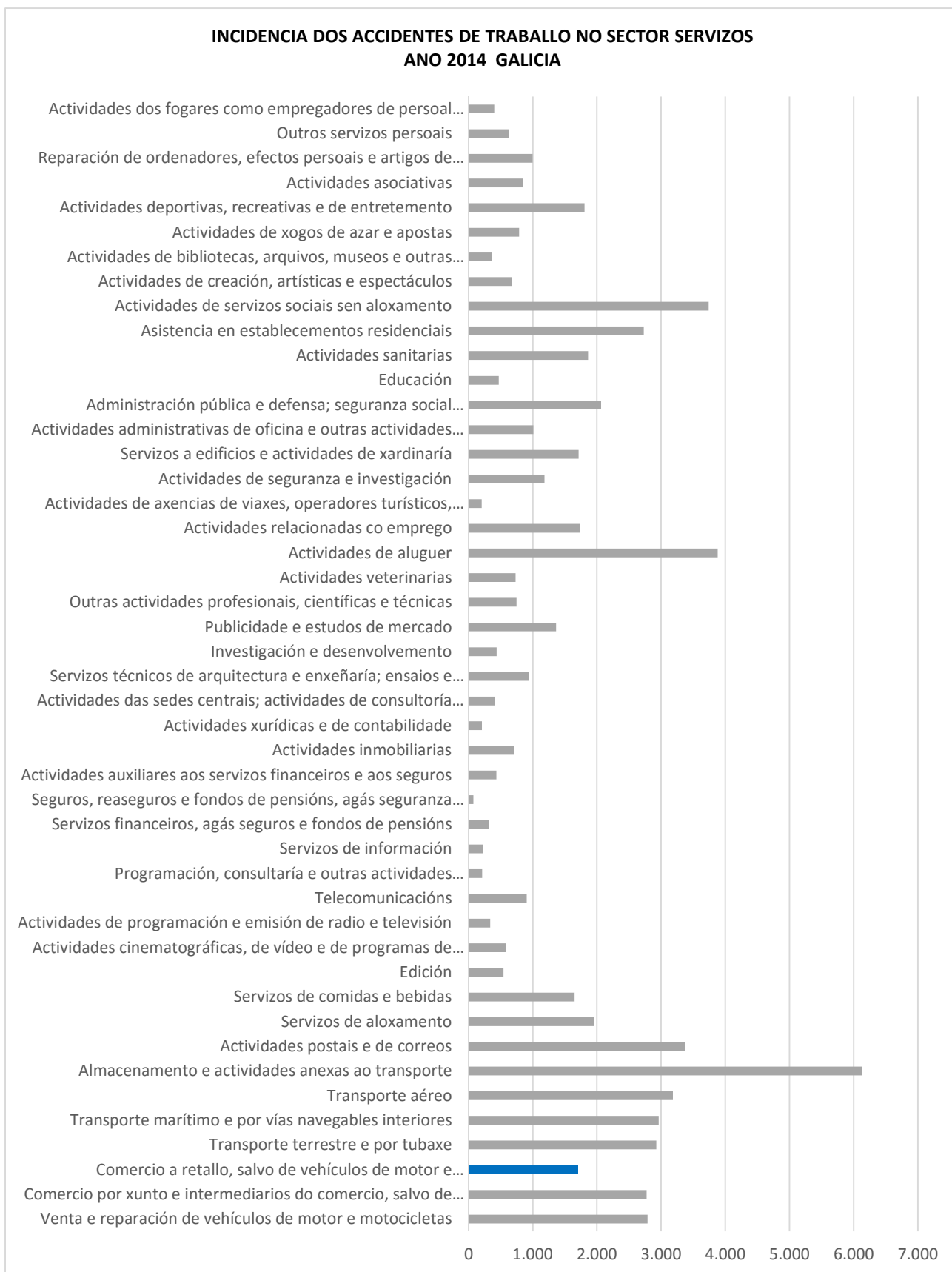
<sup>1</sup> A poboación afiliada á Seguridade Social coa continxencia de accidente de traballo e enfermidade profesional cuberta está calculada coa media anual dos afiliados á Seguridade Social do Réxime Xeral, do Réxime Especial da Minería do Carbón, do Réxime Especial do Mar e, dende 2004, cos traballadores o Réxime Especial de Traballadores Autónomos que voluntariamente optaron pola cobertura específica de continxencias profesionais.



Fonte: Observatorio estatal de accidentes de traballo, 2015

Se comparamos o índice de sinistralidade do sector comercio polo miúdo co mesmo índice doutros sectores de actividade económica decatámonos de que o comercio ao retallo non é un sector cunha sinistralidade especialmente grave. De feito, os sectores cun índice máis elevado sitúanse entre 9,58 (Recollida, tratamento e eliminación de residuos, valorización), 8,95 (Fabricación de produtos de caucho e plásticos) e 8,3 (Silvicultura e explotación forestal) traballadores accidentados por cada 100 traballadores expostos. No ranking de sectores económicos có índice de sinistralidade máis elevado, o comercio polo miúdo galego sitúase no posto 49 dun total de 87 sectores.

Se temos en conta soamente as actividades económicas que conforman o Sector Servizos en xeral, o índice de sinistralidade é máis similar ao do comercio ao retallo, agás das Actividades de almacenamento e anexas ao transporte (6,12 traballadores accidentados por cada 100). E neste caso, ao facer o ranking de actividades económicas do Sector Servizos có índice de sinistralidade máis elevado, o comercio polo miúdo galego situase no posto 19 dun total de 49 actividades económicas. O índice de sinistralidade medio do total do Sector Servizos en Galicia para o ano 2014 foi de 1,4 traballadores accidentados por cada 100 expostos.



Fonte: Observatorio estatal de accidentes de traballo, 2015

No ano 2014 Galicia é a cuarta Comunidade Autónoma coa incidencia máis elevada de accidentes de traballo no comercio polo miúdo, soamente superada por Madrid, Asturias e Navarra.

ACCIDENTES DE TRABALLO NO COMERCIO AO RETALLO ANO 2014 ESPAÑA				
CCAA	AATT	AATT*100000	TOTAL DE TRABALLADORES	TASA ANUAL DE INCIDENCIA DOS AATT
Andalucía	4.233	423.300.000	319.714	1.324,0
Aragón	766	76.600.000	50.294	1.523,0
Asturias (Principado de)	903	90.300.000	43.337	2.083,7
Baleares (Illes)	1.016	101.600.000	60.155	1.689,0
Canarias	1.849	184.900.000	109.276	1.692,0
Cantabria	314	31.400.000	23.383	1.342,8
Castela - A Mancha	949	94.900.000	63.862	1.486,0
Castela e León	1.360	136.000.000	96.220	1.413,4
Cataluña	5.301	530.100.000	315.669	1.679,3
Comunidade Valenciana	2.409	240.900.000	208.253	1.156,8
Extremadura	415	41.500.000	37.417	1.109,1
Galicia	1.800	180.000.000	106.033	1.697,6
Madrid (Comunidade de)	6.248	624.800.000	273.590	2.283,7
Murcia (Región de)	581	58.100.000	54.445	1.067,1
Navarra (Comunidad Foral de)	349	34.900.000	20.209	1.727,0
País Vasco	1.150	115.000.000	76.994	1.493,6
Rioxa (A)	140	14.000.000	10.360	1.351,4
Ceuta (Cidade autónoma de)	30	3.000.000	2.584	1.160,9
Melilla (Cidade autónoma de)	26	2.600.000	3.486	745,8

Fonte: Observatorio estatal de accidentes de traballo, 2015

Se comparamos a evolución da accidentabilidade do comercio polo miúdo por Comunidades Autónomas dende o ano 2011, o comportamento na maioría delas é similar ao galego: baixada considerable nos anos 2012 e 2013 e pequena subida no 2014.

#### ACCIDENTES DE TRABALLO CON BAIXA EN GALICIA:

Considéranse accidentes de traballo con baixa, aqueles accidentes que causaron a baixa do traballador accidentado dentro do ano de referencia e que foron aceptados pola Autoridade Laboral Autónoma. Cada accidente de traballo está rexistrado no ano que corresponde ao día en que empezou a baixa debido ao accidente e se exclúen os casos notificados como recaídas.

Os accidentes poden ser **en xornada**, cando o accidente ocorreu durante o tempo da xornada ou no centro ou lugar de traballo, sexa no centro ou lugar de traballo habitual, noutro centro ou lugar de traballo distinto do habitual ou en desprazamento, ou poden ser **in itinere**, cando o accidente ocorreu durante a viaxe entre a casa do traballador e o centro ou lugar de traballo, ou viceversa.

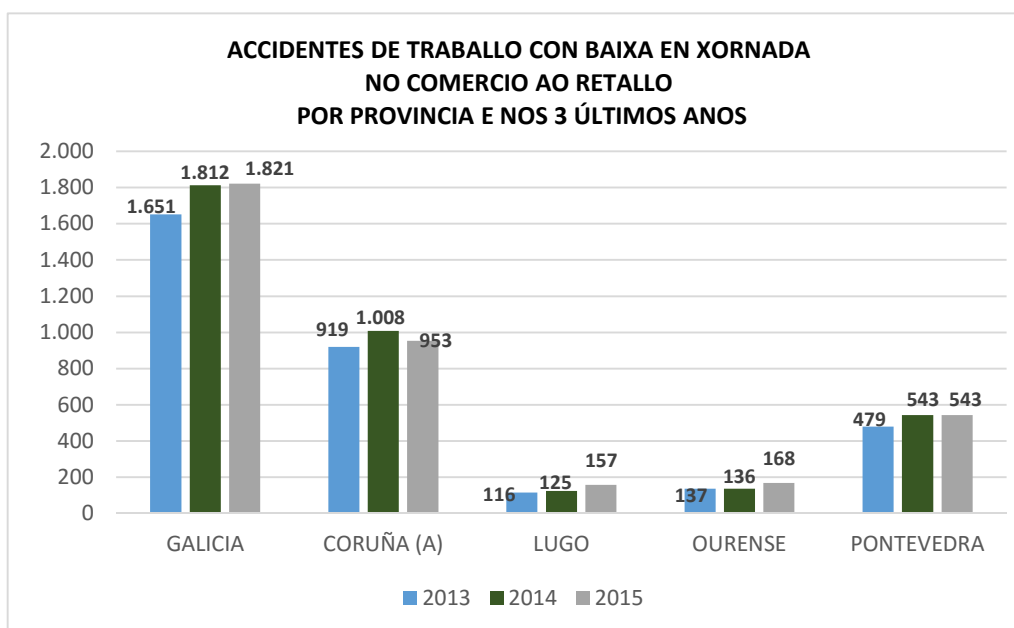
Segundo a gravidade do accidente clasifícanse en leves, graves e mortais, e se indica no parte de baixa do traballador.

ACCIDENTES DE TRABAJO NO COMERCIO AO RETALLO CON BAIXA , EN XORNADA E IN ITINERE, SEGÚN GRAVIDADE E POR PROVINCIA ANO 2015								
	EN XORNADA				IN ITINERE			
	Total	Leves	Graves	Mortais	Total	Leves	Graves	Mortais
<b>GALICIA</b>	<b>1.821</b>	<b>1.813</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>337</b>	<b>333</b>	<b>3</b>	<b>1</b>
<b>CORUÑA (A)</b>	953	951	2	-	181	180	-	1
<b>LUGO</b>	157	157	-	-	19	18	1	-
<b>OURENSE</b>	168	167	-	1	27	26	1	-
<b>PONTEVEDRA</b>	543	538	5	-	110	109	1	-

Fonte: Ministerio de Empleo e Seguridade Social, Estadísticas de accidentes de trabajo, 2015

Os accidentes de traballo en xornada acontecidos no comercio polo miúdo son na súa grande maioría clasificados coma leves. É un sector practicamente sen mortalidade por causa dos accidentes laborais, pero pola contra e o sector de actividade económica galega que máis número de accidentes con baixa tivo no ano 2015. Os seguintes sectores por número de accidentes laborais en xornada con baixa son: Actividades especializadas de construción ( 1.727), Industria dos alimentos (1.649) e Administración pública e defensa; seguridade social obrigatoria (1.617).

O número “bruto” de accidentes laborais ao longo dos tres últimos anos aumenta, tanto en Galicia como en cada unha das provincias:

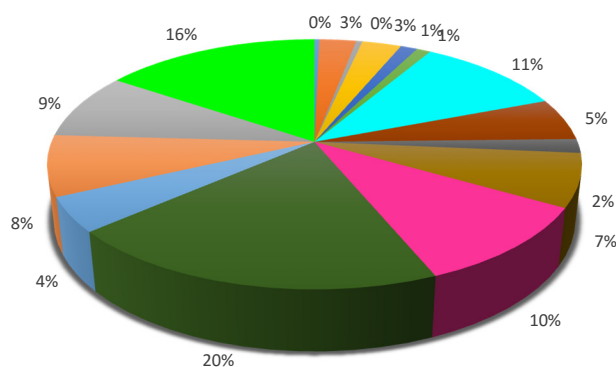


Fonte: Ministerio de Empleo e Seguridade Social, Estadísticas de accidentes de trabajo, 2015

Outra forma de achegarnos aos riscos laborais que padecen os traballadores do sector do comercio ao retallo é analizar as estatísticas que fan referencia aos accidentes rexistrados segundo as ocupacións . Estas estatísticas presentan os datos dos grandes grupos de ocupacións, de maneira que a maioría dos traballadores do comercio polo miúdo englobase dentro do grupo de **Traballadores de servizos de restauración e do comercio**, que contén as seguintes

ocupacións: Camareiros e cociñeiros propietarios, Cociñeiros e camareiros empregados, Vendedores en tendas e almacéns, Comerciantes propietarios de tendas, Vendedores en quioscos, Vendedores en mercados ocasionais e feiras, Operadores de telemarketing, Expendedores de gasolineras, Promotores de venta, Modelos de moda, arte e publicidade, Vendedores a domicilio, Caixeiros e taquilleiros (excepto bancos). Polo tanto, estes datos hai que analizalos prudentemente, pois non fan referencia só ao comercio polo miúdo.

**DISTRIBUCIÓN DOS ACCIDENTES DE TRABALLO CON BAIXA EN XORNADA  
POR GRANDES GRUPOS DE OCUPACIÓN.  
GALICIA, 2015**

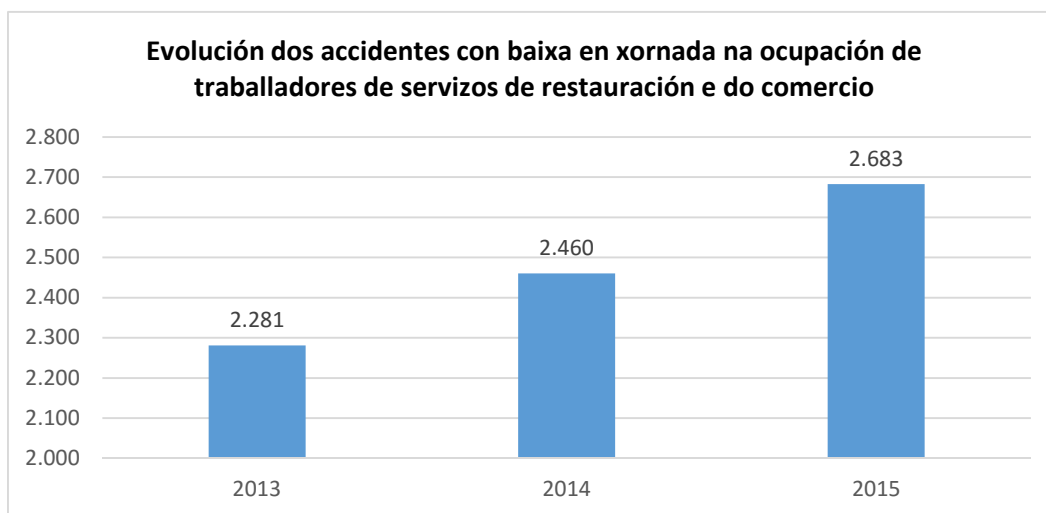


- Directores e Xerentes
- Técnicos e profesionais científicos e intelectuais da saúde e o ensino
- Outros técnicos e profesionais científicos e intelectuais
- Técnicos; profesionais de soporte
- Empregados de oficina sen atención ao público
- Empregados de oficina con atención ao público
- Traballadores de servizos de restauración e do comercio
- Traballadores dos servizos de saúde e coidado de persoas
- Traballadores dos servizos de protección e seguridade
- Traballadores cualificados no sector agrícola, gandeiro, forestal, silvicultura e pesca
- Traballadores cualificados da construción (agás operadores de máquinas)
- Traballadores cualificados de industrias manufactureras (agás operadores de instalac e máquinas)
- Operadores de instalacións e maquinaria fixa, e montadores
- Condutores e operadores de maquinaria móbil
- Traballadores non cualificados en servizos (agás transporte)
- Peóns da agricultura, pesca, construción, industria manufact. e transporte



Fonte: Ministerio de Empleo e Seguridade Social, Estadísticas de enfermidades profesionais, 2015

Se observamos a gráfica anterior, descubrimos que o grupo de **Traballadores de servizos de restauración e do comercio** sofren o 11% do total de accidentes acontecidos no total de ocupacións durante o ano 2015. Deste xeito, este grupo de traballadores sitúase no terceiro posto de grupos de ocupacións con máis accidentes de traballo, tras os Traballadores cualificados de industrias manufactureiras e Peóns da agricultura, pesca, construción, industria manufactureira e transporte.



Fonte: Ministerio de Empleo e Seguridade Social, Estadísticas de enfermidades profesionais, 2015

O número de accidentes que sofren o grupo de ocupación de Traballadores de servizos de restauración e do comercio dende o ano 2013 foi en aumento, feito que acontece tamén na maioría do grandes grupos de ocupacións.

## 4.2. ENFERMIDADES PROFESIONAIS

A análise da incidencia das enfermidades profesionais e enfermidades profesionais con baixa no sector do comercio polo miúdo en Galicia non é posible realizalo debido a que non existen datos publicados ao respecto. Por este motivo, e coa intención de obter unha idea do comportamento do sector neste tema, realizaremos unha exploración do que acontece en España.

### INCIDENCIA DAS ENFERMIDADES PROFESIONAIS EN ESPAÑA

O índice de incidencia das enfermidades profesionais é calculado do mesmo xeito que o de accidentes laborais: número de enfermidades profesionais con baixa e sen baixa, multiplicado por cen mil e dividido polo número de traballadores afiliados á Seguridade Social coas continxencias profesionais cubertas.

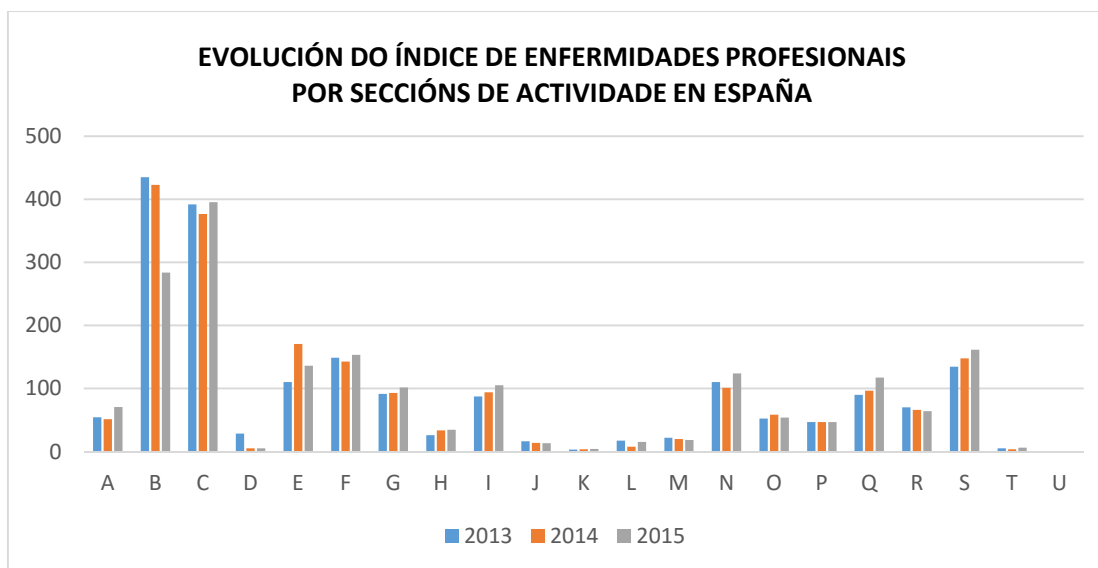


ÍNDICES DE INCIDENCIA DE ENFERMIDADES PROFESIONAIS POR SECCIONES DE ACTIVIDADE. ESPAÑA AÑO 2015	
Industria manufacturera	395,51
Industrias extractivas	283,98
Outros servicios	161,75
Construcción	153,57
Subministro de auga, saneamento, xestión de residuos	136,30
Servizos administrativos e de apoio	124,21
Actividades de saúde e de servizos sociais	117,30
Hostalaría	105,02
Comercio por xunto e comercio polo miúdo , agás de vehículos de motor e motocicletas	101,47
Agricultura, gandería, silvicultura e pesca	70,74
Actividades artísticas, actividades de lecer e entretemento	63,92
Administración pública e defensa; seguridade social obrigatoria	53,87
Educación	46,88
Transporte e almacenamento	34,69
Actividades profesionais, científicas e técnicas	18,31
Actividades inmobiliarias	15,24
Información e comunicación	13,32
Actividades dos fogares que empregan persoal doméstico, produtores de bens e servizos	6,11
Subministro de enerxía eléctrica, gas, vapor e aire acondicionado	5,52
Actividades financeiras e de seguros	4,49
Actividades das organizacións e outras institucións extraterritoriais	0,00

Fonte: Ministerio de Empleo e Seguridade Social, Estadísticas de enfermidades profesionais, 2015

En España no ano 2015 na totalidade do sector do Comercio - tanto o comercio “por xunto” coma o comercio “polo miúdo”- 101,47 traballadores por cada 100.000 expostos padeceron unha enfermidade profesional; **o que significa 0,10 traballadores por cada 100 expostos**. E dos 20 sectores contemplados, o sector comercio situase no octavo posto en función no índice de incidencia de enfermidades profesionais máis alto.

Respecto a evolución do índice de incidencia das enfermidades profesionais nos últimos 3 anos, existen comportamentos distintos nas diferentes seccións de actividade, tal e como se reflexa na seguinte gráfica. No caso do Comercio en España, o índice mantense similar, agás un lixeiro repunte no ano 2015.



**LEENDA**

- Agricultura, gandería, silvicultura e pesca A
- Industrias extractivas B
- Industria manufactureira C
- Subministro de enerxía eléctrica, gas, vapor e aire acondicionado D
- Subministro de auga, saneamento, xestión de residuos E
- Construción F
- Comercio por xunto e comercio polo miúdo , agás de vehículos de motor e motocicletas G
- Transporte e almacenamento H
- Hostalaría I
- Información e comunicación J
- Actividades financeiras e de seguros K
- Actividades inmobiliarias L
- Actividades profesionais, científicas e técnicas M
- Servizos administrativos e de apoio N
- Administración pública e defensa; seguridade social obrigatoria O
- Educación P
- Actividades de saúde e de servizos sociais Q
- Actividades artísticas, actividades de lecer e entretemento R
- Outros servizos S
- Actividades dos fogares que empregan persoal doméstico, produtores de bens e servizos T
- Actividades das organizacións e outras institucións extraterritoriais U

Fonte: Ministerio de Empleo e Seguridade Social, Estadísticas de accidentes de traballo, 2015

**ENFERMIDADES PROFESIONAIS CON BAIXA EN ESPAÑA:**

Na totalidade do comercio ao retallo en España no ano 2015, 1605 traballadores padeceron algunha enfermidade profesional, e destes traballadores, o 79% foron mulleres e o 44% tiveron que solicitar baixa laboral.

<b>ENFERMIDADES PROFESIONAIS CON BAIXA E SEN BAIXA NO SECTOR DO COMERCIO AO RETALLO. ESPAÑA ANO 2015</b>									
<b>TOTAL</b>			<b>CON BAIXA</b>				<b>SEN BAIXA</b>		
Total	Varóns	Mulleres	Total	Varóns	Mulleres	Total	Varóns	Mulleres	
1.605	331	1.274	714	153	561	891	178	713	

Fonte: Ministerio de Empleo e Seguridade Social, Estadísticas de enfermidades profesionais, 2015

Se analizamos as estatísticas que fan referencia á ocupación do traballador, encontrámonos que a gran maioría das enfermidades profesionais acontecidas en España ao longo de 2015 foron nos grandes grupos de ocupacións de: Traballadores cualificados das industrias manufactureiras, Operadores de instalacións e maquinaria fixa, e montadores, [Traballadores dos servizos de restauración e comercio](#), Peóns da agricultura, pesca, construción, de industrias manufactureiras e transportes, e Traballadores non cualificados en servizos (excepto transportes).

Dentro do grupo de ocupacións dos Traballadores dos Servizos de Restauración e do Comercio, as enfermidades profesionais recaen principalmente nos Dependentes en tendas de almacéns e nos [Traballadores asalariados dos servizos de restauración](#). E por norma xeral, as enfermidades profesionais sen baixa prevalecen lixeiramente sobre as enfermidades profesionais con baixa.

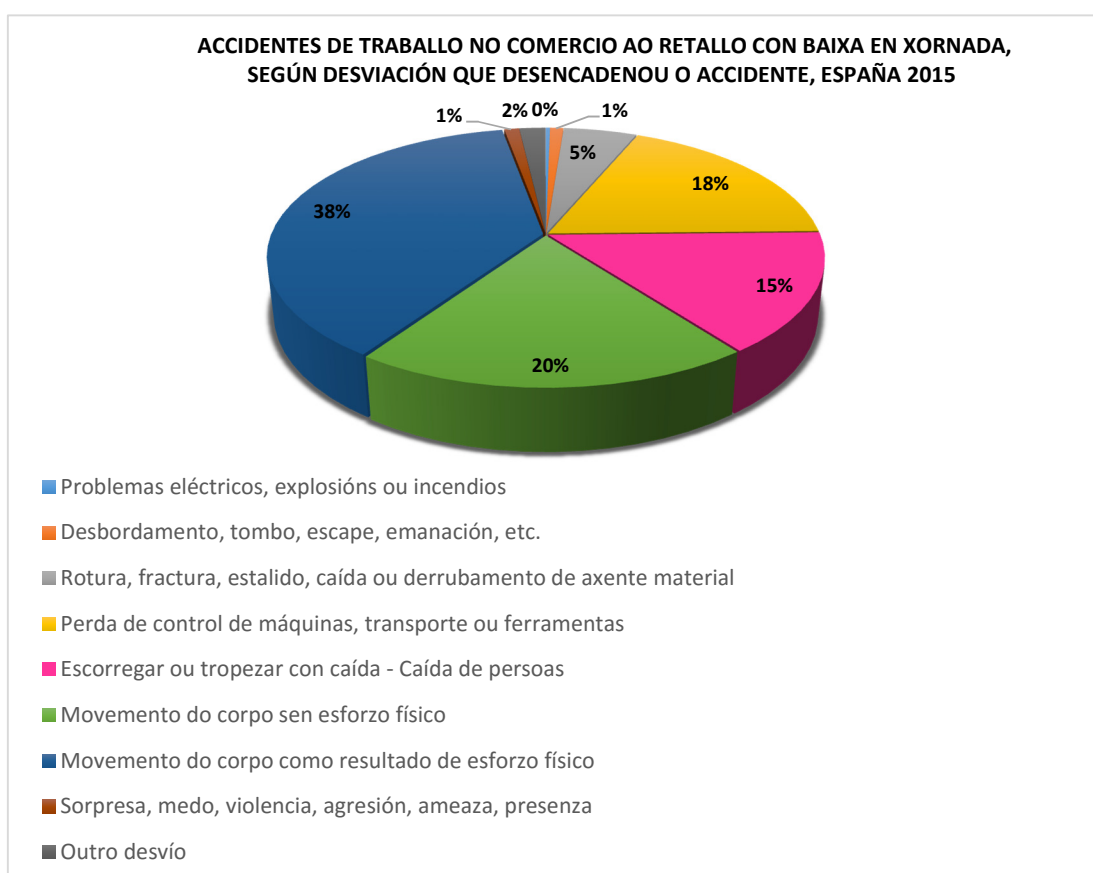
<b>ENFERMIDADES PROFESIONAIS CON BAIXA E SEN BAIXA POR OCUPACIÓN DO TRABALLADOR. ESPAÑA AÑO 2015</b>			
	<b>TOTAL</b>	<b>CON BAIXA</b>	<b>SEN BAIXA</b>
	<b>2015</b>	<b>2015</b>	<b>2015</b>
<b>TRABALLADORES DOS SERVICIOS DE RESTAURACIÓN E COMERCIO</b>	<b>2.327</b>	<b>1.056</b>	<b>1.271</b>
Camareiros e cocifeiros propietarios	47	19	28
<a href="#">Traballadores asalariados dos servizos de restauración</a>	<a href="#">918</a>	<a href="#">421</a>	<a href="#">497</a>
Dependentes en tendas e almacéns	1.196	546	650
Comerciantes propietarios de tendas	15	3	12
Vendedores (excepto en tendas e almacéns)	96	42	54
Caixeros e taquilleiros (excepto bancos)	55	25	30

Fonte: Ministerio de Empleo e Seguridade Social, Estatísticas de enfermidades profesionais, 2015

### 4.3. CAUSAS DOS ACCIDENTES DE TRABAJO NO COMERCIO POLO MIÚDO

Os riscos laborais acontecen por unha gran variedade de motivos, polo tanto resulta interesante coñecer cales teñen maior incidencia en cada un dos riscos para elaborar unha estratexia preventiva axeitada ás diferentes situacións. Para coñecer as causas máis habituais dos accidentes de traballo no comercio ao retallo galego, temos que mirar para o que acontece a nivel nacional (posto que non existe información a nivel rexional) e continuar coa análise das estatísticas de Accidentes de traballo do Ministerio de Emprego e Asuntos Sociais.

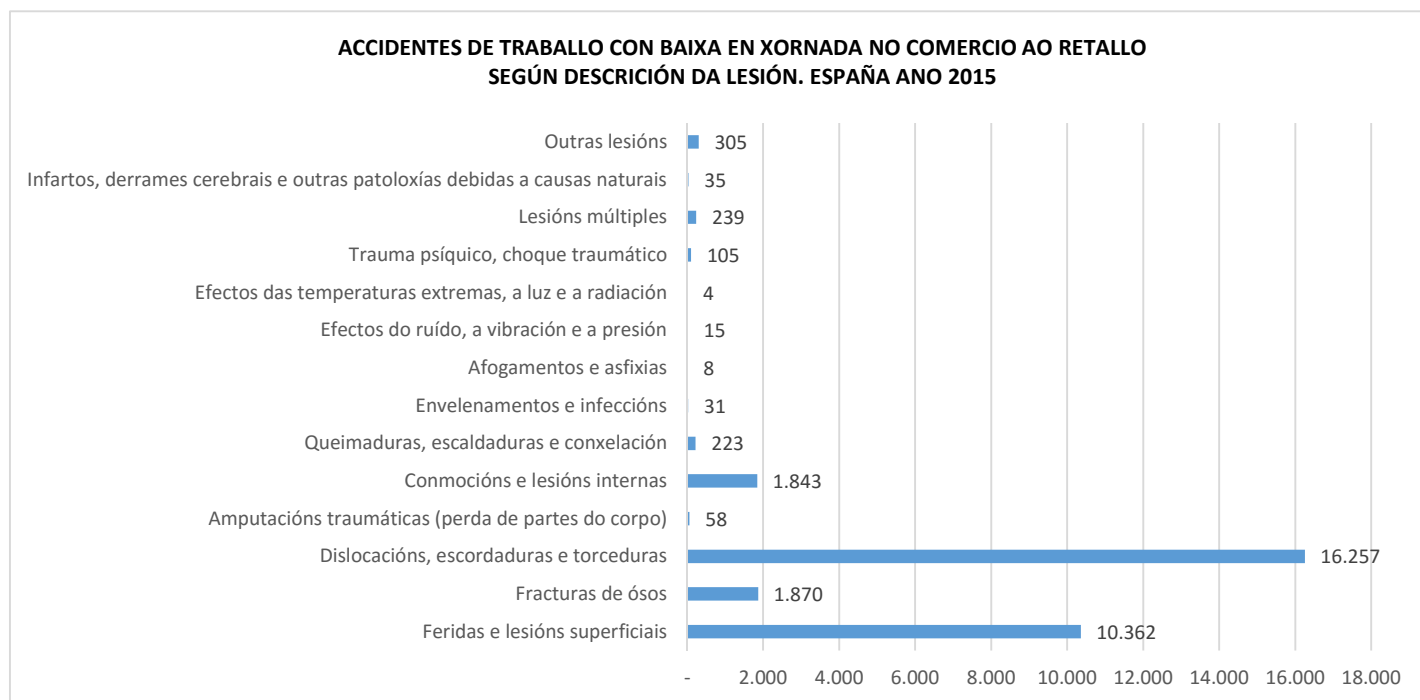
Aos traballadores que sufriron accidentes de traballo con baixa en xornada ao longo de 2015 pedíuselles que identificaran as causas do conxunto dos riscos aos que estiveron expostos. Desta maneira, do total dos 31.355 accidentes de traballo acontecidos en España no comercio polo miúdo, distribúense do seguinte xeito segundo o factor que o desencadeou:



Fonte: Ministerio de Emprego e Seguridade Social, Estatísticas de accidentes de traballo, 2015

Sen lugar a dúbidas son o [Movementos do corpo](#), tanto sen esforzo físico coma o debido ao resultado do esforzo físico, as causas máis predominantes nos accidentes de traballo do 2015. Outras causas que tamén destacan son a Perda de control de máquinas, transporte ou ferramenta, e os Escorregamentos ou tropezos con caída.

As lesións consecuencia dos 31.355 accidentes de traballo no comercio ao retallo de España, foron principalmente [Dislocacións, escordaduras e torceduras](#) e [Feridas e lesión superficiais](#), tal e como se ve na seguinte gráfica:



Fonte: Ministerio de Empleo e Seguridade Social, Estadísticas de accidentes de trabajo, 2015

Por ocupación, concretamente no grupo de ocupación que nos interesa - traballadores de servizos de restauración e comercio -, e pola forma en que se produciu a lesión, predominan os accidentes derivados de [Sobresforzos](#), [Choques contra obxecto fixo e Choques contra obxecto en movemento](#).

<b>ACCIDENTES DE TRABAJO CON BAIXA EN XORNADA NOS TRABALLADORES DE SERVIZOS DE RESTAURACIÓN E COMERCIO POR FORMA OU CONTACTO EN QUE SE PRODUZO A LESIÓN. ESPAÑA AÑO 2015</b>	
<b>TOTAL</b>	<b>55.890</b>
<a href="#">Sobresfuerzo físico, trauma mental, radiación, ruído, luz, presión</a>	<a href="#">19.523</a>
<a href="#">Chocar ou bater contra o obxecto fixo (Traballador en movemento)</a>	<a href="#">13.405</a>
Contacto con "axente material" cortante, punzante, duro	10.643
<a href="#">Chocar ou bater contra un obxecto en movemento, colisión</a>	<a href="#">6.243</a>
Contacto coa corrente eléctrica, lume, temperatura, substancias perigosas	2.749
Accidentes de tráfico (1)	1.397
Quedar atrapado, ser esmagado, sufrir unha amputación	1.015
Outra forma ou contacto non incluídos nos anteriores apartados	427
Mordeduras, patadas, etc. (de animais ou persoas)	354
Ataques cardíacos, derrames cerebrais e outras causas estritamente naturais	86
Afogamento, quedar sepultado, quedar envolto	48

Fonte: Ministerio de Empleo e Seguridade Social, Estadísticas de accidentes de trabajo, 2015

Respecto o “Sobresfuerzo físico, trauma mental, radiación, ruído, luz, presión” debe terse en conta que aínda que neste epígrafe englobanse varias causas de accidentes, no caso do comercio polo miúdo é precisamente o sobresfuerzo o elemento que ten a gran maioría do peso, concretamente máis do 98%, dentro do global de posibles epígrafes que comprende.

No caso da causa “Chocar ou bater contra o obxecto fixo (Traballador en movemento)” se inclúen as caídas ao mesmo e distinto nivel, os tropezos, os golpes con elementos de uso no centro (expositores, mostradores, etc.) ou ben contra calquera outro obxecto inmóbil (por exemplo, contra un elemento estrutural do lugar de traballo como pode ser unha columna). E “Chocar ou bater contra un obxecto en movemento, colisión” fai referencia as proxeccións e as caídas de obxectos, así como aos choques contra os vehículos, entre outras causas.

A pesar de que os “Contactos con axente cortante” sitúase no terceiro posto de accidentes acontecidos nos traballadores de servizos de restauración e comercio, pode que este epígrafe afecte principalmente aos traballadores da restauración; dado que estamos a falar de accidentes con utensilios cortantes, punzantes, capaces de rabuñar, coma coitelos, e outros utensilios de cociña.

## **5. FACTORES DE RISCOS, CAUSAS E MEDIDAS PREVENTIVAS**

### **5.1. FACTORES DE RISCO NO PEQUENO COMERCIO**

Os factores de risco son elementos ou conxuntos de elementos - coma obxectos, fenómenos, ambientes e accións humanas - que estando presentes nas condicións de traballo teñen a potencialidade de producir lesións ou diminuír a saúde do traballador.

#### **Factores de risco derivados das condicións de seguridade:**

CONDICIÓN DE SEGURIDADE : Condicións que deben cumprir as zonas de traballo nas que está o traballador ou poida acceder por razóns do seu traballo.

- ① Estabilidade e solidez dos locais.
- ① Instalación eléctrica.
- ① Vías e saídas de emerxencia.
- ① Detección e loita contra incendios.
- ① Orde e limpeza

#### **Exemplos de factores de risco no PEQUENO COMERCIO:**

- Existencia de zonas de almacenaxe ou de traballo elevadas.
- Uso habitual das escaleiras de man.
- Espazo insuficiente.
- Estantes mal suxeitos.
- Conexións eléctricas inadecuadas e deterioradas.
- Falta de inspección periódica na instalación eléctrica.
- Chans sucios.
- Obstáculos nas zonas de paso.
- Almacenamento incorrecto.

#### **Factores de risco derivados das condicións do ambiente físico de traballo:**

CONDICIÓN AMBIENTAIS: Son factores que están presentes en todos os ambientes, tanto laborais como xerais, existindo uns valores óptimos que fan que o ambiente sexa confortable. Cando estes valores son superados, ou ben non se alcanzan, poderán producir incomodidades e alteracións.

- ① Temperatura
- ① Humidade
- ① Iluminación
- ① Ruído
- ① Ventilación

#### **Exemplos de factores de risco no PEQUENO COMERCIO:**

- Existencia de cámaras frigoríficas ou expositores refrixerados.

- Uso de vestimenta inadecuada nas cámaras frigoríficas.
- Climatización inadecuada.
- Niveis de iluminación baixos.
- Presenza de máquinas e aparatos que emiten ruídos e vibracións excesivas.



#### **Factores de risco derivados das condicións da carga de traballo:**

CONDICIÓN DA CARGA DE TRABALLO: Conxunto de requirimentos físicos e mentais aos que se ve sometido a persoa ao durante o desempeño do seu traballo.

- ① Manipulación de cargas
- ① Esfuerzo físico
- ① Posturas de trallo
- ① Movementos repetitivos
- ① Esfuerzo mental

#### **Exemplos de factores de risco no PEQUENO COMERCIO:**

- Manipulación de mercadorías, especialmente as superiores a 25kgr.
- Existencia de chans esvaradíos.
- Reposición de estantes.
- Almacenamento de mercadorías.
- Deseño inadecuado das zonas de traballo.
- Falta de espazo.
- Permanecer moitas horas de pé.
- Inadecuación ergonómica dos postos.
- Uso de ferramentas ou máquinas nas que o traballador teña que realizar flexións ou extensións forzadas dos brazos.
- Realización de movementos repetitivos: apertura de caixas de produtos, enchido de bolsas, uso de máquinas (etiquetadoras, cortafiambres, caixas rexistradoras...)



#### **Factores de risco derivados de contaminantes:**

CONTAMINANTES: Son axentes estraños ao organismo capaces de producirle alteracións, e que non terían que estar presentes en ningún ambiente laboral.

- ① Contaminantes químicos
- ① Contaminantes físicos

#### **Exemplos de factores de risco no PEQUENO COMERCIO:**

- Venda, utilización e/ou almacenaxe para uso propio de produtos tóxicos (produtos de limpeza, praguicidas, raticidas, funguicidas, conservantes, cloro, amoníaco, alcois, disolventes orgánicos, pinturas, colas..)
- Mestura de produtos reactivos
- Almacenamento inadecuado de sustancias
- Exposición a vapores tóxicos



- Manipulación de alimentos
- Contacto con animais

**⚠ Factores de risco derivados da organización do traballo:**

ORGANIZACIÓN DO TRABALLO: a organización do traballo, a estrutura e cultura empresarial, e poden ter consecuencias para a saúde dos traballadores a nivel físico pero, sobre todo, a nivel psíquico e social.

- ① Xornada de traballo
- ① Ritmos de traballo
- ① Estilo de mando
- ① Automatización/ Monotonía
- ① Comunicación interna
- ① Estilo de mando
- ① Participación
- ① Falta de autonomía
- ① Falta de estabilidade no emprego

**Exemplos de factores de risco no PEQUENO COMERCIO:**

- Falta de tempo para descansar.
- Inadecuada disposición dos tempo de tarefas e descanso.
- Tensión derivada do trato con clientes.
- Sistema de traballo de quendas.
- Traballo nocturno.
- Ritmo de traballo imposto.
- Imposibilidade de organizar tempos de descanso segundo as necesidades.
- Pouca participación.
- Alta temporalidade e rotación.
- Estilo de mando autoritario.
- Falta de desenvolvemento profesional.
- Situacións de violencia, agresións, atracos, sobre todo nos postos de venda directa en contacto cos clientes.
- Horarios de peche tarde e localización dos establecementos en lugares apartados.
- Acoso sexual.

## 5.2. MEDIDAS PREVENTIVAS DOS RISCOS LABORAIS NO PEQUENO COMERCIO

Realizar un desenvolvemento detallado de cada factor de risco por tarefa do comercio polo miúdo e as súas medidas preventivas sería caer nunha análise excesivamente extensa e chea de repeticións, polo que no presente estudo optouse por avaliar ao sector na súa globalidade e seleccionar coma obxecto de estudo aqueles riscos con máis incidencia e habituais na totalidade.

Partindo da base que un risco laboral é todo aquilo que pode causar un dano no ámbito laboral, un risco laboral pode definirse como a posibilidade de que un profesional sufra un determinado dano derivado do traballo que realiza. Isto pode deberse a factores de seguridade, ambientais, relacionados coas características do traballo, coa organización do mesmo, etc.

A continuación expóñense os riscos máis comúns no pequeno comercio, sinalando as súas consecuencias, factores de risco e medidas preventivas :



### RISCOS ASOCIADOS ÁS CONDICIÓNS DOS CENTROS DE TRABALLO:

#### 1./Caídas de persoas ao mesmo nivel e a distinto nivel

As caídas ao mesmo e a distinto nivel son dous dos accidentes que se producen con máis frecuencia nos pequenos comercios debido a despistes, exceso de confianza, desorde, restos de alimentos ou líquidos no chan, etc.

En concreto, as **caídas ao mesmo nivel** son aquelas que se producen en zonas de paso, ao tropezar ou chocar con algún obxecto, esvarar, etc.; mentres que as caídas a **distinto nivel** son aquelas que se producen desde unha altura, como unha escaleira.

**Consecuencias:** Hematomas; Escordaduras; Fracturas de osos...

#### Factores de risco:

- Caixas e carros abandonados en lugares de paso.
- Cables atravesando lugares de paso.
- Falta de orde e limpeza.
- Uso de cadeiras, papeleiras, etc., para fines indebidos.
- Escaleiras de man en mal estado.
- Baldosas soltas, bordes de moqueta levantados, etc.
- Chans fregados ou encerados que non están correctamente sinalizados.

#### Medidas preventivas:

- Manter as zonas de tránsito libres de obstáculos, como caixas, cables, etc.
- Respectar os sinais de chan mollado.
- Utilizar calzado antiesvaradío.

- Comprobar o estado das escaleiras de man e fixalas mediante elementos de seguridade antes de subirse a elas.
- Colocarse mirando cara ás escaleiras ao subir, baixar e, en xeral, traballar nelas.
- Non intentar coller obxectos que queden fora do teu alcance e utilizar a escaleira adecuada para cada traballo e altura.
- Non utilizar cadeiras, mesas, papeleiras, etc., como escaleiras, sobre todo se teñen rodas.
- Se se derrama algo no chan, límpalo de inmediato.
- Non circular apresuradamente nin cunha carga que quite visión.
- Procurar manter sempre unha man libre, para poder suxeitarte con ela se esvaras, tropezas, etc.

## 2./Caídas de obxectos, golpes e cortes

Os obxectos que están presentes no centro de traballo e que se utilizan para levar a cabo as tarefas máis habituais, como unhas simples tesoiras ou unha caixa, tamén poden implicar riscos para á saúde do traballador. Algúns dos ricos máis frecuentes son os seguintes:

- **Caídas de obxectos por manipulación:** son aquelas que se producen cando un obxecto manexado por un traballador (como unha caixa) precipítase ao chan.
- **Caídas de obxectos desprendidos ou por derrube:** refírense ás caídas de obxectos que están almacenados en armarios, estantes, etc.; ou, incluso, dos propios mobles.
- **Golpes e cortes por obxectos e ferramentas:** o uso de diferentes ferramentas (como tesoiras, cutters, etc.) durante a xornada laboral tamén implica unha serie de riscos, como golpes e cortes.
- **Golpes, cortes e contactos con elementos móbiles de equipos de traballo:** armarios, portas abertas e outros elementos móbiles tamén supoñen un perigo, xa que pódese tropezar e golpearse con eles. Ademais, determinadas máquinas tamén teñen elementos móbiles (algúns deles cortantes) que débense manexar con coidado.

**Consecuencias:** Amputacións; Hematomas; Lesións nos pés ou nas mans...

### Factores de risco

- Caixóns abertos.
- Portas de cristal sen sinalizar.
- Mobles mal fixados á parede ou ao chan.
- Subxección deficiente das cargas que se trasladan ou das ferramentas de traballo.
- Desorde nas mesas e nos outros mobles do centro de traballo, con obxectos e residuos fóra do seu sitio.
- Presenza de ferramentas cortantes (como tesoiras ou cutters) fóra do seu lugar habitual.

### Medidas preventivas:

- Deixar os caixóns sempre pechados, para evitar que alguén tropece con eles.
- Suxeitar os obxectos para trasladalos de forma firme e pegados ao corpo, sobre todo aqueles de maiores dimensións.
- Non intentar trasladar obxectos cun volume que obstaculice o campo de visión.
- Utilizar calzado con punteira reforzada.
- Evitar almacenar obxectos pesados en lugares onde resulte complicado alcanzalos.
- Se un armario ou estante cae, retirarse e non intentar paralo.
- Encher os caixóns de abaixo a arriba e de atrás cara adiante. Ademais, os elementos máis pesados colocaranse sempre nos caixóns inferiores.
- Gardar os obxectos cortantes ou punzantes (cutter, tesoiras, chinchetas, etc.) nos lugares destinados para tal fin.
- Non manipular ferramentas de traballo cosas mans molladas.
- Empregar luvas adecuadas para o uso de ferramentas cortantes.
- Manter en orde as mesas de traballo e os demais mobles, cos accesorios ordenados e recollidos.
- Recoller os residuos cortantes, como envases e embalaxes rotos, e depositalos en lugares adecuados.
- No caso de traballar con máquinas que teñen elementos móbiles cortantes, como cortadoras ou picadoras, limpalas con coidado e coa axuda dun cepillo e de luvas homologadas.
- Non retirar as proteccións nin anular os dispositivos de seguridade das máquinas que teñan elementos móbiles.
- Utilizar cada ferramenta exclusivamente para a función para a que foi deseñada. Por exemplo, usar os coitelos so para cortar e non para outros fins, coma abrir un bote.

### 3./Incendios e contactos eléctricos

Un comercio, como calquera espazo de traballo, implica o uso de instalacións eléctricas, aparatos electrónicos, materiais combustibles, etc., que, aínda que parezan inofensivos, poden provocar incendios ou implicar contactos eléctricos que poñan en perigo a saúde do traballador.

**Consecuencias:** Queimaduras de diverso grao; Electrocuciós; Deshidratación; Intoxicación por fume; Asfixia; Lesións nerviosas...

#### Factores de risco:

- Cables ou aparatos eléctricos en mal estado.
- Enchufes e conexións múltiples, como ladróns ou regretas, sobrecargadas.
- Desorde e falta de limpeza.
- Presenza e manipulación de materiais combustibles.
- Presenza de focos de calor, como lámpadas, xunto a materiais combustibles.
- Presenza de auga e outros líquidos xunto a aparellos eléctricos, como ordenadores, e conexións eléctricas en xeral.

### Medidas preventivas:

- Non usar cables pelados, deteriorados ou sen enchufe.
- Non desconectar ningún aparato tirando do cable.
- Non conectar varios aparatos ao mesmo enchufe.
- Non tocar os aparatos eléctricos coas mans molladas ou cos pés en contacto con auga.
- Non depositar vasos con líquido sobre ordenadores, impresoras, caixas rexistradoras e outros aparellos eléctricos.
- Desconectar os aparellos eléctricos que non sexan necesarios antes de irte.
- Adquirir só aparatos eléctricos que teñan o marcado CE e que veñan acompañados dun manual de instrucións.
- Eliminar os materiais combustibles innecesarios, mellorando a orde e a limpeza dos almacéns e demais espazos de traballo.
- Non fumar nos espazos de traballo. Ademais, está prohibido por lei.
- Non achegar focos de calor a materiais combustibles.
- Non obstaculizar os recorridos, saídas de evacuación, sinalización, acceso a extintores, bocas de incendio, cadros eléctricos, etc.
- Coñecer os medios de loita contra incendios e os espazos do comercio onde están instalados, para acceder facilmente a eles se é preciso.

### Actuación fronte a incendios

- No momento de descubrir un incendio, manter a calma e dar inmediatamente a alarma.
- So intentar apagar o lume coa axuda dun extintor ou dunha boca de incendio equipada se o traballador está capacitado e a situación non implica perigo
- Saír do local e cerrar a porta sen chave.
- Se o lume se orixinou a raíz dun cortocircuíto, non usar auga para extingui-lo.
- Non abrir ningunha porta que estea quente, xa que significa que o lume está próximo.
- A hora de atravesar unha zona ampla con moito fume, procurar ir agachado. A atmosfera será máis respirable e, a temperatura, máis baixa. Ademais, poñerse un pano humedecido no nariz e na boca.
- No caso de que se queime e roupa, non correr. A actuación máis axeitada é tirarse no chan e intenta rodar



### RISCOS HIXIÉNICOS

Hai unha serie de factores de tipo ambiental e hixiénico que tamén inflúen no benestar dos traballadores. Trátase do ruído, das vibracións, da iluminación, da temperatura, da humidade, etc. Tamén a presenza no ambiente de traballo de vapores, fumes, virus, bacterias, axentes químicos, etc., pode supoñer un risco para a saúde dos traballadores.

#### 4./Exposición a temperaturas extremas.

As condicións climáticas dun lugar de traballo deben proporcionarlle aos traballadores unha sensación de benestar, xa que a exposición a temperaturas demasiado frías ou demasiado quentes poden implicar riscos para a súa saúde.

Resulta doado que se encontren nunha situación deste tipo o persoal que traballa en establecementos con cámaras frigoríficas (como froiterías, carnicerías, peixarías, etc.) ou en locais con equipos de calor potentes (como panaderías ou tendas con comida preparada).

**Consecuencias:** Esgotamento; Calafríos; Hipotermia; Conxelación; Sequidade nos ollos e mucosas; Constipados; Estrés térmico; Golpes de calor; Síncopes por calor; Deshidratación; Suor e afeccións na pel, como erupcións...

**Factores de risco:**

- Uso de equipos de refrixeración, como cámaras frigoríficas.
- Uso de equipos de calor (como fornos) en espazos de traballo pechados.
- Uso de sistemas de aire acondicionado ou climatización de forma inadecuada.

**Medidas preventivas:**

- Manter as estancias de traballo a unha temperatura entre 23 y 26 grados en verán e de entre 20 e 24 grados en inverno.
- No caso de traballar con cámaras frigoríficas, facer descansos periódicos.
- Instalar sistemas nas cámaras frigoríficas que permitan abrilas dende dentro e sinais luminosos que advirtan fóra da presenza de persoas no seu interior.
- Ao entrar en cámaras frigoríficas, facelo con prendas de abrigo adecuadas, cubrecabezas, calzado e guantes illantes ou calquera outra protección necesaria.
- Instalar termómetros para controlar a temperatura.
- Uso de roupa adecuada á estación e á temperatura que haxa no comercio.
- Beber auga de forma abundante, sobre todo nas épocas de máis calor.
- Evitar que partes do corpo sen protección entren en contacto con superficies que estean a menos de - 7º C, mediante luvas ou os equipos necesarios.

## 5./ Exposición a axentes biolóxicos

Outro dos riscos aos que están expostos os traballadores do pequeno comercio é o provocado por axentes biolóxicos, é dicir, organismos que, ao penetrar no corpo humano, provocan efectos adversos. É o caso dos virus, bacterias, protozoos, fungos ou vermes.

Este risco é maior naqueles establecementos comerciais nos que hai contacto con animais (como tendas de mascotas) e produtos de orixe animal ou vexetal (como tendas de alimentación).

**Consecuencias:** Enfermidades de tipo infeccioso ou contaxioso, Alerxias, Envenenamentos...

**Factores de risco:**

- Falta de hixiene e desorde, sobre todo en zonas con tendencia á acumulación de axentes patóxenos, como os aseos.
- Manipulación de materiais contaminados ou residuos.
- Contacto con produtos de orixe animal ou alimentos en mal estado.

- Feridas non protexidas.

#### **Medidas preventivas:**

- No caso de ter que limpar baños ou aseos, utilizar luvas específicas para a protección fronte a axentes biolóxicos.
- Lavar as mans con frecuencia, sobre todo tras facer labores de limpeza e antes de comer. O uso de luvas non exime desta medida de hixiene fundamental.
- Non comer, beber ou fumar no posto de traballo.
- Vacinarse.
- Manter una boa hixiene persoal.
- Manter o posto de traballo limpo e en orde.

### **6./ Manipulación de produtos químicos**

Na realización das súas tarefas, o traballador terá que manipular diversos produtos químicos (como aerosois, lixivia, etc.) que poden resultar perigosos para a súa saúde, sobre todo si os traballadores se encarga da limpeza do establecemento.

Algúns dos produtos utilizados son tóxicos e poden entrar no organismo a través do aire que se respira, da boca (por inxestión accidental), de feridas na pel, chagas, etc.

**Consecuencias:** Sensibilización cutánea; Reaccións alérxicas; Irritacións dos ollos, garganta ou nariz; Intoxicacións; Envenenamento; Afeccións respiratorias, como asma; Dermatitis...

#### **Factores de risco:**

- Etiquetas en mal estado ou non lexibles.
- Produtos que non están no seu envase orixinal.
- Desorde e falta de limpeza na zona de almacenaxe destes produtos.

#### **Medidas preventivas**

- Ler con coidado as etiquetas de cada produto antes de empregalo, para saber como utilízalo e coñecer os riscos concretos que implica o seu uso.
- Non cambiar ningún produto de envase para evitar confusións. Sobre todo, non empregar recipientes que poidan inducir a erros fatais, como botellas de refrescos, auga, etc.
- Indicar claramente o contido de cada envase.
- No caso de manipular produtos corrosivos, irritantes ou con risco de penetración a través da pel, empregar luvas de categoría III e con certificación CE.
- Gardar nun lugar seguro (a poder ser pechado con chave) os produtos de limpeza, para evitar que xente non autorizada acceda a eles.



## RISCOS ERGONÓMICOS

As funcións propias dos posto de traballo do pequeno comercio na maioría das ocasións fan que o traballador teña que adoptar diversas posturas (estar de pé tralo mostrador, permanecer sentado na caixa rexistradora, etc.) e executar diferentes movementos (estirarte para alcanzar mercadoría, dobrar prendas, etc.) que, a larga, poden poñer en risco a súa saúde.

As posturas e os movementos relacionados co traballo son un dos factores que están máis asociados aos trastornos musculoesqueléticos, cuxa aparición depende de varios aspectos: do forzada que sexa a postura, do tempo durante o que haxa que mantela de modo continuado, da frecuencia con que haxa que repetir un movemento, etc.

### 7./ Manipulación manual de cargas

Entre as tarefas do pequeno comercio é habitual que o traballador teña que manipular diversas cargas (por exemplo, caixas con mercadoría). Cada vez que se levanta ou traslada unha carga, sobre todo se ten unha masa elevada, pódese poñer en risco a saúde dos traballadores, especialmente se o fan de forma inadecuada.

**Consecuencias:** Lesións dorsolumbares; Sobreesforzos; Fatiga....

#### Factores de risco:

- Manipulación de cargas demasiado pesadas.
- Movementos e posturas incorrectas ao levantar cargas.
- Posturas incorrectas ao trasladar unha carga dun lugar a outro.

#### Medidas preventivas:

- Evitar mover obxectos que superen os 25 quilos. As mulleres e traballadores máis novos non deberían mover máis de 15 quilos.
- No momento de manipular cargas máis pesadas, pedir axuda.
- Empregar, sempre que sexa posible, carros ou outros medios mecánicos para manipular as cargas máis pesadas.
- Ao recoller unha carga que está no chan, separar lixeiramente os pes, flexionar os xeonllos, inclinar o lombo lixeiramente cara diante, mantendo a columna recta, e recoller a carga o máis cerca posible do corpo, estirando as pernas e mantendo a columna recta.
- Trasladar a carga pegada ao corpo, para que o seu centro de gravidade quede o máis próximo posible ao teu e, así, lograr un maior equilibrio.
- Agarrar fortemente as cargas, utilizando as palmas das mans e os dedos, e manter os brazos pegados ao corpo, para que sexa este o que soporte o peso.



## 8./ Posturas forzadas ou estáticas e movementos repetitivos

As posturas que o traballador adopta ao longo da súa xornada laboral poden supoñer tamén un risco para a súa saúde, especialmente se se inclúen nalgún dos seguintes grupos:

- **Posturas forzadas:** refírense ás posicións de traballo que fan que unha ou varias rexións anatómicas deixen de estar nunha posición natural de confort para pasar a unha posición forzada que xera hiperextensións, hiperflexións ou hiperrotacións osteoarticulares. Por exemplo, cando te estiras para intentar coller un obxecto que queda fora do teu alcance.
- **Posturas estáticas:** refírense ás tarefas que se realizan en bipedestación mantida ou sedestación prolongada, é dicir, aqueles traballos que obrigan a permanecer de pé ou sentado durante boa parte da xornada laboral, algo que é moi habitual no pequeno comercio.

Os **movementos repetitivos** fan referencia a un grupo de movementos continuos, que se manteñen durante un traballo e que implican sempre ao mesmo conxunto osteomuscular. Se o ciclo de traballo é moi curto, non permite que a musculatura se recupere, o que provoca danos no organismo. Exemplos de estes movementos repetitivos son: dobrar xerseis, abrir a caixa rexistradora, cortar papel de regalo, etc.

### Consecuencias:

Posturas forzas e estáticas: Lesións por sobrecarga; Problemas circulatorios, como varices; Problemas óseos, como hernias de disco; Problemas musculares, como contracturas ou lumbalxias; Fatiga...

Movementos repetitivos: Fatiga muscular; Problemas dorsolumbares; Sobrecarga; Síndrome do túnel carpiano...

### Factores de risco:

- Mantemento da mesma postura (permanecer de pé, sentado, etc.) durante demasiado tempo.
- Torsións e xiros bruscos co tronco.
- Esforzos prolongados e repetitivos.
- Execución de tarefas repetitivas, cuxo ciclo sexa inferior aos 30 segundos.
- Colocar obxectos de uso habitual fóra do teu alcance, por exemplo, en estantes demasiado altos ou demasiado baixos.
- Altura inadecuada do mostrador.
- Ausencia de exercicio físico.
- Falta de descanso.

### Medidas preventivas:

- Ao alcanzar ou depositar obxectos en estantes que queden á unha altura superior á da cabeza, utilizar escaleiras.
- No caso de estar sentado, erguerse para alcanzar obxectos que estean distantes en vez de forzar a postura.

- Evitar torsións e xiros bruscos do tronco.
- Facer descansos posturais de forma periódica, establecendo pausas e alternando posturas.
- Relaxar a musculatura adoptando outras posturas antagónicas. Por exemplo, agacharse de cando en vez, dobrando o tronco cara atrás, cambiando o peso dun pé a outro, etc.
- Intercalar tarefas que precisen de movementos diferentes e que impliquen a grupos musculares distintos.
- Alternar o brazo que se está a utilizar para traballar, a fin de evitar sobrecargas.
- Non sentarse sobre una perna ou con elas cruzadas.
- O mostrador debe estar á altura dos codos, aproximadamente.
- Fomentar o exercicio físico, para fortalecer a musculatura.
- Non vestir prendas demasiado apertadas.



## RISCOS PSICOSOCIAIS

En ocasións, algunha das funcións propias dos posto de traballo do pequeno comercio, como a relación e trato directo co público, poden supoñer que o traballador estea exposto a riscos de tipo psicosocial, como tensión, estrés, fatiga, ansiedade, etc.

Ademais, sexa cal sexa o tipo de establecemento, o feito de que se trate dun lugar no que se manexan cartos implica que pode existir o risco de que os traballadores sexan vítimas dalgún acto de violencia ou atraco.

### 9./Estrés

Tarefas que se van acumulando ao longo do día, clientes que entran sen parar no establecemento mentres recibes varias chamadas de teléfono, colas interminables, queixas da clientela, etc. Isto implica que o traballo no pequeno comercio, como en calquera outro ámbito laboral, poida provocar situacións de estrés.

O estrés pode definirse como un sentimento de tensión física ou emocional, que provén de calquera situación ou pensamento que faga sentir a unha persoa frustrada, furiosa ou nerviosa. Pode chegar a ser crónico.

**Consecuencias:** Fatiga; Ansiedade; Dor de cabeza; Problemas dorsolumbares; Pel seca; Tics nerviosos; Perda de cabelo; Depresión; Úlceras; Insomnio; Arritmias...

#### Factores de risco:

- Falta de claridade ou incerteza respecto ás peticións que che fan tanto os teus superiores como os clientes, aos obxectivos e prioridades que se deben perseguir, ao grado de autonomía que se pode asumir para tomar decisións, etc.
- Tensión xerada por desbordamentos de diverso tipo, como présas, prazos estritos, implicación emocional, traballo illado, etc.
- Sobrecargas ou saturacións mentais producidas polo mantemento simultáneo da atención e a comunicación.

### Medidas preventivas:

- Respirar profundo.
- Aprender a recoñecer as propias reaccións ante o estrés.
- Precisar as causas inmediatas do estrés: ¿procede do traballo, da familia, dos cartos, etc.?
- Non deixarse «acelerar» por pequenas preocupacións.
- Ser realista e non perder a cabeza polo que non ten remedio.
- Buscar compensacións. Por exemplo, se se está pasando mal no traballo, buscar apoio na familia.
- Organizarse, dentro do grado de autonomía que se teña, para facer pausas e cambios posturais que reduzan a fatiga física e mental e a tensión ou saturación psicolóxica.
- Facer exercicio físico para descargar a enerxía acumulada debido ao estrés.
- Manter ao día e accesibles as axudas e procedementos de traballo (documentación, claves, códigos, etc.).

## 10./ Violencia/atracos

Un aspecto que cómpre ter moi presente no pequeno comercio é o risco de sufrir atracos ou violencia debido ao manexo de diñeiro en efectivo.

### Factores de risco:

Ningún comercio está libre de ser obxectivo dun atraco, pero hai unha serie de factores que poden aumentar este perigo:

- Caixas rexistradoras ou artigos de valor colocados ao alcance da clientela.
- Presenza de cantidades elevadas de cartos na caixa rexistradora.
- Manexo de grandes cantidades de cartos de forma habitual ante a clientela.
- Mostradores demasiado estreitos ou moi baixos.
- Ausencia de sistemas de comunicación e alarma e de cristais antirrobo.
- Iluminación escasa.

### Medidas preventivas:

- Instalar as caixas rexistradoras e os artigos de valor fóra do alcance da clientela.
- Acumular nas caixas rexistradoras só a cantidade mínima necesaria de cartos.
- Intentar non facer operacións cun elevado volume de cartos (arqueos, recontos de efectivo, etc.) en presenza de persoas alleas ao establecemento.
- Dispoñer de mostradores anchos e elevados.
- Utilizar sistemas de comunicación e alarma ou, incluso, instalar cámaras que vixíen as entradas, saídas, puntos de entrega e zonas de maior risco.
- Non permitir o acceso ao comercio fóra dos horarios establecidos de atención ao público, especialmente se se está só.
- Instalar cristais antirrobo e unha boa iluminación no local.

**Actuación fronte a atracos:**

- Actuar con naturalidade, procurando conservar a calma.
- Controlar de forma consciente os indicios de medo que poidas transmitir coa respiración, a mirada, a expresión facial, etc.
- Evitar a adopción dunha linguaxe corporal desafiante ou que se poida interpretar como hostil ou ameazante.
- Non falar cos atracadores a non ser que se dirixan directamente a ti. Se non che queda máis remedio, facelo amodo e responder só as súas preguntas.
- Obedecer as súas ordes coa maior calma posible e con movementos tranquilos e suaves.
- Non abrir caixóns, armarios, etc., se non o piden.
- Se para obedecer algunha orde hai que facer algún movemento brusco ou sospeitoso (como abrir un caixón para coller unhas chaves), é aconsellable explicarlles previamente o que se vai facer.
- Se soa o teléfono, preguntar aos atracadores se se pode coller antes de facelo e indicarlles que daría sensación de normalidade.
- Activar a alarma sempre e cando esta acción nun supoña un risco.
- Non intentar ser un heroe facéndolle fronte aos atracadores. O importante é que o atraco termine o antes posible e sen feridos.
- Observar os trazos físicos dos atracadores, para poder describilos e identificalos no caso de ser necesario.
- Memorizar as zonas do establecemento onde estiveron e se manipularon ou tocaron algún obxecto sen luvas.

### 5.3. PRINCIPAIS RISCOS DO PEQUENO COMERCIO EN GALICIA

Coa realización de entrevistas en profundidade a responsables de Prevención de riscos laborais dunha diversidade de pequenos comercio galegos, conseguimos obter unha radiografía dos riscos, factores que os provocan, e medidas preventivas que se están a aplicar no sector. E sobre todo comprobar se a realidade galega e dos pequenos establecementos discrimina moito coas xeneralidades de comercio ao retalho.

#### Riscos aos que están sometidos os traballadores do sector:

As caídas, as posturas forzadas ou estáticas, e os acontecementos de violencia ou atraco son considerados, entre os nosos entrevistados, coma os riscos máis habituais no pequeno comercio galego:

Riscos laborais	Entrevistas							
	1	2	3	4	5	6	7	8
Caídas de persoas	■	■			■	■	■	■
Caídas de obxectos	■							■
Golpes e cortes	■	■						■
Incendios								
Contactos eléctricos								
Exposición a temperaturas extremas.	■							
Exposición a axentes biolóxicos.								
Manipulación de produtos químicos								
Manipulación manual de cargas	■							■
Posturas forzadas o estáticas	■	■	■	■	■		■	■
Movements repetitivos	■				■			
Estrés		■						
Violencia/atracos	■		■	■		■	■	■

Tendo en conta os postos de traballo máis habituais do pequeno comercio ou a función que estea a realizar o traballador, os entrevistados indican que poden existir diferenzas. De xeito que para o traballador de almacén ou para as tarefas que se realizan no almacén, os riscos máis habituais son: Caídas de persoas ao mesmo e distinto nivel; Golpes, cortes e contactos con elementos móbiles de equipos de traballo; Caídas de obxectos por manipulación; e Manipulación Manual de cargas.

No caso do traballo de dependente, destácanse: Manipulación manual de cargas; Posturas forzadas ou estáticas; Caídas de persoas ao mesmo ou distinto nivel; Movements repetitivos; e Atracos.

### Causas e factores de risco:

Os principais factores de riscos que os entrevistados detectan nos seus establecementos son:

- Manipulación de cargas: A manipulación de cargas, que poden ser pesadas ou moi pesadas en ocasións, xa sexa de forma manual ou coa axuda de carros, que levan a posturas forzadas. Entrevistado 1: *“ese traballo de desestibar a mercancía, provoca que carguen caixas, dende caixas de 1 Kg hasta caixas de 20 Kg. Derivado dese esforzo, as veces si que se producen problemas lumbares”*.
- Movements repetitivos nas caixas rexistradoras.
- Posturas estáticas sobre todo derivadas de longas xornadas estando de pé, ou de estar sentado moitas horas diante do ordenador. Moitos dos entrevistados comentan que sofren de varices.
- Baixas temperaturas no almacén (entre 8 e 10 grados todo o ano) e tamén nas cámaras frigoríficas (con temperaturas entre 0 e 4 grados).
- Traballos en altura.
- Chan esvaradío.
- Uso de aparatos ou ferramentas cortantes.
- A responsabilidade de levar o teu propio negocio e ser autónomo, que pode levar a sufrir capítulos de estrés, *“eu lévome os deberes para a casa”* (Entrevistada 2).
- Roubos.
- Existencia de escaleiras ou desniveis dentro dos establecementos.
- Falta de concentración dos traballadores por exceso de confianza.

### Consecuencias dos factores de risco:

Respecto as consecuencias máis habituais nas que derivan os factores de riscos existentes no pequeno comercio galego, segundo os nosos informantes, son as escordaduras, lesións lumbares, varices e feridas superficiais por caídas, golpes ou cortes. Estas lesións coinciden coa información das estatísticas de Accidentes de traballo con baixa en xornada do Ministerio de Traballo.

En xeral os entrevistados afirman que no seu establecemento nunca sufriron accidentes laborais graves. Pero algúns deles relatáronnos accidentes de certa importancia acontecidos nas súas empresas:

#### Accidente 1 :

- Descrición do accidente: Caída dun traballador de almacén por unhas escaleiras. O traballador dislocou un ombreiro e numerosas contusións, polo que estivo dous meses de baixa.
- Posto de traballo ao que afectou o accidente: Traballador de almacén
- Traballo que estaba a realizar: Traballos de almacén

- Levaba EPI: si, calzado de seguridade
- Causas do accidente: Chan esbaradío.
- Outras circunstancias relevantes: Humidade, nocturnidade.
- Puido haberse evitado: Si. Aínda que xa existía unha superficie antiescorregadiza no primeiro chanzo, púxose un reforzo doutro material máis resistente.

#### Accidente 2 :

- Descrición do accidente: Corte con máquina de cortar papel, meteu a man onde non debía
- Posto de traballo ao que afectou o accidente: Traballadora de tenda
- Traballo que estaba a realizar: Cortar papel
- Levaba EPI: Non
- Causas do accidente: Despiste, non seguir as instrucións de manipulación da máquina
- Puido haberse evitado: Si

#### Accidente 3 :

- Descrición do accidente: Caída dunha bobina de papel de 10 Kg nun pé, porque se lle esvarou das mans
- Posto de traballo ao que afectou o accidente: Traballador de Almacén
- Traballo que estaba a realizar: Manipulación de obxectos no almacén
- Levaba EPI: Non
- Causas do accidente: Non asegurar o agarre do obxecto
- Puido haberse evitado: Si

### **Medidas Preventivas:**

Os nosos entrevistados en menor ou maior grado aplican medidas preventivas nos seu establecemos. A continuación presentamos unha listaxe das súas prácticas para evitar riscos:

#### Manipulación de cargas

- Por a disposición dos traballadores instrumentos que axuden á facer máis doada a manipulación de cargas (carros especiais que soportan ata 150 Kg, caixas con rodas, etc.).
- No caso de necesitar mover pesos, encomendar a tarefa a persoal preparado coma transportistas.
- Formación sobre como manipular as mercadorías;

#### Posturas forzadas o estáticas

- Impartir talleres informativos de coidados do lombo, non so para o ámbito do traballo senón na vida cotiá (hixiene postural, exercicios saudables, quentamento, etc.).
- Cadeiras ergonómicas.
- Colocación da mercadoría a altura dos ollos de xeito que non se teñan que estirar para collela e que non precisen o uso de escaleiras: *“ No hai nada que esté por encima de lo que tu le llegues sin tener que ponerte de puntillas”* (Entrevistada 3) .

#### Caídas de persoas:

- En traballos en altura, cóidase de que non se fagan con presenza doutros traballadores transitando debaixo.
- Superficie anti-escorregadiza e alfombra na entrada do comercio.
- Chanzos con cintas non escorregadizas.
- Escaleira móbil de rodas que se fixa cando te subes nela.
- Líquidos anti-escorregadizos no chan, que non sexan abrasivos. “Eso si que temos coidado con iso porque si non, no hall sobre todo, que poidera haber bastantes accidentes... soemos ter líquidos especiais para limpeza.. para que non se deslice unha persoa”(Entrevistada 7)

#### Violencia/atraco:

- Cristal de seguridade. Entrevistada 3: *“Por eso tenemos el cristal de seguridad, si te fijas es más que doble, es cuadruple, es de seguridad, tu le das un golpe y es antirobo”.*
- *“Siempre estamos varias personas en tienda, no tienes ese miedo [...] no es lo mismo que en una tienda donde está una sola que te pueden estar controlando...”(Entrevistada 5).*
- Cámaras de vídeo vixilancia e sistema de alarma para evitar atracos e roubos. Entrevistado 8: *“nuestra tienda tiene un sistema de vigilancia continua 24 horas.....las cámaras de vigilancia, ya te digo, que están continuamente funcionando y grabando..”*

#### Golpes e cortes

- Pilotos luminosos para casos de apagamentos.
- Pomos grandes e carteis con horarios visibles nas dúas caras de portas de cristal.

#### Incendios:

- Extintores.

#### EPIS:

- Calzado de seguridade.
- Faixas lumbares, etc.
- Abrigos para as baixas temperaturas no almacén e nas cámaras frigoríficas.
- Uso de gorro, bata e luvas para tocar os alimentos.



## **6. XESTIÓN DA PREVENCIÓN**

Atopámonos cun sector de actividade onde a maioría das empresas son micro PEMES, é dicir, dispoñen de poucos traballadores, e en moitas delas o único traballador é o propio empresario, que traballa como autónomo. Esta característica do pequeno comercio non exime a dito sector das súas obrigacións en materia de prevención de riscos laborais.

Os traballadores por conta propia ou autónomos teñen que cumprir coa normativa de Prevención de Riscos Laborais, tal e como se recolle no Estatuto do Traballador Autónomo: os traballadores autónomos deben cumprir coas obrigacións en materia de seguridade e saúde laboral que a lei ou os contratos que teñan presentes lles impoñan, así como seguir as normas de carácter colectivo derivadas do lugar de prestación de servicios. Porén, cando o autónomo posúe traballadores asalariados ao seu cargo, ten as mesmas obrigas que calquera outro empresario, independentemente da súa forma xurídica.

A continuación veremos como pode (e debe) xestionarse a Prevención nas empresas, a través dun conxunto de actividades e medidas adoptadas en todas as fases da actividade da empresa, co fin de garantir a seguridade e saúde dos seus traballadores, ou o que é o mesmo, a eliminación dos riscos, antes de que estes poidan chegar a materializarse. A Prevención debe nacer no mesmo momento do deseño do proxecto empresarial, e prolongarse durante toda a vida e actividade da empresa.

### **6.1.ORGANIZACIÓN PREVENTIVA**

En cumprimento do deber da prevención de riscos, todas as empresas están obrigadas a levar a cabo a actividade preventiva conforme a algunha das modalidades seguintes:

**a) Asunción por parte do empresario.** O empresario poderá desenvolver persoalmente a actividade de prevención, con excepción das actividades relativas á vixilancia da saúde dos traballadores, cando:

- Sexa unha empresa de menos de seis traballadores (moi común no sector do pequeno comercio)
- As actividades desenvolvidas na empresa non estean incluídas no anexo I do Regulamento dos Servicios de Prevención.
- Desenvolva de forma habitual a súa actividade profesional no centro de traballo.
- Teña a capacidade correspondente para desempeñar as funcións preventivas que vai a desenvolver.

Todas as actividades preventivas non asumidas persoalmente polo empresario, deberá asumilas mediante o recurso dalgunha das restantes modalidades de organización preventiva.

**b) Designación de traballadores.** O empresario designará a un ou a varios traballadores para ocuparse da actividade preventiva na empresa. Os traballadores designados teñen que ter a capacidade correspondente ás funcións a realizar.

Aquelas actividades preventivas nas que para a súa realización non resulte suficiente a designación de un ou varios traballadores, deberán ser desenvolvidas a través de un ou máis servizos de prevención propios ou alleos.

Non será obrigatoria a designación de traballadores cando o empresario:

- Asuma persoalmente a actividade preventiva.
- Recorra a un servizo de prevención propio.
- Recorra a un servizo de prevención alleo.

**c) Servizo de prevención propio.** O empresario deberá constituír un servizo de prevención propio cando:

- Sexan empresas que contén con máis de 500 traballadores (non é o caso do sector do pequeno comercio)
- Que, tratándose de empresas de entre 250 e 500 traballadores, desenvolvan algunha das actividades incluídas no Anexo I do RD. 39/1997.
- Que, tratándose de empresas non incluídas nos apartados anteriores, así o decida a autoridade laboral en función do nivel de perigo da actividade desenvolvida ou da frecuencia ou gravidade da sinistralidade na empresa, salvo que opte polo concerto cunha entidade especializada allea á empresa.

**d) Servizos de prevención alleos.** O empresario deberá recorrer a un ou varios servizos de prevención alleos, que colaborarán entre si cando sexa necesario, cando:

- A designación de un ou varios traballadores sexa insuficiente para a realización da actividade de prevención e non concorran as circunstancias que determinan a obriga de constituír un servizo de prevención propio.
- Nos casos nos que o empresario deba constituír un servizo de prevención propio e opte polo concerto cunha entidade especializada allea á empresa.
- Que se produza unha asunción parcial da actividade preventiva.

**e) Servizos de prevención mancomunados.** Poderán constituírse servizos de prevención mancomunados entre aquelas empresas que desenvolvan simultaneamente actividades nun mesmo centro de traballo, edificio ou centro comercial.

Así mesmo, poderá igualmente constituírse un servizo de prevención mancomunado entre aquelas empresas pertencentes a un mesmo sector produtivo ou grupo empresarial, ou que desenvolvan a súa actividade nun polígono industrial ou área xeográfica limitada.

## 6.2 A AVALIACIÓN DE RISCOS, PLANIFICACIÓN E PLAN DE PREVENCIÓN

### AVALIACIÓN DE RISCOS

A avaliación de riscos é un documento que ten como obxectivo identificar e avaliar os riscos existentes no centro de traballo e en cada posto para adoptar medidas que eviten ou reduzan os mesmos.

Debe avaliarse o conxunto das condicións de traballo existentes ou previstas en todos e cada un dos postos de traballo, entre outros:

- As características dos locais de traballo.
- As instalacións.
- Os equipos de traballo existentes.
- Os axentes químicos, físicos e biolóxicos presentes ou empregados no traballo.
- A propia organización e ordenación do traballo na medida na que inflúan na magnitude dos riscos.
- A posibilidade de que o traballador que ocupe o posto de traballo sexa especialmente sensible, polas súas características persoais ou estado biolóxico coñecido, a algunha de ditas condicións.

A avaliación realizarase, con carácter xeral ó comezo da actividade de empresa, tendo en conta a natureza desta. A partir da avaliación de riscos inicial, realizaranse unha serie de avaliacións posteriores ca periodicidade que determine a empresa, e sempre deberán volver a avaliarse aqueles postos que puideran verse afectados por:

- A introdución de novos equipos de traballo, tecnoloxías ou sustancias químicas.
- A modificación no acondicionamento dos lugares de traballo.
- O cambio nas condicións de traballo.
- A incorporación de traballadores nos que as súas características persoais coñecidas fágano especialmente sensible ás condicións do posto.
- Cando se produzan danos á saúde dos traballadores.

A avaliación de riscos ten que quedar documentada, e sempre debe reflexar para cada posto de traballo os seguintes datos:

- Identificación do posto de traballo.
- Os riscos existentes.
- A relación nominal de traballadores afectados.
- O resultado da avaliación e as medidas preventivas pertinentes.
- Os criterios da avaliación, así como os métodos de análise e medición empregados.

Se como resultado da avaliación de riscos dedúcese que o risco non é tolerable, é preciso tomar as medidas necesarias para eliminalo ou reduci-lo, mediante medidas preventivas de deseño, organizativas, de protección colectiva, de protección individual, ou de formación e información dos traballadores. Ao conxunto destas medidas se lle chama **Plan de prevención** (onde van a quedar reflexadas todas as medidas a adoptar, establecendo prioridades, segundo a importancia

do risco, e planificando a data de realización desas accións, así como a persoa responsable das mesmas.)

### **PLANIFICACIÓN DA ACTIVIDADE PREVENTIVA**

Cando na avaliación de riscos detéctanse situacións de risco, débense planificar as actividades que se van a realizar para eliminar, reducir ou controlar tales riscos detectados. Polo tanto ao procedemento a través do cal elimínanse, redúcense ou contrólanse os riscos detectados na avaliación de riscos, chamámoslle Planificación da actividade preventiva

Do mesmo modo que sempre é obrigatorio facer a avaliación de riscos, tamén débese realizar a planificación para eliminar, reducir ou controlar os riscos detectados aínda que sexan riscos de pouca importancia.

A planificación da actividade preventiva terá que incluír, en todo caso:

- Os medios humanos e materiais necesarios.
- A asignación dos recursos económicos precisos para a consecución dos obxectivos propostos.
- As medidas de emerxencia.
- A vixilancia da saúde.
- A información e a formación dos traballadores en materia preventiva.
- A coordinación de todos estes aspectos.

A actividade preventiva deberá planificarse para un período determinado, así como o seu seguimento e control periódico. O empresario deberá asegurarse da efectiva execución das medidas preventivas incluídas na planificación efectuando un seguimento, e deberá dispoñer dun rexistro de todas as actuacións de planificación da actividade preventiva.

### **PLAN DE PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS**

O Plan de Prevención de Riscos Laborais é un documento que mostra como se debe implantar a actividade preventiva na empresa, e deberá incluír a estrutura organizativa, as responsabilidades, as funcións, as prácticas, os procedementos, os procesos e os recursos necesarios para realizar a acción de prevención de riscos na empresa.

O Plan de Prevención terá que reflexarse nun documento, que se conservará e estará a disposición da autoridade laboral, das autoridades sanitarias e dos representantes dos traballadores, e incluírá, segundo a dimensión e características da empresa, os seguintes elementos:

- A identificación da empresa, da súa actividade produtiva, o número e características dos centros de traballo e o número de traballadores e as súas características con relevancia na Prevención de Riscos Laborais.
- A estrutura organizativa da empresa, identificando as funcións e responsabilidades que asume cada un dos seus niveis xerárquicos e as respectivas vías de comunicación entre eles, en relación coa Prevención de Riscos Laborais.

- A organización da produción en canto á identificación dos distintos procesos técnicos, as prácticas e os procedementos organizativos existentes na empresa, en relación coa Prevención de Riscos Laborais.
- A organización da prevención na empresa, indicando a modalidade preventiva elixida e os órganos de representación existentes.
- A política, os obxectivos e metas que en materia preventiva pretende alcanzar a empresa, así como os recursos humanos, técnicos, materiais e económicos dos que vai dispoñer ó efecto.

Os instrumentos esenciais para a xestión e aplicación do plan de prevención de riscos, que poderán ser levados a cabo por fases de forma programada, son a avaliación de riscos laborais e a planificación da actividade preventiva, descritos anteriormente.

**¿Quen debe facer o Plan de prevención?** Todo empresario que teña polo menos un traballador por conta allea.

**¿Quen pode facer o Plan de prevención?**

- O empresario no caso de que teña menos de 6 traballadores (moi frecuente no pequeno comercio)
- Servizos de prevención (propios ou alleos)

No caso de empresas de menos de 10 traballadores e dedicadas a unha actividade pouco perigosa, e no suposto de que o empresario asumise a xestión preventiva, este podería realizar o Plan de Prevención, e no seu caso, establecer medidas preventivas, tendo que posuír unha formación mínima cunha duración non inferior ás 30 horas. Tamén é imprescindible que o empresario desenvolva de forma habitual súa actividade no centro de traballo.

O empresario pode asumir as especialidades de Seguridade no Traballo, Hixiene Industrial, Ergonomía e Psicosocioloxía pero a Vixilancia da Saúde dos traballadores deberá concertala cunha entidade especializada ou cun Servizo de Prevención Alleo.

### 6.3. ANÁLISE DA PREVENCIÓN NO PEQUENO COMERCIO GALEGO

A través da análise do Check-list en Xestión de Prevención de riscos laborais, realízase unha aproximación ás actuacións principais que levan a cabo as empresas do pequeno comercio galego na prevención de riscos. Concretamente, no Check-list trátanse os temas referidos á Organización da prevención, á realización da Avaliación de riscos laborais, á Actividade preventiva e á Información /Formación que se realiza en torno á Prevención de riscos.

Esta lista de chequeo busca verificar aqueles puntos que están xa superados, e comprobar as deficiencias. Os resultados dos 7 Check-list realizados son os seguintes:

	Si	No	Ns/Nc
<b>Organización preventiva</b>			
1. A empresa conta cunha organización preventiva ou política de prevención	7		
2. Existe un responsable de prevención de riscos designado pola empresa	6	1	
3. Están formalmente establecidos os órganos de prevención na empresa por parte dos traballadores que establece a lei: Comités de Prevención/ Delegados de Prevención	5	1	1
4. A xestión da organización preventiva é realizada por...			
Empresario (empresas de menos de 10 traballadores)	6		
Traballadores designados			
Servizo de Prevención alleo	1		
Servizo de Prevención propio			
<b>Avaliación de Riscos Laborais</b>			
5. Realizou a empresa a avaliación de riscos nos diferentes postos de traballo	6	1	
6. A empresa revisa a avaliación de riscos laborais debido a cambios de calquera tipo no postos de traballo ou por producirse danos para a saúde dos traballadores	6	1	
7. Se establecen as medidas de prevención oportunas para cada risco	7		
8. Existe un rexistro documental da avaliación realizada e se documentan as actividades preventivas	7		
<b>Actividade preventiva</b>			
9. A empresa elaborou a planificación da actividade preventiva	7		
10. A empresa ten implantado un Plan de prevención de riscos laborais	7		
11. A empresa ten elaborado un Plan de emerxencia	7		
12. A empresa realiza a Vixilancia periódica da saúde dos traballadores	7		
13. A empresa realiza a investigación dos accidentes de traballo e enfermidades profesionais	7		
14. A empresa ten un procedemento de vixilancia do cumprimento da lexislación en materia de seguridade e saúde dos traballadores no caso de subcontratas	5	2	
15. A empresa dispón de un procedemento no caso de Acoso laboral	1	6	

**Información/formación**

16. Os traballadores reciben información sobre os riscos existente no seu posto de traballo e as medidas preventivas para evitalos	7		
17. Os representantes dos traballadores ou os traballadores son consultados sobre acción relativas a súa seguridade e a prevención	4	1	2
18. Os traballadores reciben formación para realizar o seu traballo de forma correcta e evitar riscos	7		
19. Os traballadores son informados e formados no caso de modificacións e cambios no seu posto de traballo	7		

Compróbase que en xeral nos establecementos do pequeno comercio existe unha correcta aplicación das medidas propias da xestión da prevención de riscos.

En xeral, a xestión diaria da prevención de riscos laborais é realizada polo propio empresario, aínda que neste casos o máis habitual e que o Plan de Prevención inicial e a Avaliación de riscos fose realizado por un Servizo de prevención alleo.

Aqueles establecementos nos que traballa só o propio empresario ou empresaria, como e lóxico, non realizan ningunha actividade preventiva nas que implique aos traballadores ou representantes dos traballadores.

O procedemento de Acoso laboral non é unha actuación que os pequenos comercios galegos teñan moi interiorizada.

Polo tanto, tendo en conta os resultados, podemos afirmar que existe unha xestión da prevención a nivel formal, no sentido en que, mediante a contratación dun servizo de prevención alleo ou coa asunción da xestión por parte do empresario, se cumpre co mínimo que establece a lei.

Outra cuestión é descubrir se ademais de contar coa documentación esixida e de asumir a prevención coma un requisito legal, estes empresarios realizan actuacións reais respecto aos riscos laborais, e entenden a prevención como unha oportunidade e non coma unha imposición.

## **7. NORMATIVA**

### **7.1 NORMATIVA DE INTERESE NO PEQUENO COMERCIO**

#### **NORMATIVA XERAL EN PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS:**

- Lei 31/1995, do 8 de novembro, de Prevención de Riscos Laborais.
- Lei 54/2003, do 12 de decembro, de reforma do marco normativo da Prevención de Riscos laborais
- Real decreto 39/1997, do 17 de xaneiro, polo que se aproba o Regulamento dos servizos de prevención.
- Real Decreto 171/2004, do 30 de xaneiro, polo que se desenvolve o articulo 24 da Lei 31/1995, do 8 de novembro, de Prevención de riscos laborais, en materia de coordinación de actividades empresariais
- Directiva Marco Europea 89/391/CEE sobre “Medidas para promover a mellora da Seguridade e a Saúde dos traballadores no traballo”.

#### **NORMATIVA ESPECÍFICA EN PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS:**

- Real decreto 485/1997, do 14 de abril, sobre disposicións mínimas en materia de sinalización de seguridade e saúde no traballo.
- Real decreto 486/1997, do 14 de abril, polo que se establecen as disposicións mínimas de seguridade e saúde nos lugares de traballo.
- Real decreto 487/1997, do 14 de abril, sobre as disposicións mínimas de seguridade e saúde relativas a manipulación manual de cargas que entrañen riscos en especial dorsolumbares.
- Real Decreto 664/1997, do 12 de maio, sobre a protección dos traballadores contra os riscos relacionados coa exposición a axentes biolóxicos durante o traballo.
- Real decreto 773/1997, do 30 de maio, sobre disposicións mínimas de seguridade e saúde relativas á utilización polos traballadores de equipos de protección individual.
- Real decreto 1215/1997, do 18 de xullo, sobre disposicións mínimas de seguridade e saúde para a utilización polos traballadores dos equipos de traballo.
- Real Decreto 1942/1997, do 5 de novembro, polo que se aproba o regulamento de instalacións de protección contra incendios.



-Orde do 25 de marzo de 1998, pola que se adapta en función do progreso técnico o Real Decreto 664/1997, do 12 de maio, sobre a protección dos traballadores contra os riscos relacionados coa exposición a axentes biolóxicos durante o traballo.

-Real decreto 202/2000, do 11 de febreiro, polo que se establecen as normas relativas aos manipuladores de alimentos.

-Real decreto 374/2001, do 6 de abril sobre a protección da saúde e seguridade dos traballadores contra os riscos relacionados cos axentes químicos durante o traballo.

-Real Decreto 614/2001, do 8 de xuño, sobre disposicións mínimas para a protección da saúde e seguridade da traballadores fronte ao risco eléctrico.

-Real decreto 286/2006, do 10 de marzo, sobre a protección da saúde e a seguridade dos traballadores contra os riscos relacionados coa exposición ao ruído.

-Directiva 89/656/CEE do Consello relativa á utilización de equipos de protección individual.

#### **OUTRA NORMATIVA QUE AFECTA A PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS:**

-Real decreto 1334/1999, do 31 de xullo, polo que se aproba a Norma xeral de etiquetaxe, presentación e publicidade dos produtos alimenticios.

-Real Decreto 842/2002, do 2 de agosto, polo que se aproba o Regulamento electrotécnico para baixa tensión así como a ITC- BT- ou1: Terminoloxía.

-Real Decreto 1376/2003, do 7 de novembro, polo que se establecen as condicións sanitarias de produción, almacenamento e comercialización das carnes frescas e os seus derivados nos establecementos de comercio polo miúdo.

-Real Decreto 2291/1985, do 8 de novembro, que aproba o Regulamento de aparellos de Elevación e Manutención.

-Real Decreto 1314/1997, do 1 de agosto polo que se modifica o Regulamento de Aparellos de Elevación e Manutención aprobado por Real Decreto 2291/1985, de 8 novembro.

-Resolución do 10 de setembro de 1998, que desenvolve o Regulamento de Aparellos de Elevación e Manutención aprobado por Real Decreto 2291/1985, de 8 novembro.

-Orde de 26 maio 1989, pola que se aproba a Instrución Técnica Complementaria MIE-AEM 3 do Regulamento de Aparellos de Elevación e Manutención, referente a carretillas automotoras de manutención.

-Real decreto 159/1995, do 3 de febreiro, polo que se modifica ou Real decreto 1407/1992, do 20 de novembro, polo que se regulan as condicións para a comercialización e libre circulación intracomunitaria dous equipos de protección individual

#### **NORMATIVA DE TRABALLO E SEGURIDADE SOCIAL:**

-Real Decreto Legislativo 2/2015, do 23 de outubro, polo que se aproba o texto refundido da Lei do Estatuto dos Traballadores.

-Lei 20/2007, do Estatuto do Traballo Autónomo.

-Real decreto legislativo 1/1994, do 20 de xuño, polo que se aproba o texto refundido da Lei xeral da seguridade social

-Real decreto 1299/2006, do 10 de novembro, polo que se aproba o cadro de enfermidades profesionais no sistema da seguridade social e establece criterios para a súa notificación e rexistro.

-Lei Orgánica 3/2007, de 22 marzo, para a igualdade efectiva de mulleres e homes.

-Real Decreto 1377/2008, do 1 de agosto, polo que se establecen dous certificados de profesionalidade da familia profesional Comercio e Márketing que se inclúen no Repertorio Nacional de certificados de profesionalidade.

## 7.2 DEREITOS E DEBERES

### FORMACIÓN E INFORMACIÓN DOS TRABALLADORES

O artigo 19 da lei de Prevención de Riscos Laborais establece a obrigaçión do empresario de garantir a formación dos seus traballadores e traballadoras no cumprimento do deber de protección. Esta formación non é soamente un dereito para os traballadores, se non tamén un deber para estes (non se poden negar a recibir esta formación).

Non hai un criterio legal claro sobre a duración necesaria da formación do artigo 19 da Lei de PRL, polo que sempre existe a posibilidade de que algún Inspector de Traballo poida considerala insuficiente, en función do número de horas e riscos abordables. Nalgúns Convenios Colectivos e Acordos, esta formación de capacitación ven regulada en: *nivel básico* (30 horas polo xeneral, 50 horas para empresas do Anexo I do RD. 39/1997 e 60 horas para o ámbito da construción), *nivel intermedio* (ciclo de Formación Profesional de 2.000 horas) e *nivel superior* (grado o pos grado universitario). No caso concreto do sector do pequeno comercio a duración non está regulada no Convenio Colectivo.

O que sempre debe existir é unha formación preventiva básica de carácter xeral para todos os empregados da empresa, e ademais haberá tamén unha formación específica para cada posto de traballo ou tarefas de cada traballador.

A maiores da formación básica obrigatoria que acontece no momento da contratación do traballador, cando se produzan cambios nas funcións que desempeñe o traballador ou se introduzan novas tecnoloxías ou cambios nos equipos de traballo, o empresario deberá proporcionar unha formación preventiva de actualización aos seus traballadores.

A formación en prevención laboral deberá de impartirse, sempre que sexa posible, dentro da xornada de traballo ou, no seu defecto, noutras horas pero descontando da xornada laboral o tempo invertido na mesma. Poderá impartirse pola empresa mediante medios propios ou concertándoa con servizos alleos, e o seu coste ningún caso recaerá sobre os traballadores. Esta formación debe ser teórica e práctica, e pode impartirse en modalidade presencial, distancia, ou online.

No momento da súa contratación -cun prazo no superior a 15 días- o traballador recibirá unha copia do **Manual de Prevención de Riscos Laborais**. Tamén recibirá unha copia resumida do **Plan de emerxencia** e as **Normas xerais da empresa**, sendo informado ademais sobre os riscos xerais existentes e as medidas de prevención e protección aplicables a eses riscos, así como das medidas de emerxencia adoptadas. O traballador deberá deixar constancia de que efectivamente foi informado cumprimentando un documento elaborado para tal efecto.

### DEREITOS E DEBERES DO EMPRESARIO

Calquera empresario ou autónomo que contrate a traballadores por conta allea, terá con eles obrigaçións en materia de Prevención de Riscos Laborais.

*Todo empresario debe establecer no centro de traballo unha protección eficaz en materia de seguridade e saúde, coa implantación da Prevención de Riscos Laborais na empresa e realizando*

*unha acción permanente de seguimento da acción preventiva.* Para cumprir co deber de protección, aplicando os **principios da acción preventiva**, o empresario ou a persoa asignada por el deben:

- Evitar os riscos.
- Avaliar os riscos que non se poidan evitar.
- Combater os riscos na súa orixe.
- Adaptar o traballo á persoa.
- Ter en conta a evolución da técnica.
- Substituír o perigoso polo que entrañe pouco ou ningún risco.
- Planificar a prevención.
- Antepoñer a protección colectiva á individual.
- Dar as debidas instrucións aos traballadores

O empresario, ademais, ten os **DEBERES**:

- ↻ Proporcionar aos seus traballadores equipos de protección individual (EPI's) cando os riscos non se poidan evitar ou non poidan reducirse suficientemente.
- ↻ Poñer en marcha todas as medidas para que os traballadores reciban toda a información relativa á PRL.
- ↻ Consultar aos traballadores e permitir a súa participación en todas as cuestións que afecten á seguridade e á saúde no traballo.
- ↻ Analizar as posibles situacións de emerxencia e adoptar as medidas necesarias en materia de primeiros auxilios, loita contra incendios e evacuación dos traballadores.
- ↻ Garantir que cada traballador reciba unha formación teórica e práctica, suficiente e adecuada, en materia preventiva, tanto no momento da súa contratación como cada vez que se produzan cambios nas tarefas, se introduzan novas tecnoloxías, etc.
- ↻ Garantir aos traballadores un servizo de vixilancia periódica do seu estado de saúde en función dos riscos do traballo.
- ↻ Garantir a protección dos traballadores que polas súas características sexan especialmente sensibles aos riscos do traballo.
- ↻ Ter en conta na avaliación de riscos a exposición das traballadoras en situación de embarazo ou parto recente, a axentes, procedementos ou condicións de traballo que puideran influír negativamente na saúde das traballadoras ou do feto.
- ↻ Facer unha avaliación dos postos ocupados por menores de 18 anos, que poidan poñer en perigo a saúde destes traballadores.
- ↻ Garantir que os traballadores con contratos de traballo temporal teñan o mesmo nivel de protección en materia de seguridade e saúde que os restantes traballadores da empresa.

Por outro lado, en materia de PRL o empresario ten os seguintes **DEREITOS**:

- ↻ Exixir aos seus traballadores o cumprimento das medidas de prevención establecidas.
- ↻ Exixir aos seus traballadores a correcta utilización de medios e equipos de protección.
- ↻ Exixir aos seus traballadores a correcta utilización de máquinas, ferramentas e materiais.
- ↻ Exixir aos seus traballadores a correcta utilización dos dispositivos e elementos de seguridade.

- ↻ Exixir aos seus traballadores a transmisión de información inmediata sobre situacións de risco.
- ↻ Exixir aos seus traballadores a súa cooperación para garantir condicións laborais seguras.

## **DEREITOS E DEBERES DOS TRABALLADORES**

A información en materia preventiva ten que ser bidireccional, é dicir, os traballadores tamén teñen o deber de informar de inmediato ao seu superior xerárquico e aos traballadores designados para realizar actividades preventivas, ou no seu caso, ao servizo de prevención cando exista calquera situación, que ao seu xuízo, entrañe un risco para a seguridade e saúde dos traballadores.

Os traballadores deben velar pola súa propia seguridade e pola daqueles outros aos que lles poida afectar a súa propia actividade.

Ademais, os traballadores teñen os seguintes **DEBERES**:

- ↻ Utilizar adecuadamente os equipos de traballo (grampadora, tesoiras, etc.) e as sustancias perigosas (colas, pinturas, produtos de limpeza, etc...) utilizados na súa actividade.
- ↻ Utilizar correctamente os medios e equipos de protección facilitados pola empresa (por exemplo, o calzado de seguridade si, como parte da actividade, fose preciso transportar caixas pesadas).
- ↻ Utilizar correctamente os dispositivos de seguridade das instalacións ou os equipos de traballo utilizados, e non poñelos fora de servizo.
- ↻ Informar de inmediato ao superior xerárquico directo e/ou aos responsables de prevención sobre calquera situación que leve un risco para a seguridade e a saúde.
- ↻ Cooperar coa empresa para garantir unhas condicións de traballo seguras.

En cuanto aos **DEREITOS**, o Estatuto dos Traballadores determina que os traballadores teñen dereito a súa integridade física e a unha axeitada política de seguridade e hixiene. Engadindo que o traballador, na prestación dos seus servizos, terá dereito a unha protección eficaz en materia de seguridade e hixiene.

Ademais, a Lei 31/1995, de 8 de novembro, de Prevención de Riscos Laborais reitera no seu artigo 14 que os traballadores teñen dereito a unha protección eficaz en materia de seguridade e saúde no traballo, e tamén recolle os seguintes **dereitos**:

- ↻ Dereito a dispoñer de equipos de protección individual.
- ↻ Dereito de información, consulta e participación.
- ↻ Dereito a recibir formación, teórica e práctica, en materia preventiva.
- ↻ Dereito á vixilancia periódica do seu estado de saúde.
- ↻ Dereito de protección de traballadores especialmente sensibles a determinados riscos.
- ↻ Dereito de protección da maternidade.

## **A FIGURA DO DELEGADO DE PREVENCIÓN.**

Os delegados de prevención son representantes dos traballadores con funcións específicas en materia de prevención de riscos laborais e serán designados por e entre os representantes de persoal no ámbito dos seus órganos de representación.

A existencia da figura dos delegados de prevención non é unha obriga empresarial, é un dereito dos traballadores. O empresario unicamente deberá informar aos seus traballadores da posibilidade de escoller a un ou varios delegados de prevención, dependendo do tamaño da empresa, que serán os seus representantes en materia preventiva.

En empresas de hasta 30 traballadores, o Delegado de Persoal será o Delegado de Prevención. Nas empresas de 31 a 49 haberá un Delegado de Prevención que será elixido por e entre os Delegados de Persoal. No pequeno comercio, onde a maioría dos negocios son micro-empresas, comentar que en establecementos de 1 a 5 traballadores non existe a figura do Delegado de Prevención, polo tanto tampouco existe Delegado de Persoal. Nas empresas de 6 a 10 traballadores pode haber Delegado de Persoal, si así o deciden os traballadores por maioría, neste caso este sería o Delegado de Prevención.

## **8. Recomendacións**

A modo de resumo, pódense concluír as seguintes **recomendacións** en materia de Prevención de Riscos Laborais para os traballadores e empresarios do pequeno comercio galego, segundo 4 grandes bloques de riscos:

### **RISCOS ASOCIADOS ÁS CONDICIÓN DOS CENTROS DE TRABAJO**

- **Caídas de persoas ao mesmo nivel e a distinto nivel. RECOMENDACIÓNS:**
  - Para acceder a estantes altos, usa **SEMPRE** escaleiras de man fixadas con elementos de seguridade. **NUNCA** uses cadeiras, mesas, papeleiras, etc. E non intentes coller obxectos que queden fora do teu alcance.
- **Caídas de obxectos, golpes e cortes. RECOMENDACIÓNS:**
  - Garda **SEMPRE** as ferramentas cortantes (como tesoiras ou cutters) despois de utilizalos no lugar axeitado. **NUNCA** utilices ferramentas se non é para a función para a que foi deseñada. Por exemplo, usa os coitelos so para cortar e non para outros fins, como abrir un bote.
- **Incendios e contactos eléctricos. RECOMENDACIÓNS:**
  - Deposita **SEMPRE** os vasos con líquido lonxe de ordenadores, impresoras, caixas rexistradoras e outros aparellos eléctricos, e desconéctaos cando non sexan necesarios antes de irte. **NUNCA** obstaculices os percorridos, saídas de evacuación, sinalización, acceso a extintores, bocas de incendio, cadros eléctricos, etc.

### **RISCOS HIXIÉNICOS**

- **Exposición a temperaturas extremas. RECOMENDACIÓNS:**
  - Se tes que entrar en cámaras frigoríficas, faino **SEMPRE** con prendas de abrigo adecuadas, cubrecabezas, calzado e guantes illantes ou calquera outra protección necesaria. **NUNCA** accedas a cámaras frigoríficas sen os correspondentes elementos de protección.
- **Exposición a axentes biolóxicos. RECOMENDACIÓNS:**
  - Utiliza **SEMPRE** luvas específicas para a protección fronte a axentes biolóxicos se tes que limpar baños ou aseos, e lava as mans despois de realizar estas labores de limpeza e antes de comer. **NUNCA** o fagas coas mans descubertas.
- **Manipulación de produtos químicos. RECOMENDACIÓNS:**
  - Le **SEMPRE** as etiquetas de cada produto antes de empregalo, para saber como utilízalo e coñecer os riscos concretos que implica o seu uso. **NUNCA** cambies ningún produto de envase para evitar confusións. Sobre todo, non empregues recipientes que poidan inducir a erros fatais, como botellas de refrescos, auga, etc.

## RISCOS ERGONÓMICOS

- **Manipulación manual de cargas. RECOMENDACIÓNS:**
  - Se tes que levantar unha carga que está no chan, recorda que **SEMPRE** tes que seguir estes pasos: separar os pes, flexionar os xeonllos, inclinar o lombo lixeiramente cara diante, mantendo a columna recta, e recolle a carga o mais cerca posible do corpo, estirando as pernas e mantendo a columna recta. **NUNCA** movas obxectos que superen os 25 quilos se non contas con axuda ou con elementos mecánicos para movelos. As mulleres e traballadores máis novos non deberían mover máis de 15 quilos.
- **Posturas forzadas ou estáticas e movementos repetitivos. RECOMENDACIÓNS:**
  - Utiliza **SEMPRE** escaleiras cando teñas que alcanzar ou depositar obxectos en estantes que queden á unha altura superior á da túa cabeza, e procura colocar nos estantes máis baixos e accesibles as mercadorías de uso máis frecuente. **NUNCA** te sentes sobre una perna ou con elas cruzadas.

## RISCOS PSICOSOCIAIS

- **Estrés. RECOMENDACIÓNS:**
  - Se realista e non perdas a cabeza polo que non ten remedio. Busca **SEMPRE** compensacións, por exemplo, se o estás pasando mal no traballo, podes buscar apoio na familia. Organízate, dentro do grao de autonomía que teñas, para facer pausas e cambios posturais que reduzan a fatiga física e mental e a tensión ou saturación psicolóxica. **NUNCA** te deixes «acelerar» por pequenas preocupacións. Recorda que só son preocupacións, non desastres.
- **Violencia e atracos. RECOMENDACIÓNS:**
  - Obedece **SEMPRE** as ordes dos atracadores coa maior calma posible e con movementos tranquilos e suaves, e evita a adopción dunha linguaxe corporal desafiante ou que se poida interpretar como hostil ou ameazante. **NUNCA** intentes ser un heroe enfrontándote aos atracadores. O importante é que o atraco termine o antes posible e sen feridos.



## **9. Bibliografía**

Umivale (2015). *Código de Buenas Prácticas Preventivas. Sector del Comercio* [en liña]. Ministerio de emprego e da Seguridade Social. Dispoñible en <http://www.umivale.es>

Confederación de Empresarios de Córdoba (outubro 2015). *Mesas temáticas: Prevención de Riesgos en el Comercio al por Menor* [en liña]. Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales. Dispoñible en <http://www.gabineteprl.com/>

Confederación de Empresarios de Navarra. *Trabajadores autónomos y prevención de riesgos: ultramarinos*. Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales [en liña]. Dispoñible en [http://www.lineascen.cenavarra.es/documentos/ficheros\\_recursos/Ultramarinos.pdf](http://www.lineascen.cenavarra.es/documentos/ficheros_recursos/Ultramarinos.pdf)

Inda, F.J. ( coord), Teomiro, S. y De la Rica, M. (xanerio de 2016). *Manual de buenas prácticas de prevención de riesgos laborales en el sector del comercio al por menor*. Bizkaia: OSALAN. Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales.

Xunta de Galicia. *Guía de autoprotección para os traballadores: prevención de atracos en oficinas de banca* [en liña]. Consellería de Traballo, Dirección Xeral de Relacións Laborais. Dispoñible en <http://emprego.ceei.xunta.gal/portada;jsessionid=182B9C16EE13459524C67EF0E476388D>

García, M (xuño de 2015). Folla de prevención Nº 45. *Prevención dos riscos ligados aos postos de traballo en peixarías* [en liña]. Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral. Dispoñible: <https://libraria.xunta.gal/es/folla-de-prevencion-num-45-prevencion-dos-riscos-ligados-aos-postos-de-traballo-en-peixarias>

Confederación Canaria de Empresarios. *Manual de Prevención en Riesgos Laborales: 660 preguntas y respuestas sobre la prevención* [en liña]. Consejería de Empleo, Industria y Comercio del Gobierno de Canarias. Dispoñible en: <http://www.ccelpa.org/>

OSALAN (2014). *Curso básico en prevención de riesgos laborales para delegados y delegadas de prevención* [en liña]. OSALAN. Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales Organismo autonomo del Gobierno Vasco. Dispoñible en: [www.osalan.euskadi.eus](http://www.osalan.euskadi.eus)

Federación de empresarios de la Rioja. *Prevención de riesgos laborales en el sector comercio* [en liña]. Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales. Dispoñible en: <http://sie.fer.es/index.php>

Cámara Oficial de Comercio, Industria y Navegación de Cartagena (2005). *Guía de prevención y autoevaluación de riesgos laborales en el comercio* [en liña]. Cartagena: Región de Murcia. Consejería de Trabajo y Política Social. Instituto de Seguridad y Salud Social. Dispoñible en: <http://www.educarm.es/home>

Federación Madrileña de detallistas de la carne (outubro de 2010). *Riesgos específicos en el sector del comercio minorista de la carne. Manual de autoaprendizaje* [en liña]. Madrid: Comunidad de Madrid. Consejería de empleo, mujer e inmigración. Instituto Regional de Seguridad y Salud en el trabajo. Dispoñible en: <http://www.fedecarne.es/>

Observatorio Permanente de UGT (octubre 2010). *Guía de prevención de riesgos psicosociales en el sector comercio al por menor* [en liña]. Madrid: Comisión Ejecutiva Confederal de UGT. Disponible en: <http://www.ugt.es/default.aspx>

Confederación de Entidades para la Economía Social y Autónomos de Extremadura. *Guía de Buena Prácticas en Prevención de Riesgos laborales sector comercio* [en liña]. Disponible en: <http://www.prevenzionlaboral.org/pdf/GUIAS-Alimentacion/Guia%20de%20buenas%20practicass%20para%20el%20comercio.pdf>

SGS TECNOS S.A. *La prevención de riesgos laborales en el sector comercio* [en liña]. Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales. Disponible en: <http://www.cec-comercio.com/>

Xunta de Galicia (2010), *Enquisa ISSGA: a xestión da prevención de riscos laborais nas empresas galegas* [en liña]. Santiago de Compostela: Instituto Galego de Seguridade e Saúde laboral. Disponible en: <http://issga.xunta.es/portal/index.html>

Xunta de Galicia (2011), *Enquisa ISSGA: condicións de traballo en Galicia* [en liña]. Santiago de Compostela: Instituto Galego de Seguridade e Saúde laboral. Disponible en: <http://issga.xunta.es/portal/index.html>

Observatorio estatal de accidentes de traballo <http://www.oect.es/>

Instituto nacional de Seguridade e Higiene en el traballo. Ministerio de Empleo y Seguridade Social. <http://www.insht.es/>

Ministerio de Empleo e Seguridade Social, Estadísticas de accidentes de traballo (2015) <http://www.empleo.gob.es/estadisticas/>

Instituto Galego de Seguridade e Saúde laboral. Xunta de Galicia <http://issga.xunta.es/portal/index.html>

Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales. <http://www.funprl.es/>

## ANEXO I: ENTREVISTA EN PROFUNDIDADE

### PRESENTACIÓN:

A Federación Galega de Comercio a través de Femxa Formación está levando a cabo o **Estudo específico do sector do pequeno comercio sobre sinestralidade laboral nos últimos 3 anos** financiado por a Xunta de Galicia a través das Axudas destinadas as accións de fomento da prevención de riscos laborais na Comunidade Autónoma de Galicia no exercicio de 2016.

O obxectivo do estudo é investigar os principais accidentes laborais que se dan no sector do pequeno comercio en Galicia, identificar as súas causas e propor algunhas medidas preventivas que consigan minimizalos e minimizar a súa gravidade. A finalidade desta entrevista é obter da man de empresarios/expertos no sector una visión sobre a situación actual.

### IDENTIFICACIÓN DA PERSOA ENTREVISTADA:

Nome e Apelidos: .....

.....

Profesión: .....

.....

Empresa: .....

.....

Provincia da empresa: .....

.....

Teléfono: ..... E-mail: .....

Conforme con o establecido na Lei 15/1999, de Protección de Datos Persoais, informamos que os seus datos farán parte dun ficheiro, do que é responsable FEMXA FORMACIÓN SL, con domicilio en C / San Roque, No. 57-61, baixo, 36205 - Vigo, Pontevedra, onde pode exercer en calquera momento os dereitos de acceso, rectificación, cancelación e, no seu caso, ou oposición ou na dirección [datos@femxaformacion.com](mailto:datos@femxaformacion.com)

Ao proporcionar os seus datos, consente no tratamento dos mesmos coa fin de realizar o desenvolvemento deste proxecto e a xestión da súa participación no mesmo, así como a comunicación de datos ás administracións públicas, entidades subvencionadoras, organismos intermedios, colaborando empresas, de conformidade co disposto na normativa. Tamén consente, se é necesario, a comunicación de datos a través da publicación dos resultados deste proxecto, así como entrevistas de gravación realizadas co único propósito de facilitar a recollida de información ea precisión da mesma. Se non quere que esta entrevista sexa gravada, pode sinalar o cadro seguinte:

Non autorizo a gravación nesta entrevista da miña imaxe / voz

Fdo. D./ Dña. \_\_\_\_\_

CO FINANCIAMENTO DE:



## **ENTREVISTA:**

### **SOBRE O SECTOR.....**

1.- Como é a situación actual da Prevención de Riscos Laborais no sector do pequeno Comercio en Galicia? Existe interese dos empresarios do pequeno comercio respecto a prevención de riscos laborais? Existe concienciación por parte dos traballadores?

2. - Cree que a Prevención de Riscos Laborais no sector do pequeno comercio debe mellorar? En que sentido? Cal é para vostede o principal inconveniente no este sector e por que? Que actuacións considera necesarias e inmediatas e por parte de quen?

3.- Que considere máis relevante para o sector: a seguridade, a hixiene, a ergonomía ou a vixilancia da saúde? Cree que se presta a atención suficiente a estes catro factores?

4.- Que consideración ten da información existente no ámbito da PRL neste sector? Que información sobre Prevención de Riscos Laborais proporcionase aos traballadores que se incorporan ao sector? Que actuacións considera como a mellor forma de sensibilización en Prevención de Riscos no sector?

5.- Que opinión ten da formación en Prevención de Riscos Laborais no sector? Cantas horas de formación recibe aproximadamente cada traballador sobre este tema? Qué metodoloxía se emprega para esta formación (clases presencias, entrega dun manual, formación elearning? Que programas e contidos se imparten?

6.- Cal/cales considera que son os principais factores de riscos laborais do sector? e cales son as principais medidas que se toman para impedi-los?

7.- Cal/cales son as causas de accidentabilidade máis frecuentes no sector? Que medidas se aplican para reducilas e controlalas?

### **SOBRE A SÚA EMPRESA.....**

8.-Dos seguintes riscos laborais. Indique a cales están sometidos os traballadores da súa empresa. Indique tamén se considera que existe algún risco máis na súa empresa:

- Caídas de persoas ao mesmo nivel
- Caídas de persoas a distinto nivel
- Caídas de obxectos por manipulación
- Caídas de obxectos deprendidos y/o por desplome
- Golpes e cortes por obxectos e ferramentas
- Golpes, cortes e contactos con elementos móbiles de equipos de traballo
- Incendios
- Contactos eléctricos
- Exposición a temperaturas extremas.
- Exposición a axentes biolóxicos.

CO FINANCIAMENTO DE:

- Manipulación de produtos químicos
- Manipulación manual de cargas
- Posturas forzadas o estáticas
- Movementsos repetitivos
- Estrés
- Violencia/atracos

**9.-**Daqueles riscos que considere máis importantes pola súa frecuencia ou gravidade explique as seguintes cuestións:

- Descrición do risco
- Posto de traballo aos que afectan
- Principais causas/factores do risco
- Medidas preventivas

**10.-**E finalmente, cales foros os principais accidentes que aconteceron na súa empresa nos últimos anos? Na medida do posible explique:

- Descrición do accidente
- Posto de traballo ao que afectou o accidente
- Traballo que estaba a realizar
- Levaba EPI
- Causas do accidente
- Outras circunstancias relevantes
- Puido haberse evitado

CO FINANCIAMENTO DE:

## ANEXO II: CHECK-LIST

### PRESENTACIÓN:

A Federación Galega de Comercio a través de Femxa Formación está levando a cabo o **Estudo específico do sector do pequeno comercio sobre sinestralidade laboral nos últimos 3 anos** financiado por a Xunta de Galicia a través das Axudas destinadas as accións de fomento da prevención de riscos laborais na Comunidade Autónoma de Galicia no exercicio de 2016.

O obxectivo do estudo é investigar os principais accidentes laborais que se dan no sector do pequeno comercio en Galicia, identificar as súas causas e propor algunhas medidas preventivas que consigan minimizalos e minimizar a súa gravidade. A través do Check-list en xestión de prevención de riscos laborais tentarase realizar unha aproximación ás actuacións principais que realizan as empresas do pequeno comercio galego na prevención de riscos.

### IDENTIFICACIÓN DA EMPRESA AVALIADA :

Empresa .....

.....

Plantilla: .....

Representante : .....

.....

Provincia da empresa: .....

Data do diagnóstico: .....

Conforme con o establecido na Lei 15/1999, de Protección de Datos Persoais, informamos que os seus datos farán parte dun ficheiro, do que é responsable FEMXA FORMACIÓN SL, con domicilio en C / San Roque, No. 57-61, baixo, 36205 - Vigo, Pontevedra, onde pode exercer en calquera momento os dereitos de acceso, rectificación, cancelación e, no seu caso, ou oposición ou na dirección [datos@femxaformacion.com](mailto:datos@femxaformacion.com)

Ao proporcionar os seus datos, consente no tratamento dos mesmos coa fin de realizar o desenvolvemento deste proxecto e a xestión da súa participación no mesmo, así como a comunicación de datos ás administracións públicas, entidades subvencionadoras, organismos intermedios, colaborando empresas, de conformidade co disposto na normativa. Tamén consente, se é necesario, a comunicación de datos a través da publicación dos resultados deste proxecto, así como entrevistas de gravación realizadas co único propósito de facilitar a recollida de información ea precisión da mesma. Se non quere que esta entrevista sexa gravada, pode sinalar o cadro seguinte:

Non autorizo a gravación nesta entrevista da miña imaxe / voz

Fdo. D./ Dña. \_\_\_\_\_

CO FINANCIAMENTO DE:

## CHECK-LIST EN XESTIÓN DA PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS

	Si	No
<b>Organización preventiva</b>		
1. A empresa conta cunha organización preventiva ou política de prevención	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Existe un responsable de prevención de riscos designado pola empresa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Están formalmente establecidos os órganos de prevención na empresa por parte dos traballadores que establece a lei: Comités de Prevención/ Delegados de Prevención	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. A xestión da organización preventiva é realizada por...		
Empresario (empresas de menos de 10 traballadores)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Traballadores designados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Servizo de Prevención alleo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Servizo de Prevención propio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Avaliación de Riscos Laborais</b>		
5. Realizou a empresa a avaliación de riscos nos diferentes postos de traballo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. A empresa revisa a avaliación de riscos laborais debido a cambios de calquera tipo no postos de traballo ou por producirse danos para a saúde dos traballadores	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Se establecen as medidas de prevención oportunas para cada risco	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Existe un rexistro documental da avaliación realizada e se documentan as actividades preventivas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Actividade preventiva</b>		
9. A empresa elaborou a planificación da actividade preventiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. A empresa ten implantado un Plan de prevención de riscos laborais	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. A empresa ten elaborado un Plan de emerxencia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. A empresa realiza a Vixilancia periódica da saúde dos traballadores	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. A empresa realiza a investigación dos accidentes de traballo e enfermidades profesionais	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. A empresa ten un procedemento de vixilancia do cumprimento da lexislación en materia de seguridade e saúde dos traballadores no caso de subcontratas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. A empresa dispón de un procedemento no caso de Acoso laboral	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Información/formación</b>		
16. Os traballadores reciben información sobre os riscos existente no seu posto de traballo e as medidas preventivas para evitalos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Os representantes dos traballadores ou os traballadores son consultados sobre acción relativas a súa seguridade e a prevención	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Os traballadores reciben formación para realizar o seu traballo de forma correcta e evitar riscos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Os traballadores son informados e formados no caso de modificacións e cambios no seu posto de traballo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CO FINANCIAMENTO DE: