

La Salud y Seguridad del Personal de Restaurantes

Pub. No. HS04-032B(4-06)

Introducción

Esta información proporcionará consejos prácticos a los empleadores sobre maneras de reducir riesgos de salud y seguridad asociados con el trabajar en la preparación de alimentos. El programa hace un resumen de las responsabilidades del empleador y sirve como una guía para los empleadores y el personal. Los riesgos principales de lesiones entre el personal de restaurantes son resbalos, cortaduras, quemaduras y lesiones a causa de levantar cargas pesadas o incómodas. Muchas lesiones en un restaurante o área de comer pueden evitarse al seguir unos pocos procedimientos sencillos.

Responsabilidades del Empleador

Se debe:

- asegurar la salud y seguridad de sus empleados y de aquellos (tales como contratistas y clientes) quienes tal vez sean afectados por sus actividades en los servicios alimenticios;
- realizar una valoración de riesgos para identificar cualquier riesgo y poner en práctica procedimientos para controlar y monitorear riesgos;
- discutir la salud y seguridad con los empleados o su representante designado;
- proporcionar equipo de protección personal;
- proporcionar instalaciones aceptables de primeros auxilios;
- proporcionar capacitación e información pertinente sobre riesgos a todo el personal incluyendo a trabajadores temporarios;
- asegurar que haya personal suficiente y con experiencia para dirigir actividades; y
- establecer procedimientos en caso de emergencia (o sea, incendio, accidente, robo, etc.).

Personal temporario

Es importante que el personal temporario de servicios alimenticios sea completamente informado sobre riesgos a la salud y seguridad en el lugar del trabajo y los pasos siendo tomados para controlarlos. Este personal tal vez no conozca el sitio del trabajo y además puede haber recibido poca o ninguna capacitación en la salud y seguridad.

Lugares o eventos en la obra y fuera de obra

Es particularmente importante que se realicen las valoraciones de riesgos, no solamente para los lugares permanentes de trabajo sino también para cualquier lugar provisional. El empleador debe establecer por adelantado si existen riesgos potenciales en el sitio del evento. Esto puede hacerse, por ejemplo, al inspeccionar el lugar de antemano. Esto permitirá la preparación de medidas de control antes de que tome lugar el evento.

El empleador debe asegurar que todos los lugares cumplan con los requisitos de salud y seguridad, por ejemplo, iluminación adecuada, suficiente espacio para moverse el personal y los clientes entre las mesas, y equipo eléctrico seguro.

Lista de Control para Personal de Restaurantes

La siguiente lista de medidas sencillas puede usarse por los gerentes de servicios alimenticios como lista de control para informar al personal, o por el personal por sí solo como recordatorio de buena práctica.

Distribución del lugar

Alerte al personal de peligros específicos de un lugar tales como:

- techos y dinteles bajos, piso o suelo desigual;
- rampas y pendientes (tal vez se necesite ayuda al empujar carretillas pesadas en estas).

Al limpiar equipo de restaurante

Platería

- Siempre use guantes al usar cualquier limpiaplata u otros agentes de limpieza.
- Siempre siga las instrucciones del fabricante o proveedor.

Cuchillos

- Los cuchillos de cocina y la cuchillería representan un riesgo al dejarse en fregaderos y otros contenedores llenos de agua.
- Limpie los cuchillos del lado desafilado, con la hoja orientada en dirección contraria a usted.
- Al transportar cuchillos, apunte la hoja para abajo.

La Cristalería

- Al pulir vasos, trate los bordes con cuidado.
- Maneje con cuidado los vasos enfriados; el vidrio es más frágil cuando está frío.

La Vajilla

- No los amontone demasiado alto; el peso puede sobrecargar fácilmente la estantería y el montón de platos puede caer.
- No sobrecargue las estaciones de servicio (por ejemplo, los montaplatos); el peso puede sobrecargar estantes y cajones.
- Abra los cajones de cubiertos lentamente (sobre todo si están llenos).

Preparaciones

Siempre verifique que las mesas estén seguras y que hayan sido ensambladas con seguridad antes de que cualquier equipo o comida se coloque sobre de ellas.

La Cuchillería

- Use contenedores/canastas de cuchillería para cargar la cuchillería.
- Almacene la cuchillería en canastas, mangos para arriba.
- Asegure manejar los cuchillos solamente por el mango.

La Cristalería

- Al hacer preparaciones para numerosas personas, use canastas o charolas diseñadas para transportar vasos.
- Levante los vasos por el pie.
- No golpee vasos uno contra otro ya que esto los debilita internamente.

Transportando charolas y levantando cosas

- Distribuya la vajilla y cuchillería uniformemente en las charolas.
- Cargue solamente el peso que sienta seguro y cómodo.
- Pida ayuda al supervisor para transportar cosas pesadas o incómodas.
- Sepa el destino de las cosas antes de moverlas.
- Asegure que el camino esté libre de obstrucciones antes de empezar a caminar.

Cafeteras

- Opérelas solamente al ser completamente capacitado.
- Siga las instrucciones del fabricante para llenar y hacer funcionar las cafeteras no importa que sean de mucha o poca capacidad.

Materiales flamables y potencialmente explosivos (metanol, cilindros de gas, aerosoles, cerillos)

- Manéjelos solamente al ser completamente capacitado.
- Almacene los materiales fuera de calor y sol directo..
- Siga las instrucciones del fabricante o proveedor al cargar equipo con metanol o al cambiar cilindros de gas, incluyendo lo que se debe hacer por si empiezan a perder contenido.
- Use cerillos y astillas para prender velas y calentadores.
- Coloque velas y quemadores muy lejos de adornos de mesa, cortinas, telas, y bebidas alcohólicas.

Vestuario del personal

Calzado

- Use calzado sólido y apropiadamente ajustado para reducir el riesgo de resbalos, tropiezos, y caídas.
- El calzado que cubre el pie retrasa la penetración de calor a los pies debido a derrames de líquidos calientes.

Ropa

- No use faldas largas con colas ya que aumentan el riesgo de tropiezos.
- No use mangas largas y sueltas ya que pueden enredarse en las manillas de puertas y los respaldos de las sillas de los clientes y pueden prenderse fuego de las velas.

Cabello

- Amarre el cabello largo o recójalo a toda hora para prevenir que:
 - llegue a estar en contacto con llamas (quemadores portátiles, velas) o
 - llegue a enredarse al pasar por cortinas de plástico en las puertas.

Sirviendo comida y copas

Puertas de Vaivén

- Esté consciente de las rutas de entrada y salida si se usan puertas de vaivén, o si no se usan, esté consciente que puede haber diferentes puertas de entrada o salida al área de servicio/cocina.
- Pase por esta clase de puertas de lado o hacia atrás para empujarlas con el cuerpo (y no la charola).
- Si es que hay una sola puerta de vaivén de entrada/salida, cerciórese, si es posible, que nadie venga de la dirección contraria, por lo demás acérquese con cautela.

Transportando charolas o platos

- Asegúrese de que estén seguros y fáciles de cargar.
- Distribuya artículos uniformemente en la charola.
- Ponga alimentos y bebidas calientes en el centro de las charolas para asegurar que los derrames terminarán en la charola y no en usted, otro personal, clientes, o en el piso.

Transportando líquidos

- No sobrellene los contenedores (o sea soperas, ollas de café o té).

Transportando platos o platillos calientes

- Use un trapo grueso y seco (los trapos mojados pasan más rápido el calor y aumentan el riesgo de quemaduras).
- Advierta a los clientes (especialmente a los niños) si los platos, platos hondos, o tarros y tazas están calientes.
- Preste atención especial al llevar platos o platillos calientes por escaleras.

Champaña

- Después de quitar la tapa de aluminio, mantenga presión en el corcho con el trapo o el dedo mientras quita el gancho.
- Después tape el corcho con el trapo y saque el corcho lentamente (para controlar el escape de presión de la botella) al girar la botella y no el corcho.

Montaplatos

- Use solamente después de recibir instrucciones del supervisor.
- Nunca cancele el interruptor de seguridad.

Clientes

- Esté consciente de que los clientes (particularmente los niños) pueden moverse de repente o empujar las sillas hacia atrás justamente al servir la comida.
- Si hay poco espacio al servir, pida cortésmente al cliente que se haga a un lado.
- Asegure que los clientes no lleguen a estar en contacto con superficies calientes.
- Tenga cuidado con bolsas, maletines, y abrigos en el piso.
- Conozca los remedios para tomar al tratar con clientes borrachos o agresivos.

Derrames

- Limpie de inmediato si hay riesgo de resbalos al servir, o cierre el área hasta que se limpie.

Limpiando las mesas

- Nunca use una charola rota.
- Asegure que esté estable la charola y agárrela bien antes de poner cosas pesadas en ella (ponga estas cosas en el centro de la charola).
- No sobrecargue las charolas; asegure distribuir el peso uniformemente por la charola.
- Use charolas que permiten agarrarse más o menos a lo ancho de los hombros.
- Detenga la charola con las dos manos, especialmente si está completamente llena.
- Amontone platos del mismo tamaño juntos.
- Nunca empalme las tazas más de dos, una encima de otra.
- Ponga cubiertos similares juntos en la charola (para evitar riesgos de cortaduras al separarlos antes de lavar)
- Use una charola aparte para llevar vasos.
- Al limpiar sin charola, amontone los platos en el brazo en capas equilibradas, colocando los cubiertos con seguridad.
- No cargue más de lo que se puede llevar fácilmente sin peligro.
- Al quitar basura, asegure que todos los cigarrillos y puros estén apagados y desechados en un contenedor de metal aparte que no tenga papel.
- Deseche con mucho cuidado vidrio o platos rotos en un contenedor designado.

Terminando servicios

- Los quemadores portátiles tienen que apagarse al terminar de usarse.
- Asegúrese que las velas estén apagadas.
- Inspeccione el área para cigarrillos desechados.
- Apague equipo eléctrico.
- No amontone sillas y mesas arriba de lo alto del pecho.
- No amontone muebles en rutas de evacuación, en pasillos, o atrás de puertas.

Emergencias

- Sepa que hacer en caso de accidentes, incendios, u otras emergencias.

El Departamento de Seguros de Texas, División de Compensación para Trabajadores tiene las siguientes publicaciones para ayudar a asegurar un ambiente seguro de trabajo para el personal de restaurantes:

- Manual Material Handling, Workplace Program (Programa sobre el Manejo Manual de Materiales)
- First Aid for Burns, Take 5 (Primeros Auxilios para Quemaduras)
- Hurry Up Can Hurt, Take 5 (El Apuro Puede Lastimar)
- Slips and Falls, Take 5 (Resbalos y Tropiezos)
- Back Injury Prevention, Safety Training Program (Programa de Capacitación de Seguridad sobre la Prevención de Lesiones a la Espalda)

Recuerde poner en práctica la seguridad. No la aprenda por accidente.

Preguntas de Repaso

1. ¿Cuáles son los riesgos de lesiones al personal de servicios alimenticios?
2. ¿Cuáles son algunos de los requisitos de salud y seguridad para un restaurante?
3. ¿Por qué es importante usar calzado bien ajustado?

Respuestas

1. Tropiezos y resbalos, quemaduras, y lesiones de levantar cosas pesadas o incómodas.
2. Iluminación adecuada, suficiente espacio para el movimiento de personal y clientes entre las mesas, y equipo eléctrico seguro.
3. Para prevenir resbalos, tropiezos, y caídas.

Este programa de capacitación sobre la seguridad se publicó con información del Ejecutivo de Salud y Seguridad, y el Departamento de Seguros de Texas, División de Compensación para Trabajadores.

Recursos

El Centro de Recursos del Departamento de Seguros de Texas, División de Compensación para Trabajadores ofrece una biblioteca de videos sobre la seguridad y salud del trabajador. Llame al (512) 804-4620 para mayor información o visite nuestra página web a <http://www.tdi.state.tx.us/wc/safety/employers.html>.