Prevención de riesgos en la gastronomía

Caídas, golpes, cortes, quemaduras, incendios o explosiones son algunos de los riesgos más comunes que implica el trabajo gastronómico y hotelero. Conozca cuáles son los peligros de las actividades en este sector productivo y cuáles son las medidas de prevención más pertinentes para afrontarlos.

Los riesgos presentes en los trabajos gastronómicos son múltiples y es necesario conocerlos para poder prevenir su acontecimiento, porque el ritmo con el cual se realizan estas actividades suele ser intenso debido a la variedad de tareas.

Los riesgos de accidentes pueden afectar tanto a quienes realizan estos trabajos, como también a aquellos que los rodean. Los accidentes no suceden por casualidad. El estudio y análisis generalmente indica que se debe a actos inseguros y a condiciones inseguras que se deben evitar en los entornos de trabajo.

El crecimiento sostenido del turismo y de servicios gastronómicos involucra nuevos desafíos para satisfacer la demanda de los mismos. La Federación Empresaria, Hotelera Gastronómica de la República Argentina (FEHGRA) afirma que *"proyectan un importante incremento de la necesidad de personas capacitadas, que alcanzaría a 100 millones de trabajadores, en todo el mundo, en este siglo. En este contexto, la capacitación surge como una herramienta fundamental para alcanzar la competitividad de las empresas del sector".*

Este artículo realizará una descripción detallada de los riesgos más comunes que ocurren en este rubro productivo: caídas en el mismo nivel/y/o distinto nivel, cortes, golpes, quemaduras, contactos eléctricos, ruidos, exposición a sustancias peligrosas, riesgos ergonómicos y biológicos. Asimismo, explicaremos las medidas de prevención adecuadas para evitar estos peligros laborales.

Riesgos presentes en el trabajo en hoteles y gastronómico

1. **Riesgos de caídas en el mismo nivel**

Existen muchas circunstancias en el entorno laboral que pueden desencadenar un accidente de este tipo, además los trabajadores pueden incrementar el riesgo si cometen actos incorrectos.

Causas

- Superficies de tránsito sucias (escaleras, pasillos, etc).
- Suelos mojados y/o resbaladizos (grasas, aceites, etc).
- Superficies irregulares o con aberturas.
- Superficies de trabajo improvisadas.
- Superficies de tránsito obstruidas.
- Desorden.

- Usar calzado inadecuado.
- Falta de iluminación.
- Suelo con fallas o irregularidades, o desniveles imperceptibles.

Medidas de Prevención

- ✓ Limpieza de líquidos, grasas y otros vertidos que puedan caer al suelo,
- ✓ Eliminar del suelo suciedades y obstáculos con los que se pueda tropezar,
- ✓ Colocar revestimiento o pavimento de características antideslizantes,
- ✓ Usar calzado adherente, que se sujete bien al pie,
- ✓ Caminar despacio, sin correr.

Tratamiento para la basura

- ✓ La basura debe localizarse en un área limpia, fresca y alejada de la producción de alimentos.
- ✓ Se debe retirar lo antes posible, para evitar que la humedad que contiene se traslade a los suelos del área de producción de alimentos.
- ✓ El recipiente contenedor de basura debe vaciarse al completar los 2/3 de la bolsa de residuos.
- ✓ Los recipientes para la basura deben ser durables, con tapas, fáciles de limpiar y desinfectar y repelentes al agua. Los recipientes para exterior deben tener tapas herméticas.
- ✓ No deben gotear líquidos.
- ✓ Las bolsas para la basura deben ser resistentes al acarreo.
- ✓ Debe haber suficientes recipientes para la basura generada.
- ✓ Deben lavarse y desinfectarse todos los días.
- ✓ Los materiales deben ser plástico u otro material resistente a la corrosión.

2. Riesgos de caídas a distinto nivel

Las caídas a distinto nivel es uno de los accidentes laborales cuyas consecuencias pueden ser muy graves. Por esa razón es necesario tomar recaudos necesarios con el objeto de disminuir el riesgo de sufrir un accidente de este tipo.

Causas

- Escaleras en malas condiciones.
- Superficies de trabajo improvisadas.
- Falta de iluminación y señalización.
- Subir la escalera con una o ambas manos ocupadas.
- Escalera muy corta para la altura a alcanzar.

Medidas de prevención

- ✓ Evitar correr dentro del hotel, recinto de trabajo o por las escaleras.
- ✓ Al bajar por la escalera se deberá utilizar el respectivo pasamano.
- ✓ Incorporar cintas antideslizantes y señalización en las escaleras.

- ✓ En caso de tratarse de una escalera de evacuación, mantener bien cerradas las puertas que forman la caja de la escalera.
- ✓ Revisar que las escaleras tengan bien demarcadas la ruta de evacuación.

Al utilizar escalera de mano:

- ✓ Inspeccionar la escalera. Controle que los escalones no estén sucios, que los tornillos estén bien ajustados.
- ✓ Usar calzado adecuado. Los zapatos con tacos pueden provocar un accidente.
- ✓ Colocar la escalera sobre una superficie firme.
- ✓ Se recomienda usar una escalera tipo tijera. Caso contrario ubicar la escalera en posición correcta, ajuste las trabas.
- ✓ Verificar que disponga de una cadena o cable de sujeción para limitar su apertura máxima antes de subirse.
- ✓ Subir y bajar la escalera siempre de frente a la misma.
- ✓ Revisar dónde se encuentra el objeto que desea alcanzar y que peso posee.
- ✓ Nunca debe haber más de una persona sobre la escalera.
- ✓ No buscar objetos alejados, se puede perder el equilibrio.

3. Riesgo de Cortes

El uso de máquinas y utensilios manuales lo exponen a riesgo de cortes. Por ello es necesario verificar que las máquinas cuentes con protección de las partes móviles, no utilizar utensilios defectuosos, seguir los procedimientos de trabajo y emplear siempre los elementos de protección personal adecuados al riesgo, entre otras medidas.

Causas de cortes con máquinas y/o elementos manuales

- Máquinas sin protecciones de las partes móviles.
- Máquinas y/o utensilios defectuosos.
- Falta de concentración, juegos y distracciones entre compañeros.
- No usar elementos auxiliares.
- Falta de conocimiento y entrenamiento.

Medidas de Prevención

- ✓ Revisión periódica del estado del elemento a utilizar y de los dispositivos de bloqueo.
- ✓ Emplear elementos auxiliares.
- ✓ Entrenamiento adecuado.
- ✓ Utilizar los elementos de protección personal necesarios en cada operación.
- ✓ Generar procedimientos de trabajo.
- ✓ Guardar el elemento en un lugar adecuado luego de utilizarlo.

4. Riesgo de golpes

En la actividad cotidiana existe riesgo de golpearse por, con o contra objetos, materiales o estructuras. Por ello, no deben acumularse cosas innecesarias que sólo sirven como obstáculos contra los cuales golpearse. Se deben prevenir las siguientes causas de golpes:

- Descuido.
- Falta de concentración.
- Falta de iluminación.
- Falta de orden y planificación.
- Sobrecarga de las estanterías.
- La ubicación y operación de máquinas y equipos pueden constituirse en obstáculos para el personal.
- La operación de máquina y equipos puede obligar a esfuerzos o posiciones que con el tiempo resulten en lesiones permanentes.
- Carros estacionados provisoriamente en pasillos y lugares de paso.
- Objetos pequeños dejados momentáneamente, por ejemplo: útiles de limpieza, herramientas y materiales utilizados en alguna operación de mantenimiento (aceites, jabones, detergentes, etc.).
- Esquinas ciegas y oscuras.

Medidas de prevención

- ✓ Sujetar o anclar firmemente las estanterías a elementos sólidos, como paredes o suelos, y poner los objetos más pesados en la parte más baja de las mismas.
- ✓ Señalizar lugares donde sobresalgan objetos, maquinas o estructuras móviles.
- ✓ Mantener la iluminación necesaria para los requerimientos del trabajo.
- ✓ Eliminar cosas innecesarias.
- ✓ Ordenar en los lugares correspondientes.
- ✓ Mantener las vías de tránsito despejadas.

5. Riesgo de Quemaduras

El contacto con las superficies calientes como ollas y hornos, y la posibilidad de contacto con líquidos a altas temperaturas lo exponen al riesgo de quemaduras. Entre las causas de quemaduras, destacamos:

- Contacto con superficies calientes (ollas, hornos y placas calientes).
- Contacto con líquidos calientes.
- Escape de vapor o agua muy caliente en una falla de la cañería.
- Derrame de líquido combustible o inflamable sobre o cerca de llamas abiertas o puntos calientes, entre otras.

Medidas de prevención

- ✓ Instalar las superficies de trabajo alejadas de las fuentes de calor.
- ✓ Mantención preventiva que evite el deterioro de aislamientos térmicos de calderas, hornos, etc.
- ✓ Utilizar los elementos de protección adecuados a la tarea a desarrollar.
- ✓ Generar procedimientos de trabajo.

6. Riesgo de contactos eléctricos

Evitar los contactos directos e indirectos con la electricidad, aprovechar el uso seguro de la corriente eléctrica. Entre las causas de los contactos eléctricos destaca: contacto directo (con la parte activa), contacto indirecto con masas (falta de puesta a tierra, falta de aislamiento) y estática.

Medidas de prevención

- ✓ Revisar periódicamente la instalación eléctrica.
- ✓ Comprobar interruptores diferenciales.
- ✓ Utilizar maquinas y equipos que tengan incorporada la tierra de protección.
- ✓ No usar tomacorrientes deteriorados, ni sobrecargar circuitos.
- ✓ No intervenir máquinas ni equipos eléctricos.
- ✓ No utilizar aparatos eléctricos con las manos mojadas o húmedas.
- ✓ No ocupar máquinas y equipos que estén en mal estado.
- ✓ Utilizar los elementos de protección personal necesarios para los trabajos a realizar.

7. Riesgos físicos

Entre los riesgos físicos se encuentran: Ruido, carga térmica (calor), bajas temperaturas e iluminación.

Medidas de Prevención

- ✓ Utilizar los protectores auditivos.
- ✓ Hidratarse constantemente en lugares cálidos.
- ✓ Ventilar periódicamente los lugares natural o mecánicamente.
- ✓ Usar ropa térmica para el ingreso a lugares de baja temperatura.
- ✓ Mantener una iluminación uniforme que se adapte a los requerimientos de la actividad a realizar.

8. Riesgos químicos

Este tipo de riesgo se asocia al contacto con productos químicos o sustancias utilizados en las tareas de limpieza, lubricación o pintura, como por ejemplo detergentes, sustancias cáusticas, solventes, etc. El estado de la sustancia puede ser sólido, líquido o gaseoso. Las sustancias pueden ingresar al organismo por vía oral, respiratoria, cutánea y por los ojos.

Medidas de Prevención

- ✓ Conocer la composición de los productos utilizados.
- ✓ Sustituir sustancias peligrosas por otras con las mismas propiedades, pero que generen menos riesgos en las personas.
- ✓ Renovación periódica del aire en el ambiente de trabajo (ventilación / extracción forzada o natural).
- ✓ Tener las hojas de datos de las sustancias de alta peligrosidad.
- ✓ Mantener los recipientes bien cerrados, etiquetados, y en sitios ventilados.
- ✓ Restringir su uso sólo a personal autorizado.

- ✓ Utilizar siempre los elementos de protección personal según el producto a manipular (máscaras, antiparras, etc).
- ✓ Generar procedimiento de trabajo.

9. Riesgos Ergonómicos

Entre ellos podemos mencionar las posturas estáticas y forzadas, gestos repetitivos, objetos muy pesados que exceden nuestra capacidad y al intentar transportarlos realizamos sobreesfuerzos. También incide la falta de elementos auxiliares para el transporte menor (ejemplo: un carro).

Medidas de Prevención

- ✓ Para el control de riesgos en la actividad (tendido de camas, transporte de equipaje, limpieza, cocina, servicio de comidas y bebidas, traslado de objetos y utensilios, etc.), es clave conocer las características de los materiales que se trasladan de un sitio a otro.
- ✓ Utilizar los equipos auxiliares para el movimiento de carga.
- ✓ Respetar cargas máximas según sexo y edad.
- ✓ Generar procedimiento de manejo de materiales.
- ✓ Posibilitar cambios de posturas o pausas de trabajo.
- ✓ Solicitar ayuda.

10. Riesgos biológicos

Este riesgo consiste en la presencia de un organismo, o la sustancia derivada de un organismo, que plantea sobre todo una amenaza a la salud humana (una contaminación biológica). Puede encontrarse en los alimentos, el agua, en animales domésticos, residuos y/o plagas.

Causas

- Existencia de agua no potable para el consumo en el local.
- Presencia de animales domésticos (portadores de microorganismos).
- Corte en la cadena de frío de los alimentos.
- Presencia de plagas en depósitos, cocinas y alacenas que almacenan comida (roedores, cucarachas, gorgojos, entre otros).
- Aguas residuales no debidamente eliminadas. El agua utilizada para la limpieza, preparación de sustancias alimenticias, lavado de alimentos frescos, etc.

Medidas de prevención

- ✓ Realizar análisis y/o estudios del agua.
- ✓ Orden y limpieza.
- ✓ Evitar que se corte la cadena de frío de los alimentos.
- ✓ Programar servicios de desinfección antiplaga mensuales.

Fuentes:

- Curso Virtual FISO Prevención de Riesgos en la Gastronomía
- Manual de Seguridad e Higiene en Hotelería y Gastronomía de la Federación Empresaria Hotelera y Gastronómica de la República Argentina y el Consejo Federal de Inversiones
  http://www.smandeshoteles.com.ar/contenidos/pdf/manual_seguridad.pdf