

Guía específica de prevención  
de riesgos laborales

ARL

# Otros vendedores no clasificados en grupos primarios





# Introducción

---

**E**n ARL SURA estamos comprometidos con el cuidado de la vida. Por eso le hacemos entrega de esta guía de prevención, cuyo objetivo es darle a conocer los principales riesgos que se presentan en las actividades que se desarrollan en cada uno de los oficios, así como la forma de prevenirlos. Para que realice su trabajo de manera segura, le invitamos a leerla detenidamente, aplicar nuestras recomendaciones, y así evitar accidentes y enfermedades laborales.



## Obligaciones de los afiliados voluntarios al Sistema General de Riesgos Laborales

- 1** Procurar el cuidado integral de la salud.
- 2** Diligenciar el formulario de afiliación a la Administradora de Riesgos Laborales (ARL).
- 3** Diligenciar el formato de identificación de peligros, en conformidad con las ocupaciones u oficios que va a desarrollar y anexarlo al formulario de afiliación.
- 4** Gestionar el certificado correspondiente al formulario de afiliación a la ARL. El costo de los exámenes preocupacionales será asumido por el independiente.
- 5** Pagar los aportes al sistema a través de la Planilla Integrada de Liquidación de Aportes (PILA).
- 6** Informar a la ARL y a la Entidad Promotora de Salud (EPS) a la cual esté afiliado sobre la ocurrencia de accidentes o enfermedades con ocasión del ejercicio de su ocupación.
- 7** Reportar a la ARL las novedades que se presenten acerca de las condiciones de tiempo, modo y lugar en las que desarrolla su ocupación u oficio.
- 8** Participar en actividades de promoción y prevención organizadas por la ARL.
- 9** Cumplir las normas, reglamentos e instrucciones del Sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST).
- 10** Realizarse los exámenes médicos periódicos ocupacionales y contar con el certificado respectivo, el cual podrá ser requerido por la ARL para el monitoreo y gestión del costo de exámenes asumido por el afiliado.
- 11** Llevar a cabo la identificación de peligros asociados con su labor mediante el diligenciamiento del formulario respectivo, el cual podrá ser requerido por la ARL para el monitoreo y la gestión del riesgo.
- 12** Acoger y poner en práctica las recomendaciones que imparta la Administradora de Riesgos Laborales en materia de prevención.
- 13** Identificar los elementos de protección personal necesarios y utilizarlos para su ocupación u oficio.



## Descripción del oficio:

Están en quioscos, puestos fijos de mercado situados en emplazamientos callejeros o al aire libre, los cuales cuentan con el debido permiso de las autoridades locales competentes, venden mercancías de diversos tipos, como artesanías, diarios, revistas, tarjetas postales, cigarrillos, golosinas, helados, frutas, verduras y otros artículos alimenticios, principalmente perecederos.





## Herramientas o equipos de trabajo

De acuerdo a lo que vendan.

### Peligros del oficio



- Carga física por posiciones ergonómicamente inadecuadas o movimientos repetitivos
- Carga estática de pie
- Caídas al mismo y diferente nivel
- Golpes con objetos o contra alguna superficie
- Caída de objetos
- Contacto con superficies o herramientas cortantes
- Factores intralaborales, extralaborales o individuales
- Atraco, robo u otras situaciones de violencia
- Radiaciones no ionizantes (ultravioleta - rayos del sol)

# Equipos de protección personal (según ICONTEC)



- **Botas de seguridad:** se recomienda el uso de botas con platina para las actividades que impliquen ingreso a áreas de carga y descarga de materiales o cualquier otra en la que se pueda presentar el riesgo de caída de objetos de peso importante. El personal de oficina debe llevar calzado cómodo y cerrado.

## Accidentes de trabajo o enfermedades que se podrían presentar en la ejecución del oficio



- Golpes con objetos o contra alguna superficie
- Caída de objetos



- Carga física con movimientos repetitivos
- Carga física por posición prolongada
- Carga física estática, sentado o de pie



- Riesgo psicosocial (factores intralabores, extralabores e individuales)
- Público: situación de atraco, robo u otras situaciones de violencia
- Físico: radiación no ionizante (ultravioleta - rayos del sol)



# Medidas preventivas

Peligro	Riesgo	Consecuencia	Medidas de prevención
Carga dinámica por esfuerzos	Carga física	Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema musculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Señalizar las cargas con etiquetas que informen el peso que se va a manipular.</li> <li>● Las cargas que manipule el trabajador deberán estar por debajo de 23 kilos en hombres y 10,5 kilos en mujeres; deben encontrarse ubicadas al nivel de la cintura.</li> <li>● Las cargas que se manipulan con frecuencia deben almacenarse a una altura que permita su fácil manipulación. Es decir, al nivel de la cintura del trabajador.</li> <li>● Almacenar al nivel del piso las cargas que sean manipuladas mediante ayudas mecánicas y que se movilizan con poca frecuencia.</li> <li>● Levantar una carga desde el piso en los casos excepcionales en que se requiera, por lo que se definirán, documentarán y divulgarán estándares de levantamiento y manipulación de cargas.</li> <li>● Interrumpir por periodos la exposición al manejo de cargas mediante la rotación de personal o rotación de las tareas durante la jornada laboral.</li> <li>● La forma y volumen de las cargas debe permitir fácil agarre.</li> <li>● Estandarizar, documentar y divulgar el uso de las ayudas mecánicas mediante procedimientos seguros para su manipulación, incluyendo peso máximo de capacidad.</li> <li>● Mantener en óptimas condiciones mediante programas de mantenimiento.</li> <li>● Realizar exámenes médicos ocupacionales de ingreso y periódicos con el fin de controlar los efectos para la salud por la exposición al riesgo.</li> <li>● Capacitar al personal en higiene postural. Para la capacitación en manejo seguro, ARL SURA tiene los colegios viales que se pueden encontrar a través de la siguiente ruta de acceso: <a href="http://www.arlsura.com">www.arlsura.com</a> &gt; Iniciar Sesión &gt; Gestión de riesgos Laborales &gt; Formación &gt; Colegios viales</li> </ul>
Carga estática, posiciones prolongadas de pie	Carga física	Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema musculoesquelético, fatiga, alteraciones lumbares, dorsales, cervicales y sacras, alteraciones del sistema vascular.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Realizar pausas activas durante la jornada laboral.</li> <li>● Mantener estilos de vida saludable: ejercicio regular (según OMS, 150 minutos semanales) y alimentación balanceada.</li> </ul>

**Carga dinámica por movimientos repetitivos**

Carga física

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema musculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.

- Interrumpir por periodos de tiempo la exposición a los trabajadores en esta posición, mediante la rotación de personal o rotación de tareas durante la jornada laboral.
- Implementar un programa de acondicionamiento físico a trabajadores para que respondan a las exigencias del cargo.
- Aumentar la frecuencia y duración de los descansos para garantizar la recuperación del trabajador.
- Limitar el uso de herramientas manuales que produzcan vibración y disminuir la fuerza empleada al utilizarlas.
- Diseñar herramientas que limiten el esfuerzo y permitan posición anatómica al utilizarlas.
- Adoptar una posición neutral de la muñeca al digitar.
- Implementar un programa de pausas activas.
- Capacitar al personal en higiene postural.  
Para la capacitación en manejo seguro ARL SURA tiene los colegios viales que se pueden encontrar a través de la siguiente ruta de acceso: [www.arlsura.com](http://www.arlsura.com) > Iniciar Sesión > Gestión de riesgos Laborales > Formación > Colegios viales

**Otras posturas (hiperextensión, cuclillas, posiciones incómodas, etc.)**

Carga física

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema musculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.

- Interrumpir por periodos de tiempo la exposición de los trabajadores en esta posición, mediante la rotación de personal o rotación de tareas durante la jornada laboral.
- Implementar un programa de acondicionamiento físico a trabajadores para que respondan a las exigencias del cargo.
- Aumentar la frecuencia y duración de los descansos para garantizar la recuperación del trabajador. Limitar el uso de herramientas manuales que produzcan vibración y disminuir la fuerza empleada al utilizarlas.
- Diseñar herramientas que limiten el esfuerzo y permitan posición anatómica al utilizarlas.
- Adoptar una posición neutral de la muñeca al digitar. implementar un programa de pausas activas.
- Capacitar al personal en higiene postural.
- Para la capacitación en manejo seguro, ARL SURA tiene los colegios viales que se pueden encontrar a través de la siguiente ruta de acceso: [www.arlsura.com](http://www.arlsura.com) > Iniciar Sesión > Gestión de riesgos Laborales > Formación > Colegios viales

<p><b>Caídas a nivel</b></p>	<p>Locativo</p>	<p>Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguince, luxaciones, muerte.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Usar calzado adecuado (para las mujeres un tacón de máximo 3 cm).</li> <li>● Prestar atención cuando se circula por pasillos.</li> <li>● Respetar las señales de advertencia o precaución ubicada en los lugares que se visite.</li> </ul> <p>Ver micrositio: <a href="http://www.arlsura.com">www.arlsura.com</a> &gt; Iniciar Sesión &gt; Gestión de riesgos Laborales &gt; Elabore su sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo &gt; Organización del SGSST &gt; Capacitación en seguridad y salud en el trabajo &gt; Herramienta ARL Sura</p>
<p><b>Situación de atraco, robo u otras situaciones de violencia</b></p>	<p>Públicos</p>	<p>Fatiga, estrés, disminución de la destreza y precisión, estados de ansiedad o depresión y trastornos del aparato digestivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Estandarizar, documentar y divulgar protocolos y procedimientos para el control del riesgo público (cómo actuar antes, durante y después de un evento).</li> <li>● Capacitar al personal en el riesgo.</li> </ul>
<p><b>Carga laboral</b></p>	<p>Psicosocial</p>	<p>Fatiga, estrés, disminución de la destreza y precisión, estados de ansiedad o depresión y trastornos del aparato digestivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Descansos apropiados.</li> <li>● Estandarizar los protocolos para el contacto y visita a clientes.</li> </ul> <p>Ver micrositio: <a href="http://www.lab-virtualcolors.com/demos/portafolio_cgr_sura/">http://www.lab-virtualcolors.com/demos/portafolio_cgr_sura/</a></p>
<p><b>Desplazamiento por vía pública para visitas</b></p>	<p>Tránsito</p>	<p>Contusiones, laceraciones, fracturas, muerte.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Esperar a que cambie el semáforo peatonal.</li> <li>● Mirar siempre al frente al cruzar las vías y estar pendiente del semáforo.</li> </ul> <p>Ver micrositio: <a href="http://www.arlsura.com">www.arlsura.com</a> &gt; Iniciar Sesión &gt; Gestión de riesgos Laborales &gt; Formación &gt; Colegios viales</p>
<p><b>Radiaciones no ionizantes (microondas, infrarroja, radiofrecuencias, ultravioleta.)</b></p>	<p>Físico</p>	<p>Alteraciones de la piel, deshidratación, alteración en algunos tejidos blandos (ojos).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Hacer uso de protector solar.</li> <li>● Usar gorra que cubra el rostro y camisa manga larga.</li> <li>● Hidratarse constantemente.</li> </ul>



Agente de riesgo

Peligro

Consecuencia

**Biológico**

Derivados de origen animal (pieles, pelo, estiércol, desechos, etc.)

Enfermedades infecciosas, gastrointestinales y tóxicas y reacciones alérgicas.

Macroorganismos (mordeduras, golpes, pisadas de animales, picadura de insectos, etc.)

Golpes, traumas, heridas, infecciones, intoxicación, muerte.

Derivados de origen vegetal

Enfermedades gastrointestinales, intoxicaciones, reacciones alérgicas, muerte.

Microorganismos tipo hongos, bacterias o virus

Dermatitis, reacciones alérgicas, enfermedades infectocontagiosas, alteraciones en los diferentes sistemas, muerte.

Parásitos

Enfermedades gastrointestinales, intoxicaciones, reacciones alérgicas, muerte.

**Carga física**

Carga dinámica por esfuerzos

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema músculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.

Carga dinámica por movimientos repetitivos

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema músculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.

Carga dinámica por sobreesfuerzos de la voz

Disfonías y afecciones en garganta.

Carga estática de pie

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema músculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular, alteraciones lumbares, dorsales, cervicales y sacras.

Carga estática sentado

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema músculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.

Otras posturas (hiperextensión, cuclillas, posiciones incómodas, etc.)

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema músculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.

## Agente de riesgo

## Peligro

## Consecuencia

### Eléctrico

Energía eléctrica de muy baja tensión (MBT)

Fibrilación ventricular, quemaduras, shock.

Energía eléctrica de baja tensión (BT)

Fibrilación ventricular, quemaduras, shock.

Energía eléctrica de media tensión (MT): más de 1000 V y menor de 57.5 KV

Paro cardíaco, paro respiratorio, fibrilación ventricular, quemaduras severas, muerte.

Energía eléctrica de alta tensión (AT): mayor o igual 57.5 KV y menor o igual de 230 KV

Paro cardíaco, paro respiratorio, fibrilación ventricular, quemaduras severas, muerte.

Energía eléctrica de extra alta tensión (EAT): mayor de 230 KV

Paro cardíaco, paro respiratorio, fibrilación ventricular, quemaduras severas, muerte.

Energía estática

Fibrilación ventricular, quemaduras, shock, golpes, heridas, contusiones.

Iluminación deficiente o en exceso

Fatiga visual, cefalea, disminución de la destreza y precisión, deslumbramiento.

Radiaciones ionizantes (rayos X, alfa, beta y gama)

Alteraciones en tejidos blandos, quemaduras, cáncer, malformaciones congénitas y alteración de células madres.

Radiaciones no ionizantes (rayos X, alfa, beta y gama)

Alteraciones de la piel, deshidratación, alteración en algunos tejidos blandos (ojos).

Ruido

Pérdida auditiva inducida por ruido.

Temperaturas extremas por calor

Fatiga que puede producir disminución de la vigilancia, la destreza manual y la rapidez, mareos, desmayos por deshidratación, agravamiento de trastornos cardiovasculares.

Temperaturas extremas por frío

Fatiga, problemas cardiovasculares.

### Físico

Agente de riesgo	Peligro	Consecuencia
<b>Físico</b>	Disconfort térmico por calor	Alteraciones vasculares y nerviosas. Otras que incluyeron en los otros PFR como fatiga, etc.
	Disconfort térmico por frío	Fatiga, estrés.
	Vibraciones	Trastornos articulares, daños vasculares (venosos y arteriales), alteración del sistema nervioso central, pérdida de la capacidad auditiva, dolor de espalda, debilitación de la capacidad de agarre, disminución de la sensación y habilidad en las manos, blanqueo de los dedos o "dedos blancos", síndrome del túnel carpiano, trastornos de visión por resonancia, enfermedad de Raynaud.
	Presiones barométricas altas	Trastornos articulares, daños vasculares (venosos y arteriales), alteración del sistema nervioso central, pérdida de la capacidad auditiva, dolor de espalda, debilitación de la capacidad de agarre, disminución de la sensación y habilidad en las manos, blanqueo de los dedos o "dedos blancos", síndrome del túnel carpiano, trastornos de visión por resonancia, enfermedad de Raynaud.
<b>Físico - Químico</b>	Materiales y sustancias combustibles	Quemaduras, amputaciones, alteraciones de órganos y sentidos, muerte.
	Sustancias inflamables	Quemaduras, amputaciones, alteraciones de órganos y sentidos, muerte.
	Materiales y sustancias explosivas	Quemaduras, amputaciones, alteraciones de órganos y sentidos, muerte.

## Agente de riesgo

## Peligro

## Consecuencia

## Locativo

Pisos	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Plataformas	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Techos	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Paredes, muros, divisiones	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Estructura (vigas, columnas, etc.)	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Cielorrasos, cielos falsos	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Ventanas, claraboyas	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Puertas	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Rampas	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Escalas, escaleras	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Pasamanos, barandas	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Túneles	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Vías, caminos, senderos	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Almacenamiento	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Orden y aseo	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.

Agente de riesgo	Peligro	Consecuencia	
<b>Mecánico</b>	Izaje y cargas suspendidas	Golpes, contusiones, heridas, fracturas, muerte.	
	Superficies calientes	Quemaduras, laceraciones.	
	Partes en movimiento, sistemas de transmisión y puntos de operación	Heridas, amputaciones, trastornos de tejidos blandos, golpes, fracturas, muerte.	
	Proyección de partículas	Golpes, fracturas, heridas.	
	Objetos que caen, ruedan, se deslizan, se movilizan	Heridas, amputaciones, laceraciones, muerte.	
	Superficies o herramientas cortantes	Heridas, amputaciones, laceraciones.	
	Manejo de equipos, máquinas y herramientas manuales	Heridas, amputaciones, laceraciones.	
<b>Psicosocial</b>	Factores intralaborales, factores extralaborales, factores individuales	Fatiga, estrés, disminución de la destreza y precisión. Estados de ansiedad o depresión y trastornos del aparato digestivo.	
	Situación de atraco, robo u otras situaciones de violencia	Fatiga, estrés, disminución de la destreza y precisión. Estados de ansiedad o depresión y trastornos del aparato digestivo.	
<b>Públicos</b>		Movilización peatonal	Muerte, fracturas, contusiones, laceraciones.
<b>Tránsito</b>	Transporte de personas		Muerte, fracturas, contusiones, laceraciones.
	Transporte de mercancías		Muerte, fracturas, contusiones, laceraciones.
<b>Químicos</b>	Líquidos (nieblas y rocíos)	Quemaduras, trastornos inespecíficos del sistema nervioso, daño auditivo, respiratorio, hepático, renal o dermatológico, cáncer y muerte.	
	Sólidos (polvos orgánicos, polvos inorgánicos, fibras, humos metálicos y no metálicos)	Neumoconiosis, bisinosis, neumonitis, asma profesional, EPOC, cáncer y muerte.	

Agente de riesgo	Peligro	Consecuencia
<b>Químicos</b>	Gases y vapores	Cefaleas, temblores, falta de coordinación, náuseas, vómitos, somnolencia, acúfenos, parálisis, edema cutáneo, neuritis periférica, déficit cognitivo, alteraciones psiquiátricas, diabetes, hipertiroidismo, edema pulmonar, queratitis, dificultad respiratoria, irritación de vías respiratorias, ojos, piel y tracto gastrointestinal, quemaduras, anemia, hipertensión arterial, daño renal, disminución de la fertilidad, disminución de la libido, depresión, teratogenicidad, trastornos del sueño, trastornos de la memoria, convulsiones, coma, paro respiratorio y muerte.
<b>Tareas de alto riesgo</b>	Trabajo en alturas por encima de 1.50 metros. Sin sistemas de protección intrínseca	Politraumatismos y muerte.
	Trabajo en espacios confinados	Asfixia, alteraciones del sistema nervioso central, paros cardiorrespiratorios, muerte.
	Trabajo con energías peligrosas	Golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, electrocución, politraumatismos, muerte.
	Trabajo en excavaciones o brechas	Golpes, heridas, laceraciones, asfixia, intoxicación, electrocución, politraumatismos, muerte.
	Trabajos en caliente, corte y soldadura	Quemaduras, intoxicaciones, muerte.
<b>Procesos peligrosos</b>	Recipientes y sistemas a presión	Politraumatismos y muerte.
	Actividades en agua	Golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, barotrauma, embolia cerebral, síndrome de descompresión, muerte.
<b>Deportes y otras actividades</b>	Actividades deportivas	Contusiones, laceraciones, luxaciones, fracturas.

Agente de riesgo	Peligro	Consecuencia
<b>Salud pública</b>	Enfermedades transmitidas por el agua y los alimentos	
	Enfermedades inmunoprevenibles	
<b>Naturales</b>	Derrumbe, deslizamientos	Quemaduras, golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, politraumatismos, muerte.
	Inundación, desbordamiento de ríos	Quemaduras, golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, politraumatismos, muerte.
	Sismo, terremoto	Quemaduras, golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, politraumatismos, muerte.
	Precipitaciones, tormentas	Golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, electrocución, politraumatismos, muerte.
	Huracanes, vendaval	Golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, electrocución, politraumatismos, muerte.
	Tsunami, maremoto	Golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, electrocución, politraumatismos, muerte.
	Incendio forestal	Quemaduras, golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, politraumatismos, muerte.
	Erupción volcánica	Quemaduras, golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, politraumatismos, muerte.

sura 