



SEGURIDAD EN ALMACENES PEQUEÑOS Y ESPACIOS REDUCIDOS DEL COMERCIO



PREVENCIÓN EN CAMPAÑAS COMERCIALES

Durante las campañas comerciales (rebajas, promociones especiales, campañas navideñas, etc.), el volumen de clientela aumenta considerablemente, lo que implica una mayor actividad en los almacenes y espacios reducidos del comercio. Esta intensificación del trabajo puede incrementar los riesgos laborales si no se adoptan medidas preventivas adecuadas.

Por ello, es fundamental planificar la seguridad con antelación, teniendo en cuenta el aumento de mercancías, la mayor rotación de productos y el incremento del ritmo de trabajo, por lo que resulta imprescindible adaptar los procedimientos de trabajo a estas circunstancias, garantizando en todo momento el bienestar del personal.

Este folleto tiene como objetivo:

- Prevenir accidentes laborales
- Optimizar el uso del espacio
- Fomentar hábitos seguros

SEGURIDAD EN ESPACIOS REDUCIDOS DEL COMERCIO

En el sector del comercio, los microalmacenes y las zonas de trabajo con espacio limitado son muy habituales. En estos entornos, la falta de espacio condiciona la movilidad, aumenta la proximidad entre trabajadores y mercancías, y eleva la probabilidad de accidentes. Por ello, la prevención de riesgos laborales adquiere una importancia fundamental para garantizar un entorno de trabajo seguro.

La actividad diaria en estos espacios suele implicar multitarea y manipulación constante de productos, lo que puede generar situaciones de riesgo si no se siguen pautas adecuadas. La adopción de rutinas preventivas (orden, limpieza, correcta colocación de mercancía y uso adecuado de equipos) es clave para minimizar accidentes y mejorar la eficiencia del trabajo.

Integrar la prevención en la rutina diaria no solo protege la salud de los trabajadores, sino que también contribuye a un entorno de trabajo más organizado, ágil y productivo.



RIESGOS MÁS FRECUENTES EN ALMACENES PEQUEÑOS Y ESPACIOS REDUCIDOS

Caídas y tropiezos

- Pasillos estrechos o bloqueados
- Suelos resbaladizos o con obstáculos

Sobrecarga física

- Levantamiento manual de cargas
- Posturas forzadas

Atrapamientos leves

- Entre estanterías, puertas o mobiliario por escasez de espacio.
- Por la proximidad entre los elementos por esa falta de espacio.

Incendios

- Acumulación de materiales inflamables
- Mala ventilación

Por último, existen riesgos asociados al uso de equipos auxiliares, como vaporetas, etiquetadoras u otras herramientas, especialmente cuando se utilizan en zonas sin suficiente espacio libre, lo que puede provocar accidentes o un uso inadecuado de los mismos.

Golpes y choques

- Estanterías mal ubicadas
- Altura inadecuada de almacenamiento

Movimientos repetitivos

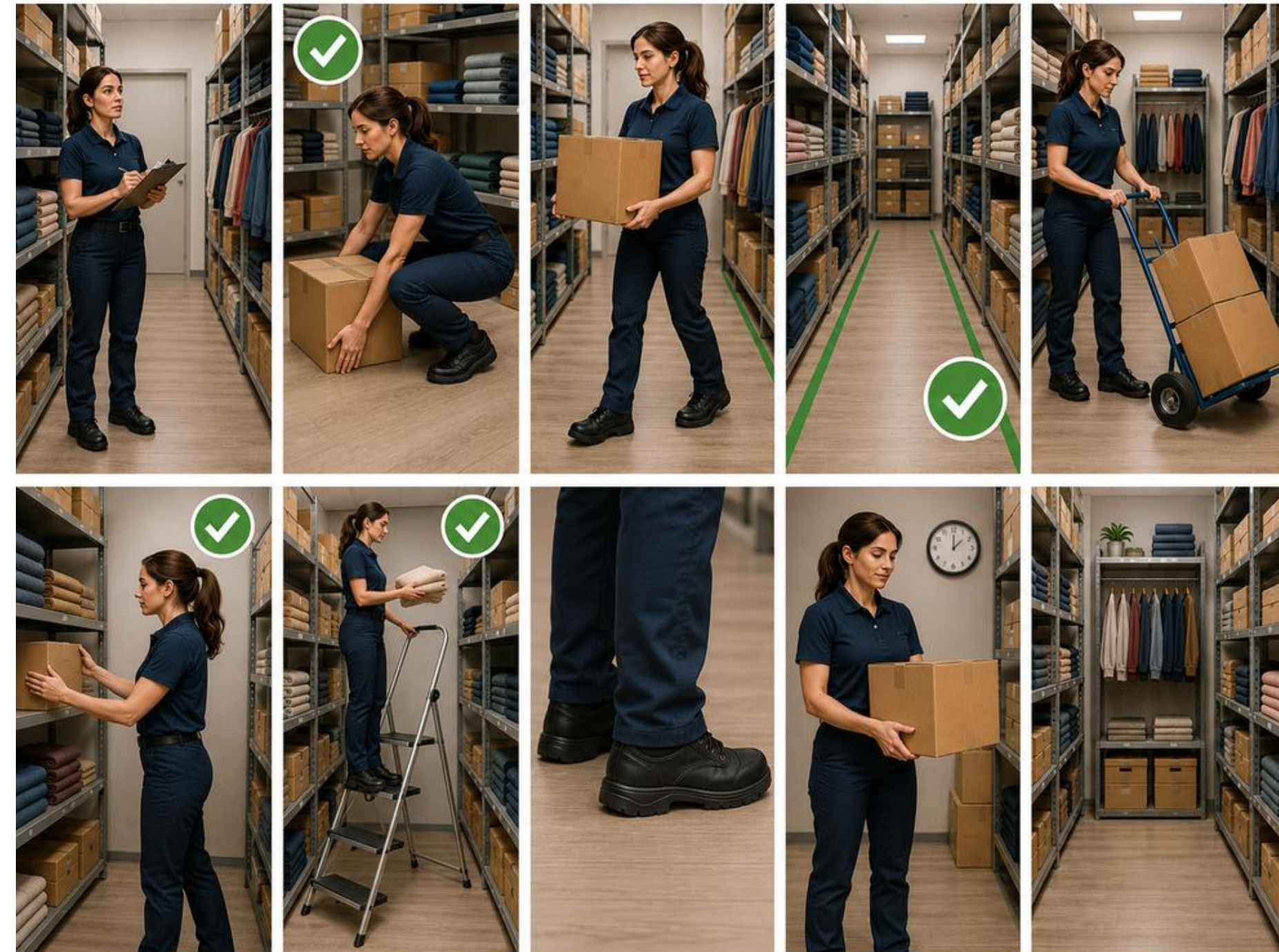
- Reposición de pedidos
- Preparación de pedidos.



MANIPULACIÓN SEGURA DE MERCANCÍA EN ESPACIOS LIMITADOS

La manipulación de cargas en espacios reducidos requiere especial atención para evitar lesiones. Aplicar técnicas adecuadas reduce significativamente los riesgos físicos.

Se recomienda utilizar técnicas básicas de levantamiento, evitando giros bruscos del tronco y manteniendo una postura correcta. Las cargas más pesadas deben colocarse entre la altura de la cadera y los hombros, facilitando su manejo. Es fundamental evitar alcanzar objetivos elevados sin apoyo adecuado.





PREVENCIÓN CON EQUIPOS AUXILIARES

El uso de equipos auxiliares en espacios reducidos puede suponer un riesgo si no se realiza correctamente.

Antes de utilizar vaporetas u otros equipos eléctricos, se debe comprobar el estado de cables, enchufes y superficies, asegurando que no existan defectos que puedan provocar accidentes.

En el caso de etiquetadoras u otros dispositivos electrónicos, es importante utilizarlos evitando posturas forzadas, adaptando su uso a una posición cómoda y segura.

Cuando no estén en uso, los equipos deben mantenerse en zonas estables, ordenadas y libres de riesgo, facilitando su almacenamiento seguro.

ORGANIZACIÓN SALUDABLE DEL TRABAJO

La organización del trabajo influye directamente en la seguridad y salud de los trabajadores. Una adecuada planificación reduce la fatiga y mejora el bienestar general.

Se recomienda:

- Realizar micro-pausas breves tras periodos prolongados de manipulación de cargas o tareas repetitivas.
- Distribuir las tareas repetitivas entre el equipo.
- Comunicar las incidencias para poder aplicar soluciones a tiempo y prevenir accidentes.
- Planificar las tareas de reposición en momentos de menor actividad.



CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES

Claves para un entorno seguro

- Mantener el orden y la limpieza
- Respetar normas de almacenamiento
- Usar equipos adecuados
- Capacitar al personal

La seguridad en el trabajo es tarea de todos. Aplicar estas medidas reduce riesgos y mejora la productividad.

Un espacio pequeño no debe ser un espacio peligroso. Con organización, prevención y conciencia, es posible trabajar de forma segura y eficiente.



CHECKLIST FINAL: “TRABAJAR SEGURO EN ESPACIOS REDUCIDOS”

Antes de iniciar la jornada o durante el trabajo diario, es recomendable realizar una rápida verificación de las condiciones del entorno.

- Orden general y retirada de obstáculos
 - Comprobar que no hay cajas, envoltorios u objetos en zonas de paso.
- Estado de pasillos, accesos y zonas de tránsito
 - Verificar que están despejados, accesibles y en buenas condiciones.
- Estabilidad de estanterías y materiales
 - Asegurar que las estanterías están firmes y que la mercancía está bien colocada.
- Revisión de equipos auxiliares y cables
 - Comprobar que vaporetas, etiquetadoras y otros equipos funcionan correctamente y sin daños visibles.
- Ergonomía básica
 - Revisar que se trabaja con postura adecuada, cargas a la altura correcta y sin alcances forzados.
- Control del espacio antes de usar equipos eléctricos
 - Confirmar que no hay obstáculos ni personas en la zona antes de activar vaporetas u otros equipos.

MATERIAL ADICIONAL AL PROYECTO

Escanea los QR y accede a los videos de prevención desarrollados en el proyecto.



“Prevención de robos, hurtos y violencia externa en el comercio”



“Trabajo en solitario en el comercio: medidas de prevención y autoprotección”



“Esta actuación se financia con fondos públicos. El Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo colabora económicamente en la elaboración de este material, no haciéndose responsable de los contenidos del mismo ni de las valoraciones e interpretaciones de sus autores. El material elaborado recoge exclusivamente la opinión de su autor como manifestación de su derecho de libertad de expresión”



SEGURIDAD EN ALMACENES PEQUEÑOS Y ESPACIOS REDUCIDOS DEL COMERCIO