



## NORMAS PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

### 9. CAJAS REGISTRADORAS

#### SUPERMERCADOS – RECEPCIÓN – CONSERJERÍA

En base a la **Ley 31/1995** de Prevención de Riesgos Laborales, **Capítulo III** sobre *Derechos y Obligaciones*, art. **14** sobre “Derecho a la protección frente a los riesgos laborales”, art. **15** sobre “Principios de la acción preventiva”.

#### RIESGOS

- Fatigas postulares
- Sobreesfuerzos.
- Discomfort de la audición.
- Deslumbramientos.
- Carga mental.

#### NORMAS

Desde el punto de vista preventivo, se tendrán en cuenta los siguientes parámetros:

- Ubicación de los elementos en la zona de trabajo en relación con las condiciones del local y del contorno (ruido, iluminación, temperatura, etc. ).
- Silla de trabajo, ajustable a la altura de la superficie de trabajo.
- Espacios libres del puesto.
- Ayudas mecánicas
- Elementos auxiliares (caja, lectura de datos, escáner, etc. ).
- La implantación de los diferentes elementos materiales (silla, muebles, caja, etc.), deberá formar un conjunto coherente.
- La implantación de cajas en paralelo a las cintas o la instalación de una puerta de vaivén de una hoja detrás de la cajera con espacio suficiente, favorece la reducción de la fatiga física.
- Se deberá disponer un reposapiés.
- Se deben tener en cuenta para la confección del puesto de trabajo en cuanto al mueble y su contorno, las características de la población femenina, que ocupa mayoritariamente esta profesión, en cuanto a la talla, el peso, el embarazo, la necesidad de cambios de postura de las rodillas y los brazos, ocasionados por el paso de los clientes.



- Se establecerán fórmulas para que, en atención al cliente y a la cajera, los artículos pesados o voluminosos puedan dejarse en el carro. Por ejemplo con etiquetas del código de barras sueltas, atadas al artículo.
- Analizar la posibilidad de colocar dos códigos de barra en caras contrarias para evitar movimientos de búsqueda, principalmente en los productos de volumen o peso alto.
- La altura y profundidad del tablero de trabajo debe permitir a la cajera estando en posición sentada situarse con el tronco pegado al borde del mismo y con espacio para la movilidad de los pies. Profundidad posterior para levantarse: 65 cm.
- Pesos máximos recomendados: 15 Kg. para trabajos de pié. 5 Kg. para posición sentada.

### Iluminación.

Se procurará que, tanto las cajeras en su posición, como la pantalla en su instalación estén paralelas a la entrada de luz natural. En caso de no ser posible, se realizará un “oscurecimiento” de las vidrieras por donde entra directamente la luz natural.

### Ruido.

Las cajeras están expuestas a los siguientes tipos de ruido, que les afecta o les puede llegar a afectar:

- Los generados provenientes del desarrollo de las tareas (caja, etc. ).
- Interferencias en la comunicación cajera - cliente.
- Ruido ambiental procedente de zonas ajenas y que afectan a las cajeras, situadas siempre cercanas a las salidas de los locales. Nivel conjunto de ruido recomendado: < 75 dbA.

### Organización del trabajo.

- La rotación de las cajeras contribuye a reducir los riesgos, visuales musculares y psicosociológicos, de atención al cliente ( variación de idioma, etc. ).
- La distribución de las pausas de trabajo deberá ser correlativa a la cantidad de trabajo existente.
- Formar e informar a las cajeras de nuevo ingreso de los métodos de trabajo, de forma especial, al preventivo.
- En las cajas rápidas, donde existan, hacer la rotación más frecuente.
- Realizar ligeros ejercicios de cuello durante el trabajo.
- Diariamente al final de la jornada, se realizará en casa una tabla de relajación muscular recomendada por el médico.