



CODIGO DE BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS

SECTOR DE HOSTELERIA

PLAN GENERAL DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS 2015



1.- INTRODUCCION Y OBJETIVOS

En Hostelería, como en cualquier otro sector productivo se encuentran presentes riesgos derivados del desarrollo de la actividad que pueden afectar a la seguridad y salud de los trabajadores ocasionando en determinados casos accidentes de trabajo o enfermedades profesionales y en circunstancias más favorables “solamente” daños materiales o interrupciones indeseadas del proceso productivo.

Por este motivo, además de por ser requisito exigido por la legislación vigente para las empresas, se deben establecer las medidas oportunas para contribuir a la reducción o eliminación de estos riesgos laborales.

Estas medidas afectan a múltiples ámbitos de actuación, desde la formación de una organización preventiva en la empresa y su enraizamiento en la estructura jerárquica de la misma, a la aplicación de un plan de prevención del que no estarán ausentes la evaluación de los riesgos laborales y la consecuente planificación de la acción preventiva.

No menos importante resultará la formación de los trabajadores, facilitarles la información precisa así como habilitar los cauces oportunos de participación de los mismos en las decisiones que puedan afectar a la prevención de los riesgos laborales en la empresa.

A través de este código de buenas prácticas se pretende contribuir a mejorar la acción preventiva en las empresas del sector, mediante la aplicación de acciones que incidan de manera especial tanto en la organización de la prevención en las mismas como en la planificación de acciones tendentes a disminuir la incidencia de aquellos factores de riesgo más frecuentes en el sector de actividad, además de informar a las empresas sobre algunos de los requisitos legales en materia preventiva que deben contemplarse.

Lo incluido en este documento se basa en criterios generales en función del contenido de la normativa, si bien debe recordarse que corresponde a los órganos jurisdiccionales la interpretación de dicha normativa, además de la aplicación que de la misma puedan realizar, para cada caso concreto, los órganos administrativos competentes.

2.- MARCO LEGAL Y CONCEPTOS BASICOS

La prevención de riesgos laborales en nuestro país se encuentra regulada, básicamente, por la Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales y sus reglamentos complementarios y de desarrollo. De éstos destaca por su importancia a efectos de organización y gestión preventiva en la empresa el Real Decreto 39/97 por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.

Los Reglamentos derivados o complementarios a la Ley, regularán aspectos particulares o más concretos del ámbito preventivo (Lugares de Trabajo, Equipos de trabajo, Señalización, Riesgo eléctrico, Riesgos en actividades de construcción, Equipos de protección individual, etc.)

Con independencia de ello, existe normativa que, siendo anterior a la vigencia de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, continúa vigente regulando aspectos particulares de la acción preventiva (Reglamentos sobre plomo metálico, cloruro de vinilo monómero, etc.).

Igualmente existe numerosa normativa Jurídico-Técnica que, como su denominación parece hacernos ver, regula fundamentalmente aspectos técnicos, pero que pueden tener relevancia a efectos de prevenir riesgos durante el desarrollo de la actividad laboral (básicamente Reglamentos industriales).

Por último cabe destacar el papel que las normas convencionales (Convenios Colectivos) pueden desempeñar en la regulación de condiciones de trabajo a efectos preventivos en sus correspondientes ámbitos de aplicación.

La Ley 31/95 de Prevención de riesgos laborales constituye el marco básico en el que se desenvuelve la prevención en nuestro país. Establece un régimen de responsabilidades y obligaciones tanto de las empresas como de los trabajadores así como de las distintas administraciones públicas.

Por lo que respecta a las empresas, éstas están obligadas a desarrollar las actividades preventivas acogiéndose a alguna de las modalidades de organización específica que se les brindan, en función de sus particulares características (tamaño de la empresa, peligrosidad de la actividad desarrollada, etc.).

Igualmente deberán realizar cuantas actividades sean necesarias para que el desempeño de la actividad no represente un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. Estas actividades se desarrollarán y articularán básicamente entorno al Plan de prevención, evaluación de los Riesgos, la planificación de la acción preventiva, la vigilancia de la salud, el desarrollo de la información y la formación de los trabajadores, etc.

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales desarrolla algunos conceptos básicos y definiciones que pueden resultar importantes a la hora de clarificar determinados aspectos en materia preventiva. Se señalan a continuación algunos de ellos:

Prevención: Será “el conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo”.

Riesgo Laboral: “la posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo. Para calificar un riesgo desde el punto de vista de su gravedad, se valorarán conjuntamente la probabilidad de que se produzca el daño y la severidad del mismo”.

Quizás uno de los más significativos por su repercusión y amplitud sea el de **Condición de trabajo** que se define en la Ley como “cualquier característica del mismo que pueda tener una influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores”.

Dentro de esta definición se abarcan aspectos tales como:

Las características generales de los locales e instalaciones

- ¿donde se desarrolla la actividad?.
- ¿en qué condiciones se encuentra?.
- ¿con que medios de protección cuenta?.
- ¿De qué medidas de emergencia y evacuación dispone?.
- Etc.

Las características generales de los equipos, productos y demás útiles

- ¿Que equipos de trabajo, herramientas y productos se utilizan?.
- ¿En que estado de conservación se encuentran?.
- ¿Están sometidos a un mantenimiento y control periódico?.
- ¿Cuentan con las protecciones adecuadas?.
- Etc.

La naturaleza de los agentes físicos, químicos y biológicos presentes en el ambiente (intensidades y concentraciones). Los procedimientos para su utilización

- ¿Existe exposición a agentes de este tipo?.
- ¿Pueden resultar peligrosos?.
- ¿Sus concentraciones o niveles de presencia pueden dañar la salud?.
- ¿Se manipulan o utilizan de forma adecuada?.
- ¿Se cuenta con los equipos de protección adecuados?.
- Etc.

Otras características del trabajo incluidas las relativas a su ordenación y organización

- ¿Cuentan los trabajadores con la formación preventiva adecuada?.
- ¿Han sido informados de los riesgos de su actividad y de las correspondientes medidas preventivas?.
- ¿Cuenta la empresa con una organización preventiva apropiada?.
- ¿Se encuentra adecuadamente integrada la prevención en la empresa?.

Como se ve, las condiciones de trabajo a efectos de prevención de riesgos afectan a la práctica totalidad de los aspectos de la actividad dado que cualquiera de ellos, en circunstancias desfavorables puede incidir en la generación de riesgos para los trabajadores.

Es responsabilidad de la empresa que estas condiciones de trabajo no sean fuente de riesgo para los trabajadores.

Queda por ver, cómo la empresa podrá lograr el objetivo de que no se generen riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores. Para ello la legislación nos da una serie de pautas:

- 1- Estableciendo una organización preventiva adecuada a las circunstancias de la empresa.
- 2- Integrando la prevención en el sistema general de gestión de la empresa como una actuación más a desarrollar, comprendiendo su conjunto de actividades así como a todos sus niveles jerárquicos. Esta integración se desarrollará a través de la implantación y aplicación de un Plan de Prevención de Riesgos Laborales.
- 3- Favoreciendo la colaboración de los trabajadores y su integración en materia preventiva a través de sus órganos de participación.
- 4- Adoptando los instrumentos básicos para la gestión y aplicación del Plan de Prevención como son la Evaluación de Riesgos y la planificación de la acción preventiva.

El Plan de Prevención será el instrumento esencial a través del cual se integrará la actividad preventiva de la empresa en su sistema general de gestión y se establecerá

su política en materia de prevención. Deberá ser aprobado por la Dirección de la Empresa y asumido por su estructura organizativa.

La Evaluación de riesgos, como instrumento básico de la gestión y aplicación de la acción preventiva, se encuentra destinada a estimar la magnitud de los riesgos que no se hayan podido evitar obteniendo la información necesaria para que la empresa pueda decidir respecto a la adopción de medidas preventivas y, en su caso, sobre el tipo de medidas a adoptar.

Nos encontramos en este caso, ante un punto de partida, diagnóstico del estado de la empresa en materia de seguridad y salud, necesario para desarrollar ulteriores acciones de corrección si fuera necesario. En resumen, debo saber como me encuentro para determinar lo que debo hacer para que las “condiciones de trabajo” no sean lesivas para mis trabajadores.

Esta evaluación o diagnóstico inicial deberá repetirse en determinadas circunstancias (cuando cambien las condiciones de trabajo, incorporación de nuevos trabajadores especialmente sensibles, cuando se hayan detectado daños para la salud de los trabajadores que hagan pensar en una inadecuación de las actividades preventivas o su insuficiencia).

Cuando el resultado de la evaluación ponga de manifiesto situaciones de riesgo, el empresario deberá planificar la actividad preventiva con el fin de controlar o reducir dichos riesgos conforme a un criterio de prioridades en función de su importancia y/o número de trabajadores que puedan verse afectados.

En la planificación se tendrá en cuenta la posible existencia de reglamentación sobre riesgos específicos y los principios generales de la acción preventiva (Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales).

Por tanto, una vez detectados los riesgos y evaluada su magnitud (Evaluación), se deben planificar las acciones tendentes a su reducción o eliminación.

La planificación deberá incluir necesariamente, no solo los aspectos técnicos o materiales sino también aquellos que afecten a la organización así como a la formación de los trabajadores de la empresa.

Por ultimo señalar que siempre se deberá prestar atención para poder desarrollar una política de prevención óptima, a la canalización y puesta en marcha de los mecanismos de información, consulta y participación de los trabajadores, elemento esencial en este ámbito.

3.- DERECHOS Y DEBERES DE EMPRESA Y TRABAJADORES

La legislación en prevención establece una serie de derechos y deberes de empresa y trabajadores en materia de prevención que, además de por ser requisito legal, constituyen una base imprescindible para conseguir una eficaz gestión de la prevención en la empresa y coadyuvan a la consecución de los objetivos deseados y ya señalados en apartados anteriores.

Entre estos derechos y deberes podemos destacar:

- **Información**

Se debe garantizar que los trabajadores se encuentren informados de los riesgos presentes en el trabajo tanto los generales de la empresa como los particulares de cada puesto o tarea, así como las medidas de prevención y protección aplicables a dichos riesgos y las medidas de emergencia previstas.

Tengamos en cuenta que resulta esencial que los trabajadores sepan qué riesgos genera la actividad y que medidas de prevención se deben adoptar para evitarlos. El conocimiento de los riesgos redundará en una mayor seguridad en la actividad.

- **Formación**

Se debe asegurar que los trabajadores reciben una formación adecuada, teórica y práctica en materia preventiva, tanto en el momento de su incorporación como cuando se produzcan cambios en sus funciones, tareas o se introduzcan cambios en los equipos de trabajo que utilicen.

La formación deberá ser específica del puesto de trabajo o función que desempeñen.

- **Consulta y participación**

El empresario debe consultar a los trabajadores, permitiendo su participación, en lo referente a las materias que puedan afectar a la seguridad y salud en la empresa. Los trabajadores podrán efectuar propuestas para la mejora de los niveles de seguridad y salud en la empresa.

Esta participación se podrá canalizar en la mayoría de los casos a través de órganos de representación de los trabajadores específicos en materia de prevención (Delegados de Prevención, Comités de Seguridad y Salud).

- **Vigilancia de la salud**

La empresa debe garantizar a los trabajadores la vigilancia periódica de su salud en función de los riesgos de la tarea.

Esta vigilancia, se llevará a cabo con el consentimiento del trabajador, exceptuando determinados casos.

Las medidas de vigilancia de la salud se llevarán a cabo respetando el derecho a la intimidad y dignidad de la persona del trabajador y la confidencialidad de la información relacionada con su estado de salud.

Los trabajadores, por su parte, deben velar por su propia seguridad y por la de aquellos otros a los que les pueda afectar su propia actividad.

Conforme a su formación y siguiendo las instrucciones del empresario deben, entre otras cosas:

- Usar adecuadamente los equipos de trabajo, sustancias, etc. Utilizados en su actividad.
- Utilizar correctamente los medios y equipos de protección facilitados por la empresa.

- No poner fuera de servicio y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad con los que pueda contar el centro de trabajo o los equipos utilizados.
- Cooperar con la empresa para que se puedan garantizar unas condiciones de trabajo seguras.

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales (Ley 31/95) establece una serie de figuras para poder materializar la representación de los trabajadores en materia de seguridad y salud que, como se indicó con anterioridad, serán en muchos casos, las que canalizarán los derechos de información y consulta además de constituir, en uno de los casos, un importante foro de participación

- **Delegados de Prevención**
Son los representantes de los trabajadores con funciones específicas en materia de prevención de riesgos laborales y serán designados por y entre los representantes del personal en el ámbito de sus órganos de representación.

Su número seguirá una escala relacionada con el número de trabajadores de la empresa desde un mínimo de 1 a un máximo de 8 Delegados de Prevención.

- **Comité de Seguridad y Salud**
Es el órgano paritario y colegiado de participación destinado a la consulta regular y periódica de las actuaciones de la empresa en materia de prevención de riesgos laborales.

Se formará un Comité de Seguridad y Salud en todas las empresas o centros de trabajo que cuente con 50 o más trabajadores.

Estará formado por un lado por los Delegados de Prevención y por otro lado por el empresario y/o sus representantes en igual número al de los Delegados de Prevención.

Se reunirá trimestralmente y siempre que sea solicitado por alguna de sus representaciones.

Entre sus funciones concretas estará la participación en la elaboración y puesta en práctica de los planes y programas de prevención y la promoción de iniciativas sobre métodos y procedimientos para la prevención de riesgos.

4-ACTIVIDADES Y PROCESOS EN EL SECTOR DE HOSTELERÍA

El sector de actividad de hostelería abarca una gran variedad de establecimientos y actividades relacionadas que, en buena parte de los casos, implica una igualmente variada gama de riesgos y condiciones de trabajo. Pensemos por ejemplo en el personal que se encuentra desarrollando su tarea en cocinas (cocinero, ayudante de cocinero, lavaplatos, etc.), en el servicio de habitaciones de un hotel, el personal de recepción de ese mismo hotel, etc.

Como se aprecia, la diversidad de tareas puede resultar muy importante por lo que este código, referido al sector de Hostelería, tiene que resultar necesariamente, generalista.

Como punto de partida, podemos señalar algunas de las actividades más significativas que pueden formar parte del Sector:

- **Hoteles**
Incluiría Hoteles, Moteles, hostales, pensiones, posadas, apartahoteles, etc.
- **Restaurantes.**
Abarcaría Restaurantes, Restaurantes autoservicio, establecimientos de comida rápida, restaurantes de comida para llevar, cafeterías, etc.
- **Establecimientos de bebidas.**
Incluyendo bares, cervecerías, terrazas, clubes nocturnos.
- **Comedores colectivos y provisión de comidas preparadas.**
Tendrían cabida en este apartado los comedores escolares, universitarios o de empresa, el suministro de comidas preparadas para empresas, para banquetes, bodas, etc.

Respecto de las ocupaciones más frecuentes incluidas en el sector podemos señalar, entre otras:

- **Camarero/a**
Tareas de atención al público, manipulación de alimentos, servicio de bebidas y comidas. Tareas de control de alimentos, bodega, etc.
- **Cocinero/a**
Manipulación de alimentos, preparación de comidas, control de almacén y cámaras, etc.
- **Servicio de habitaciones y limpieza**
Limpieza y preparación de habitaciones y zonas comunes, limpieza de menaje en las áreas de cocina, etc.
- **Recepcionistas.**
Atención a clientes, tareas de tipo administrativo, facturación, reservas, etc.
- **Mozos de equipajes.**
Porte de equipajes y bultos de los clientes, ubicación en las habitaciones o estancias.
- **Administración**
Tareas administrativas generales relacionadas con la gestión de la actividad de los centros.
- **Mantenimiento**
Mantenimiento general de las instalaciones y servicios de los establecimientos.

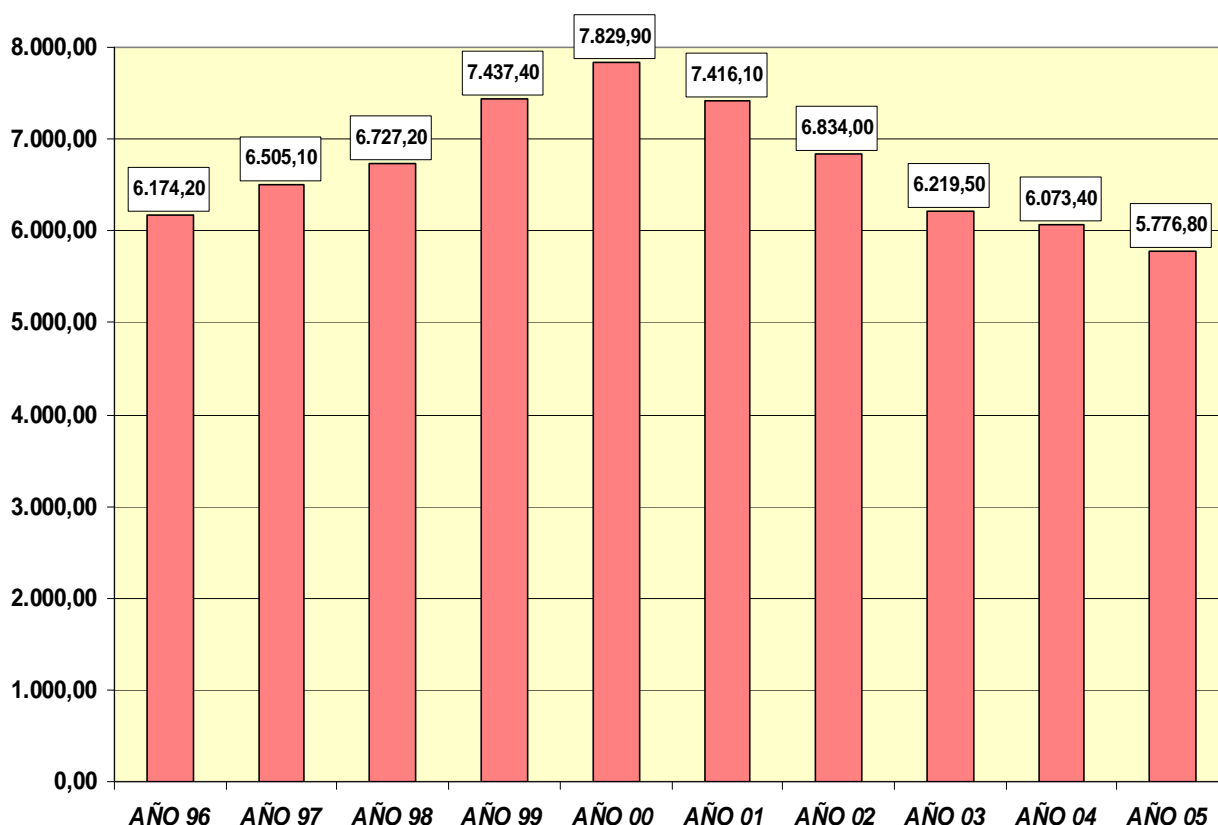
5.-DATOS ESTADÍSTICOS DEL SECTOR EN LO REFERENTE A SINIESTRALIDAD

Es importante tomar como referencia los niveles de siniestralidad registrados en el sector de cara a ver, tanto la evolución de la siniestralidad en el mismo, como los

factores de riesgo más significativos que puedan resultar desencadenantes de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

Por lo que se refiere a la siniestralidad por accidente de trabajo en el sector de hostelería en los últimos años, se adjunta un cuadro indicativo de la evolución de la misma (periodo 1.996-2.005), tomado de las estadísticas que anualmente publica el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

EVOLUCION DEL INDICE DE INCIDENCIA (SECTOR HOSTELERIA)



Fuente: Ministerio de Trabajo y Asuntos sociales.

El índice de incidencia relaciona los accidentes con baja producidos en jornada y la población expuesta al riesgo.

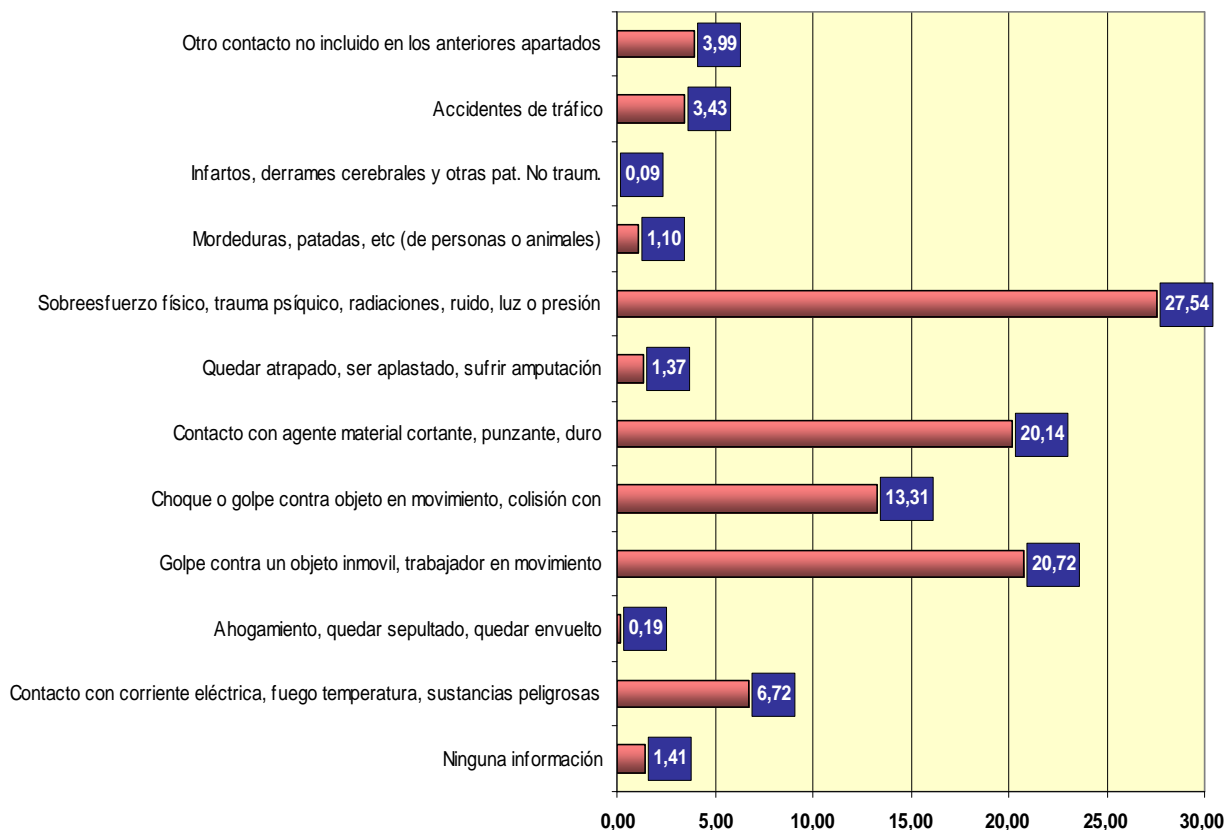
Como se observa, tras un incremento sustancial de los índices en el periodo 1.996-2.000, año en el que se produce el máximo de los últimos diez años, se inicia un descenso de la incidencia de la siniestralidad desde este último año hasta el 2.005 que registra valores inferiores a los del año 1.996.

Vemos como en el sector de hostelería, de acuerdo con las cifras oficiales del Ministerio, se accidentan en la jornada laboral durante el año 2.005 una media de prácticamente 5.800 trabajadores por cada 100.000 trabajadores expuestos al riesgo, o, traducido a tanto por ciento, 5,77 trabajadores por cada 100 expuestos.

En lo referente a la forma de producirse los accidentes con baja en jornada, se adjuntan los datos facilitados por el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales y correspondientes al año 2.005, teniendo en cuenta no obstante, que las formas de producirse los accidentes en la estadística se encuentran agrupadas por lo que, en

determinados casos, es difícil dilucidar el peso de cada mecanismo concreto de producción.

ACCIDENTES CON BAJA EN JORNADA POR MECANISMO DE PRODUCCION (Porcentaje)



Fuente: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

De los datos que se aportan en la tabla se pueden extraer las siguientes conclusiones:

- La causa más frecuente de accidentes con baja en jornada en el sector durante el año 2.005 es la de Sobreesfuerzos, traumas, radiaciones, ruido, luz o presión con más de un 27%. Se debe tener en cuenta a este respecto que este epígrafe, como la mayoría, engloba varias causas de accidentes.
- Con más de un 20% destacan igualmente los golpes contra objetos inmóviles. Este epígrafe incluiría las caídas al mismo y distinto nivel, los tropiezos, los golpes con elementos del centro o del mobiliario, etc.
- Con más de un 20% se encuentran los cortes o golpes derivados de contacto con agentes cortantes, punzantes o duros. Se incluirían los contactos con agentes cortantes, punzantes, capaces de arañar, etc.
- Cerrando el capítulo de las causas con más del 10% se encuentran los golpes con objetos en movimiento con más de un 13%. Incluiría las proyecciones y las caídas de objetos entre otras causas.

- Representado menos del 10% pero con un volumen destacado también se reflejan los contactos con corriente eléctrica, fuego, temperatura o sustancias que llegan prácticamente al 7%.

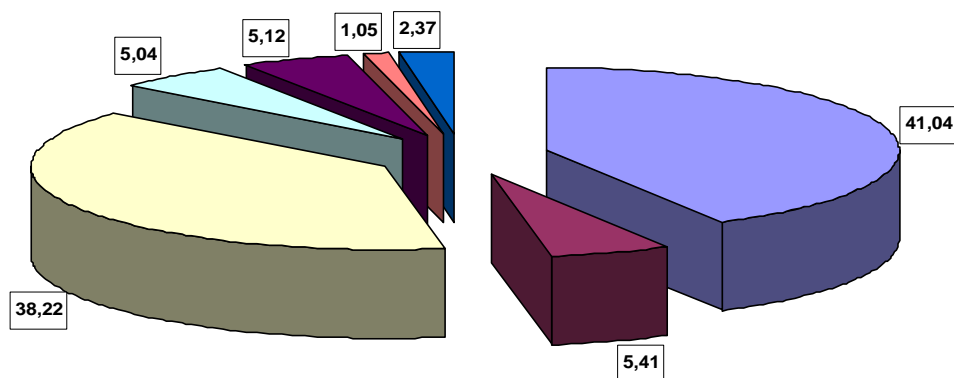
Los cinco epígrafes señalados anteriormente representan casi el 90% del total de los accidentes con baja producidos en jornada en el sector de hostelería.

Vemos como los accidentes se pueden producir por causas que todos nosotros podemos tener in mente cuando pensamos en la actividad de hostelería:

- Sobreesfuerzos por manipulación de cargas de volumen y peso variable, por mantenimiento de posturas inadecuadas, por permanencia en la posición de pie durante periodos prolongados, etc. (pensemos en la manipulación de maletas y bultos de los clientes, desplazamiento de grandes marmitas, barriles, cajas de bebidas, sacos, el desarrollo de tareas en la posición de pie de manera continua y con desplazamientos, la adopción de posturas inadecuadas en determinadas tareas como agachado acuclillado, de rodillas, etc.)
- Caídas al mismo nivel por suelos húmedos o resbaladizos en las cocinas o zonas de lavado, por suelos en mal estado, por zonas de paso con elementos ubicados en sus trayectos, etc.
- Caídas a distinto nivel por utilización de elementos tales como escaleras de mano para las tareas de almacenamiento, acceso a altillos, etc. cuando no por la utilización de elementos inadecuados para estas tareas como sillas, mesas, fogones o cajas.
- Cortes derivados de la utilización de herramientas cortantes o punzantes en la realización de tareas, como cuchillos, tijeras, o con elementos cortantes de otros equipos de trabajo como corta fiambres, etc.
- Golpes derivados de la caída de objetos en manipulación o proyecciones derivadas del uso de determinados equipos de trabajo y sustancias contenidas en marmitas, sartenes, ollas, etc.
- Quemaduras derivadas de contacto con llama viva, o elementos a altas temperaturas (pensemos en los fogones, hornos, etc. presentes en las cocinas), así como en las sustancias contenidas en las mismas (agua hirviendo, aceites, etc.).
- Contacto con sustancias peligrosas por el uso, por ejemplo, de productos para la limpieza de las instalaciones y equipos (lejías, sosa, etc.) o de sustancias diversas en tareas de mantenimiento (disolventes, desengrasantes).
- Contactos eléctricos por el uso de equipos de alimentación eléctrica en estado deficiente o por instalaciones inadecuadas al uso que se les da, también por posible empleo de materiales húmedos o mojados en las proximidades de las conexiones eléctricas, o por presencia de agua y humedad en determinados ámbitos de trabajo.

Esta multiplicidad de causas de los accidentes con baja en la jornada de trabajo ocasiona lesiones diversas y de igualmente diversa gravedad que, por lo que respecta al sector de hostelería en el año 2.005, se descompone en los siguientes tipos de lesión.

ACCIDENTES CON BAJA EN JORNADA POR TIPO DE LESION



■ Heridas y lesiones superficiales	■ Fracturas de huesos sin especificar
□ Dislocaciones, esguinces y torceduras	□ Conmociones y lesiones internas
■ Quemaduras, escaldaduras, congelaciones	■ Lesiones múltiples
■ Otras lesiones especific. no incluidas en otros apartados	

Fuente: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales

El cuadro refleja porcentualmente aquellos tipos de lesión que representan un valor superior al 1%. También existen otras lesiones con porcentajes inferiores al 1% como lesiones desconocidas o sin especificar con 0,95%, amputaciones traumáticas con un 0,09%, envenenamientos e infecciones 0,17%, ahogamiento y asfixias 0,11%, efectos del ruido vibración o presión 0,02%, efectos de temperaturas extremas, luz y radiación 0,07%, trauma psíquico, choque traumático 0,25% e infartos, derrames cerebrales y otras patologías no traumáticas con un 0,10%.

En el gráfico se puede observar como las heridas y lesiones superficiales y las dislocaciones, esguinces y torceduras representan entre ambas casi el 80% de los accidentes con baja en jornada en función del tipo de lesión.

6.- PLANIFICACION DE ACCIONES PREVENTIVAS Y BUENAS PRÁCTICAS

En función de los datos aportados en el apartado anterior y, teniendo en cuenta las causas más frecuentes que pueden derivar en lesiones y daños para la salud de los trabajadores del sector, pasaremos a analizar aspectos diversos y prácticas y medidas concretas que pueden ayudar a evitar o disminuir los riesgos o disminuir su incidencia.

6.1. Los lugares de trabajo

Como recordamos por lo indicado al principio del documento, los lugares de trabajo, es decir los locales o centros o instalaciones donde se desarrolla la actividad, son parte importante de lo que en la Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales se denomina “Condición de Trabajo”, es decir son elementos que pueden tener una relevancia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y salud en el trabajo y, por tanto, debe prestarse una especial atención a su adaptación a unas condiciones óptimas de seguridad.

De acuerdo con la legislación de prevención (Real Decreto 486/97 por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo), los Lugares de Trabajo serán “las áreas del centro de trabajo, edificadas o no, en las que los trabajadores deban permanecer o a las que puedan acceder en razón de su trabajo.....”.

A pesar de que en el Sector de Hostelería las características de los lugares de trabajo pueden variar sustancialmente, se deben observar una serie de medidas que son extensibles a todo tipo de locales e instalaciones a efectos de mantener unas condiciones apropiadas desde el punto de vista preventivo.

- Orden y limpieza.

El mantenimiento de unas buenas condiciones de orden y limpieza en el lugar de trabajo resulta imprescindible para eliminar o reducir factores de riesgo que puedan derivar en daños para la seguridad y salud de los trabajadores.

A estos efectos se efectúan una serie de recomendaciones:

Se deben mantener libres de obstáculos las zonas de paso, los pasillos y vías de circulación, en especial las que tienen relevancia a efectos de evacuación del lugar de trabajo.

A este respecto tener en cuenta la importancia que para la seguridad de los trabajadores puede tener un mantenimiento adecuado de las salidas y vías de evacuación observando como factor añadido en este sector la presencia habitual en los centros de trabajo de personas ajenas a las empresas (clientes del hotel, del restaurante, etc.).

Las vías y salidas de evacuación, así como las vías de circulación que den acceso a ellas no deberán estar obstruidas por objetos que puedan dificultar su uso.

Realizar una limpieza con la periodicidad recomendada para mantener las instalaciones en unas condiciones higiénicas adecuadas.

Eliminar a la mayor brevedad residuos, líquidos aceites, etc. que pueden contribuir a la producción de caídas por resbalones o ser foco de posibles incendios si estos residuos son de materiales combustibles (por ejemplo en los filtros de las campanas extractoras en cocinas).

En caso de que como consecuencia de las tareas de limpieza se presenten suelos húmedos que puedan resultar deslizantes, remarcar convenientemente su presencia mediante la señalización adecuada.

A parte de los evidentes factores de carácter higiénico relacionados con una adecuada limpieza de los locales e instalaciones (posible presencia y manipulación de alimentos en determinados puestos), pensemos en la posibilidad de caídas al mismo nivel derivadas de la presencia de objetos en zonas de paso o la permanencia de suelos húmedos o mojados en zonas que, por la propia actividad, pueden ser propensas a contar con ellos (cocinas, áreas de lavado y lencería, barras de cafeterías, etc.).

A las consecuencias de la caída en sí misma derivada de estos factores, se debe añadir en determinado tipo de locales (por ejemplo cocinas, áreas de mantenimiento), el riesgo añadido que puede representar la presencia de equipos de trabajo y materiales propios de la actividad potencialmente desencadenantes de consecuencias de gravedad superior como hornos a elevadas temperaturas, líquidos ardientes, equipos o herramientas de corte, equipos con llama viva, etc.

- **Condiciones ambientales e iluminación**

Los lugares de trabajo, los del sector hostelero, como los de cualquier otro, deben conservar unas adecuadas condiciones ambientales que eviten riesgos o molestias para los trabajadores durante el desarrollo de las tareas.

Existen en este sector determinadas actividades en las que las condiciones ambientales pueden ser especialmente hostiles como son las de cocina, lavado o lencería en las que la presencia de equipos de trabajo y materiales a elevadas temperaturas además de unos niveles de humedad igualmente elevados, pueden generar molestias o daños para la salud.

Igualmente puede existir una intensa exposición al frío en el caso de que se desarrollen tareas en cámaras congeladoras o refrigeradoras mientras se realiza el acopio, ubicación o extracción de materiales o artículos.

Las condiciones de temperatura, humedad relativa y velocidad del aire se deben mantener dentro de los límites señalados por la reglamentación vigente para los lugares de trabajo (RD 486/97 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo) en especial teniendo en cuenta el tipo de tarea que se desempeña (trabajo sedentario, trabajo ligero, etc.). Si la tarea se desarrolla en lugares a la intemperie se deberá proteger a los trabajadores frente a los riesgos que puedan generar las condiciones climatológicas facilitando, por ejemplo, ropa de trabajo o equipos de protección

individual adecuados a las tareas (elementos para la cobertura de la cabeza, ropa de abrigo, etc.).

De acuerdo con el citado Real Decreto 486/97 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, en los locales de trabajo cerrados, deben cumplirse, en particular las siguientes condiciones:

Temperatura:

-Temperatura de locales donde se realicen trabajos sedentarios propios de oficinas o similares, estará comprendida entre 17 y 27º.C.

-Temperatura de locales donde se realicen trabajos ligeros, estará comprendida entre 14 y 25º C.

La Humedad relativa estará comprendidas entre el 30 y el 70%, excepto en los locales donde existan riesgos por electricidad estática en los que el límite inferior será del 50%.

Los trabajadores no deben estar expuestos de forma frecuente o continuada a corrientes de aire cuya velocidad exceda los siguientes límites:

- Trabajos en ambientes no calurosos: 0,25 m/s.
- Trabajos sedentarios en ambientes calurosos: 0,5 m/s
- Trabajos no sedentarios en ambientes calurosos: 0,75 m/s.

Estos límites no se aplican a las corrientes de aire expresamente utilizadas para evitar el estrés en exposiciones intensas al calor, ni a las corrientes de aire acondicionado, para las que el límite será de 0,25 m/s en el caso de trabajos sedentarios y 0,35 m/s en los demás casos.

En los puestos de cocina y en todos aquellos en los que los trabajadores puedan encontrarse expuestos a elevadas temperaturas, acompañadas en determinados casos de humedad importante, se debe prestar especial atención a la ubicación y correcto mantenimiento de los sistemas de extracción del aire caliente (campanas extractoras en las cocinas) que permitan mantener dentro de lo razonable la temperatura. Éstos deberán estar sometidos a un correcto mantenimiento con el objeto de que mantengan su eficacia.

El Real Decreto 486/97 señala que, sin perjuicio de lo indicado en reglamentación específica, la renovación de aire de los locales de trabajo será de 30 metros cúbico de aire limpio por hora y trabajador, en el caso de trabajos sedentarios en ambientes no calurosos ni contaminados por humo de tabaco y de 50 metros cúbicos, en los casos restantes para evitar ambiente viciado y olores desagradables.

Igualmente es recomendable ingerir líquidos periódicamente, así como disponer de ropa de trabajo adecuada a las temperaturas del ambiente. De ser posible igualmente, establecer pausas o alternar tareas en las que se puedan evitar estas elevadas temperaturas.

Para el personal que trabaje en cámaras congeladoras o refrigeradoras, limitar el tiempo de permanencia en las mismas y facilitar ropa de protección contra el frío.

La iluminación de los lugares de trabajo debe ser suficiente y adecuada a la tarea que se desarrolla o al ámbito del local donde se desempeña. El citado Real Decreto 486/97 señala una referencia de niveles de iluminación en función de la exigencia visual de las tareas que se desempeñan

ZONA O PARTE DEL LUGAR DE TRABAJO (*)	NIVEL MINIMO DE ILUMINACION
Zonas donde se ejecuten tareas con	
1º. Bajas exigencias visuales	100
2º. Exigencias visuales moderadas	200
3º. Exigencias visuales altas	500
4º. Exigencias visuales muy altas	1.000
Áreas o locales de uso ocasional	50
Áreas o locales de uso habitual	100
Vías de circulación de uso ocasional	25
Vías de circulación de uso habitual	50

(*) El nivel de iluminación de una zona en la que se ejecute una tarea se medirá a la altura donde ésta se realice; en el caso de zonas de uso general a 85 cm. del suelo y en el de las vías de circulación a nivel del suelo.

Un inadecuado nivel de iluminación puede afectar a la seguridad y salud de los trabajadores en todo tipo de tareas desde el personal de cocina, camareros, botones o mozos de equipajes, hasta al personal administrativo de hoteles.

Se debe tener en cuenta a este respecto que una iluminación inapropiada puede ocasionar no solo molestias en la tarea como consecuencia de forzar la vista durante su realización, sino también accidentes de importancia considerable derivados por ejemplo de cortes con cuchillos u otros equipos de trabajo, caídas por tropiezos, quemaduras o incluso atropellos (imaginemos el personal que atiende el garaje de un hotel o el personal de mantenimiento).

En otro tipo de tareas, por ejemplo en las tareas de tipo administrativo, será igualmente importante un correcto acondicionamiento de las áreas de trabajo con objeto de evitar molestias y daños para la salud de los trabajadores como fatiga visual derivada de una inadecuada disposición de los puestos (reflejos en las pantallas, deslumbramientos directos o indirectos, etc.).

En el sentido anterior puede ser importante la ubicación de elementos de cobertura que permitan regular el aporte de luz exterior que puede resultar molesto en determinados momentos.

Otro factor importante a la hora de valorar las condiciones ambientales en el lugar de trabajo es el nivel de ruido al que pueden estar expuestos los trabajadores como consecuencia de las emisiones de los equipos de trabajo utilizados o de las instalaciones (equipos de aire acondicionado, lavavajillas, lavadoras, secadoras, freidoras, equipos de música en salas de fiesta o discotecas, etc.).

Como medida preventiva ante este riesgo puede ser importante la adquisición de equipos con la menor emisión de ruido posible o la

limitación temporal de las tareas en aquellas áreas donde se originen niveles de ruido importante.

Téngase en cuenta que el nivel de ruido puede derivar en daños para la seguridad y salud de los trabajadores y también, sin originar lesiones o patologías, puede ocasionar molestias generales durante el desarrollo de las tareas (falta de concentración, dificultad en la comunicación) o dificultar el conocimiento de información de importancia, por ejemplo, para las emergencias y evacuación (en caso de señalización acústica).

- **Superficies y áreas de trabajo**

Los locales donde se desarrolla la actividad, pueden ser fuente de riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores en función de sus propias características, distribución o diseño. En Hostelería, como en otros sectores, éstos deben disponer de superficies y áreas de trabajo que permitan el desarrollo de las tareas sin riesgos para los trabajadores.

Los trabajadores deben disponer del espacio suficiente para el desarrollo de las tareas. El Real Decreto 486/97 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo señala las dimensiones mínimas con que éstos deben contar por trabajador. En este sentido es preciso recordar que en el sector hostelero existen dependencias y áreas de trabajo en los que contar con los adecuados espacios resulta especialmente importante en función de la potencial peligrosidad de los equipos de trabajo y materiales utilizados.

De acuerdo con el contenido del Real Decreto 486/97 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, las dimensiones mínimas de los locales de trabajo serán:

- 3 metros de altura desde el piso hasta el techo. En locales comerciales, de servicios, oficinas y despachos, la altura podrá reducirse a 2,5 m.
- 2 metros cuadrados de superficie libre por trabajador.
- 10 metros cúbicos, no ocupados por trabajador.

Así en las áreas de cocina resulta muy importante contar con el espacio suficiente para evitar quemaduras, cortes o proyecciones de sustancias en preparación mientras se desarrollan otro tipo de tareas. Por otro lado la propia actividad requiere de unas condiciones espaciales suficientes para realizarlas sin riesgo, por ejemplo en el corte manual de alimentos que deberán contar con superficies de apoyo y sujeción apropiadas, o el corte y tratamiento de alimentos con equipos específicos como cortafiambres, batidoras, picadoras, pelapatatas, etc.

Pensemos igualmente en estas específicas áreas en el transporte de cazuelas, marmitas, etc., cargadas de líquidos a elevadas temperaturas en lugares con superficies de paso o de trabajo de dimensiones insuficientes que pueden ocasionar golpes o vuelcos con graves consecuencias para la salud de los trabajadores. También consideremos igualmente la situación de los camareros portando bandejas cargadas en superficies de paso estrechas, o las tareas del personal de mantenimiento en condiciones posturales inadecuadas.

Circunstancias de falta de espacio de paso se dan también de forma habitual en los accesos a las barras de atención al público en bares y restaurantes donde, con frecuencia los trabajadores, además de contar con un ancho reducido, tienen que agacharse para acceder o salir de las mismas con el consecuente riesgo de golpes con los elementos de la barra o sobreesfuerzos al adoptar la postura agachado para realizar esta operación.

Pensemos igualmente en los riesgos que puede acarrear la falta de espacio en zonas de almacenamiento en estanterías como sobreesfuerzos derivados de la adopción de posturas forzadas en la ubicación de materiales o caídas a distinto nivel al no poder disponer los equipos de trabajo (escaleras de mano) en las condiciones adecuadas (en mala posición, sin extensión completa, etc.).

Los suelos deben ser estables, fijos y no resbaladizos sin irregularidades ni pendientes peligrosas tal y como indica el citado Real Decreto 486/97 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

En los locales donde puedan producirse vertidos habituales tales como barras de cafeterías o restaurantes, cocinas, lavanderías, etc. sería importante contar con suelos con características antideslizantes o que dificulten la materialización de resbalones derivados de esta circunstancia. En los locales con frecuentes vertidos disponer igualmente de desagües convenientemente protegidos.

Es fácil que en las áreas de trabajo, por ejemplo en los hoteles, se presenten escaleras o desniveles por donde desarrollan las tareas los trabajadores. En este sentido se debe tener presente que, según señala el antes citado Real Decreto 486/97, los lados abiertos de las escaleras deben estar protegidos adecuadamente con el fin de evitar caídas a distinto nivel (cuando tengan una altura superior a 60 cm. siempre). La protección puede consistir en una barandilla (con altura mínima de 90 cm.) con la resistencia adecuada y con elementos que eviten no solo la caída sino el deslizamiento de los trabajadores bajo la misma o la caída de objetos en caso de que sea factible la presencia de objetos en la escalera.

Igualmente es recomendable que los lados cerrados de las escaleras cuenten con un pasamanos o elemento que permita la sujeción en caso necesario durante los desplazamientos por las mismas, (obligatorio en determinados casos en función de la anchura y altura de la escalera).

Resultará de especial importancia la protección de aquellas zonas en las que puedan existir aberturas o desniveles en los que exista riesgo de caída, de forma obligatoria de acuerdo con el R.D. 486/97 cuando la altura de caída sea superior a 2 metros.

Es importante igualmente con objeto de evitar caídas por escaleras que éstas cuenten con materiales antideslizantes o que dispongan de elementos antideslizantes en la propia escalera o sobre ella (mamperlanes o bandas antideslizantes).

Estos elementos permitirán evitar o minimizar la probabilidad de que se produzcan resbalones o desequilibrios en el tránsito por las escaleras.

Evitar siempre que sea posible el desplazamiento manual de cargas en los desplazamientos por las escaleras de los locales.

En caso de que los locales cuenten con puertas de vaivén (cocinas, office, etc.) disponer elementos transparentes que permitan la visibilidad de las zonas a las que se accede pudiendo evitar accidentes que tengan consecuencias importantes (caídas de bandejas, cazuelas, sartenes, etc.).

Los lugares de trabajo deberán contar con las salidas y vías de evacuación acordes y necesarias a sus características (en función de su ocupación, superficie, distribución por plantas, etc.) Éstas deberán estar convenientemente señalizadas con objeto de que se puedan localizar sin dificultad en caso de necesidad,

- **Instalaciones y dependencias.**

Con independencia de las características de las áreas y las superficies, los lugares de trabajo del sector deben contar con unas instalaciones y dependencias conformes a la normativa de prevención que permitan garantizar la seguridad y salud de los trabajadores que desempeñan su trabajo en las mismas,

La **instalación eléctrica** debe ajustarse a la reglamentación específica que les pueda afectar. En especial tener en cuenta la posible presencia de locales con características especiales como cocinas o zonas de lavado donde la presencia de líquidos pueden alcanzar a las instalaciones y equipos de trabajo por lo que los mismos deben encontrarse en condiciones adecuadas respecto a esta presencia.

Igualmente considerar la presencia de trabajadores que realicen tareas de limpieza con métodos húmedos en las proximidades de tomas de corriente o de la instalación eléctrica.

Las instalaciones eléctricas deberán contar con la adecuada señalización y el acceso y manipulación de la misma deberá estar reservado al personal autorizado y formado.

En numerosas actividades desarrolladas en el sector de hostelería será frecuente el uso de ropa de trabajo específica o uniforme. En este sentido los locales donde se desarrolle la actividad deberán disponer de vestuarios cuando no se cuente con instalaciones diferentes que les permita cambiarse de ropa en las condiciones mínimas de salud o decoro.

Igualmente los locales de trabajo deberán contar con **aseos** y retretes en el número adecuado en función del número de trabajadores, que serán separados o se preverá su uso por separado para hombres y mujeres.

Los locales donde se desarrolle la actividad deberán contar con los equipos de protección contra incendios que sean precisos de acuerdo

con las características de los mismos (superficie, distribución, ocupación, número de plantas).

Deberán disponer de **alumbrado de emergencia** que permita iluminar minimamente los locales en caso de ausencia de alumbrado general, en especial deberán contar con alumbrado de emergencia las vías y salidas de evacuación.

Los **equipos de protección contra incendios** deberán ser fácilmente accesibles y localizables. Se debe evitar la presencia de obstáculos o materiales que oculten o dificulten el acceso a los mismos.

En este sentido se debe valorar la vigencia de reglamentación específica que pueda afectar a los locales en función de la actividad o características (Hotel, restaurante, etc.).

En cualquier caso los equipos de protección contra incendios deberán ser mantenidos y revisados con la periodicidad reglamentaria, siendo conveniente efectuar inspecciones periódicas que permitan comprobar aspectos tales como su correcta ubicación, permanencia de la señalización, accesibilidad, etc.

Será frecuente en este sector la presencia de locales destinados al almacenamiento y acopio de materiales en **cámaras de conservación** como congeladoras o refrigeradoras para los productos perecederos (carnes, pescados, verduras, etc.).

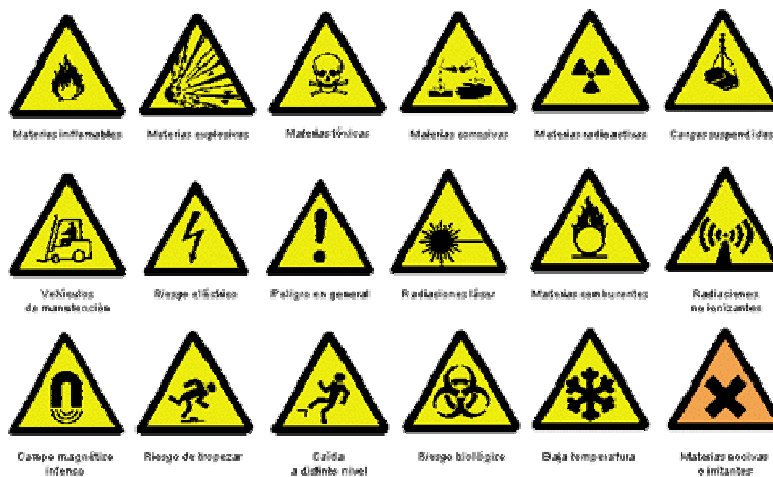
Este tipo de instalaciones deben encontrarse equipadas con una serie de elementos de seguridad para evitar accidentes derivados de su uso como aperturas de seguridad que permitan abrir las puertas desde el interior incluso si desde fuera se encuentran cerradas con llave (cámaras congeladoras), o sistemas de alarma que permitan advertir de la presencia de una persona en el interior de la cámara de forma no prevista.

Igualmente será recomendable que las cámaras cuenten con un suelo antideslizante que evite las caídas ocasionadas por resbalones de los trabajadores en su interior por la presencia de suelos húmedos o helados.

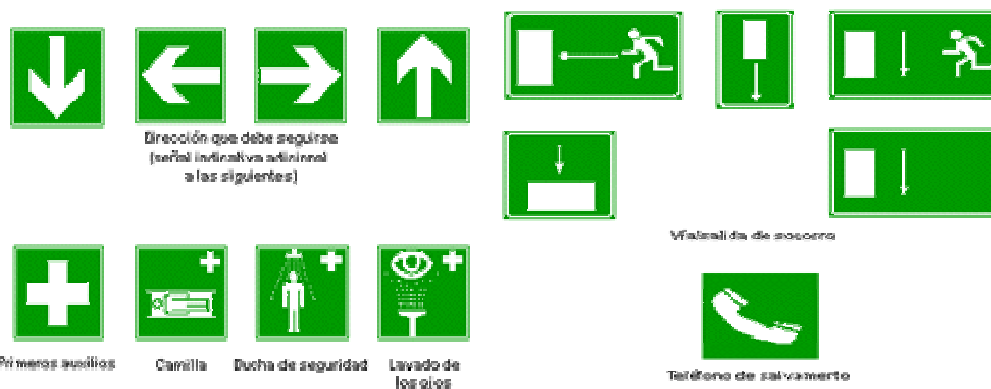
En todos los locales se deberá contar, como mínimo, con un **botiquín** de primeros auxilios cuando no, por el número de trabajadores, con un local destinado a los primeros auxilios y otras atenciones sanitarias (más de 50 trabajadores).

Los locales deberán contar con la **señalización** oportuna que se ajuste al contenido del Real Decreto 485/97 sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.

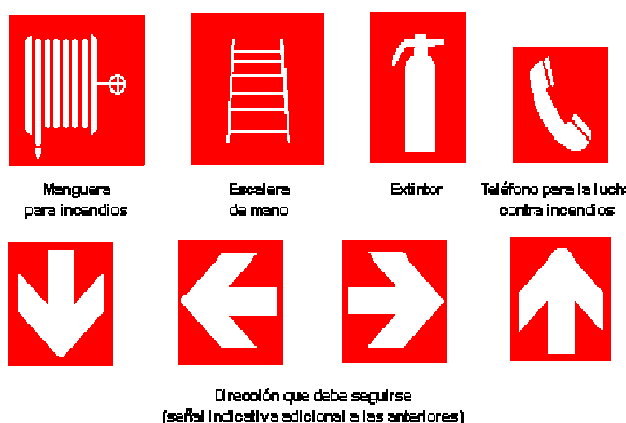
En especial deben señalizarse las vías y salidas de evacuación, los equipos de protección contra incendios y todas aquellas situaciones susceptibles de generar riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores.



Señales de advertencia (RD 485/97)



Señales de salvamento o socorro (RD 484/97)



Señales relativas a equipos de lucha contra incendios (RD 485/97)

6.2. Equipos de trabajo

En las actividades propias del sector será utilizada una gran variedad de máquinas, herramientas o instrumentos para su correcta ejecución, todas ellas quedan englobadas en la legislación de prevención bajo la denominación de “equipos de trabajo” que, de acuerdo con el contenido de Real Decreto 1215/97 sobre

disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo son: “ cualquier máquina, aparato, instrumento o instalación utilizado en el trabajo”.

Si recordamos la definición de condiciones de trabajo señalada al principio del documento tal y como queda señalada en la Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales, nos encontraríamos con la inclusión de los equipos de trabajo como una condición del trabajo más “características generales de los equipos, productos y demás útiles existentes en el centro de trabajo”, es decir, una característica del mismo que puede tener una influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores.

Hemos visto hasta ahora como el sitio donde desarrollamos nuestra tarea, el local, lugar o centro de trabajo, puede generar riesgos con independencia de la actividad concreta que desarrollemos. En este caso estaríamos prestando atención a las preguntas ¿con qué trabajamos?, ¿que herramientas utilizamos para llevar cabo nuestro trabajo?, ¿de qué nos ayudamos para poder llevar a buen término la tarea encomendada?.

En concordancia con lo anterior estaríamos hablando, entre otros, de equipos ya citados como freidoras, hornos, cafeteras, cuchillos, tijeras, equipos informáticos, escaleras de mano, carros de transporte, aspiradores, enceradores, soldadores, radiales y herramienta manual específica para el personal de mantenimiento, etc.

Todos ellos pueden ser, en determinadas circunstancias, origen de riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores, pueden ocasionar accidentes y daños para la salud sino son adecuados o no se encuentran en un correcto estado de conservación. Por otro lado y afectando al factor humano pueden generar igualmente riesgos si son utilizados sin conocimiento de sus características o modo de operación por parte del personal.

Es preciso por tanto, efectuar algunas recomendaciones referentes a los equipos de trabajo, al menos los de uso más frecuente, que se utilizan en las tareas de hostelería.

Una medida importante extensible a todos los equipos de trabajo será contar con **equipos seguros**, en este sentido se señala que los equipos de trabajo que cuenten con marcado CE, están indicando, en principio, una garantía sobre su seguridad siempre y cuando se use en las condiciones previstas, no sea manipulado en sus componentes, etc.

En caso de no disponer de equipos con marcado CE, se debe verificar que estos equipos, aun no contando con esta garantía, son seguros, disponen de los elementos de protección necesarios y acordes con la normativa vigente y, de no ser así, proceder a su corrección para que cumplan la normativa.

Otra medida preventiva esencial será efectuar un **mantenimiento adecuado y periódico** a los equipos de trabajo que permita controlar los posibles deterioros derivados del uso y conservarlos en un estado óptimo. Es posible que contando con equipos seguros en el momento de su adquisición, éstos se hayan deteriorado por el uso o por una utilización inadecuada, por ello es preciso revisar periódicamente los equipos verificando su correcto funcionamiento.

Será importante pues, adquirir los equipos de trabajo idóneos para cada tarea y, en el momento de adquirirlos, pensar en las condiciones de seguridad y salud que éstos

puedan aportar, incluyendo aquellos aspectos que, aparentemente, se presenten en un segundo plano como los ergonómicos y de confort, cuya ausencia en última instancia, origina con frecuencia lesiones y daños para la salud de cierta consideración.

Por último resultará fundamental considerar que para que los equipos de trabajo no supongan un daño potencial para los trabajadores, éstos deberán utilizarse para las tareas para las que se encuentran diseñados. Un equipo seguro para desarrollar determinada tarea no lo es para el desempeño de otra función.

En tareas de cocina encontraremos equipos tales como hornos, freidoras, batidoras, máquinas corta fiambre, picadoras, pelapatatas, planchas, sartenes, cacerolas, bandejas calientes, cuchillos etc.

Es importante que **las máquinas de corte** presenten las protecciones adecuadas de forma que se imposibilite el contacto de los elementos de corte con el trabajador (resguardos) o la proyección de partículas sobre los trabajadores, igualmente es importante en determinados equipos (picadoras, corta fiambre) el uso de empujadores que impidan la proximidad del elemento de corte con el trabajador.

Recordemos en este sentido, que de acuerdo con las tablas de siniestralidad del sector correspondientes al año 2005 y en lo referente a la forma de producirse los accidentes, los contactos con agentes cortantes, punzantes y duros, representan más de un 20% del total de accidentes con baja producidos en jornada.

En el manejo de cuchillos en las tareas de cocina es importante que los mismos se encuentren correctamente afilados, que no se manipulen con las manos húmedas o mojadas para evitar su deslizamiento y, de ser posible que los mangos presenten características antideslizantes que permitan aumentar su grado de seguridad.

Equipos tales como las radiales que pueden ser utilizadas por el personal de mantenimiento, pueden ocasionar proyecciones peligrosas que pueden afectar a partes del cuerpo del trabajador, en particular los ojos que resultan especialmente sensibles a este riesgo.

Para evitar los daños derivados de las mismas o para disminuir o eliminar las propias proyecciones será necesario que los equipos cuenten con protecciones ante este riesgo.

Igualmente los equipos que puedan generar otro tipo de riesgos susceptibles de causar daños a los trabajadores como emanación de gases, ruido, calor excesivo, etc. deberán estar diseñados para que no sean fuente de daños para la salud de los trabajadores.

Los equipos de alimentación eléctrica deben contar con elementos de protección adecuados. Se debe verificar que sus conexiones se encuentran en perfecto estado y no son fuente potencial de contactos eléctricos directos o indirectos. Prestar especial atención en este sentido a la presencia de ambientes con humedad o elementos mojados.

Igual recomendación se debe adoptar respecto a los equipos de trabajo alimentados por gas, verificando su correcto mantenimiento y conservación así como las revisiones reglamentarias que les sean de aplicación (en este sentido prestar especial atención a la Reglamentación técnica que les pueda ser de aplicación y que regula numerosos aspectos relativos a equipos de trabajo maquinaria e instalaciones).

El uso de **escaleras de mano** será frecuente en las actividades propias del sector como en tareas de almacenamiento en despensas y dependencias al efecto, para alcanzar alimentos, bebidas, utensilios de cocina, etc.

Las escaleras de mano se deberán mantener en un correcto estado de conservación. Antes y después de su utilización se deberá comprobar que cuentan con todos los elementos de seguridad necesarios (elementos antideslizantes, elementos de apoyo, mecanismos antiapertura, etc). Se debe tener en consideración que el uso de escaleras de mano es causa frecuente de accidentes derivados de caídas a distinto nivel desde las mismas.

En el almacenamiento de alimentos u otros artículos en **estanterías**, verificar el correcto anclaje de las mismas con objeto de que no se desemboque en un riesgo de caída de los objetos en ellas almacenados o de las propias estanterías.

Los equipos de trabajo deben llevar las advertencias y señalizaciones indispensables para garantizar la seguridad de los trabajadores.

En la **tareas de tipo administrativo** que se puedan desarrollar en determinados establecimientos del sector (por ejemplo en la actividad hotelera), prestar atención al diseño de los puestos y equipos de trabajo, como ejemplo más extendido, los puestos en los que se utilicen equipos con pantallas de visualización, teniendo en cuenta a estos efectos los contenidos de la reglamentación específica y normas técnicas relativas a los mismos (RD 488/97 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización).

El mobiliario y el propio equipo deberán contar con las características especificadas tales como regulaciones en la silla, dimensiones adecuadas de las mesas, teclados independientes, pantallas regulables etc. De este modo se contribuirá a minimizar las consecuencias de molestias y daños tales como sobreesfuerzos posturales o fatiga visual.

En las **tareas de limpieza** se utilizarán los equipos más adecuados a la tarea como fregonas, escobas, mopas, cubos, etc. En estos equipos y dada su naturaleza de uso puede ser importante un diseño adecuado de forma que su utilización no sea una fuente de molestias o daños para los trabajadores. Para ello se deberá tener en cuenta, por ejemplo la longitud de los mangos, la presencia de carros que tengan ruedas y faciliten su desplazamiento evitando sobreesfuerzos innecesarios y acomodándolos a las tareas a realizar.

6.3. Sustancias y productos peligrosos

En determinadas tareas desempeñadas en el sector de hostelería será frecuente el uso de sustancias o productos potencialmente peligrosos, es decir, productos necesarios para llevar a cabo determinada acción pero que pueden tener ciertas características que los pueden hacer dañinos para salud de los trabajadores en caso de que no se utilicen de la manera apropiada o sin adoptar las medidas de prevención pertinentes.

Pensemos por ejemplo en el personal de limpieza que podrá utilizar detergentes, lejías, abrillantadores, etc. El personal de mantenimiento de instalaciones deberá contar en algunos casos con productos desengrasantes, disolventes, etc.

Estos productos, en función de sus características y en determinados casos pueden generar riesgos por su propia toxicidad, por sus capacidad corrosiva, por sus propiedades inflamables (recordemos que en el sector se presentan actividades frecuentes donde se pueden dar elevadas temperaturas o presencia de llama), etc.

En otro orden de cosas y, reiterando el contenido de las definiciones aportadas por la Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales, recordar que la naturaleza y los procedimientos de utilización de los agentes químicos, físicos y biológicos utilizados en el trabajo forman parte de las condiciones de trabajo y, por tanto, pueden tener una influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores.

Como medida preventiva esencial se debe contar con la información necesaria sobre las propiedades de los productos utilizados y sus recomendaciones de seguridad.

En nuestro país, la normativa prevé que los productos peligrosos cuenten con un documento llamado **Ficha de Seguridad**. La ficha de seguridad, que será facilitada por el responsable de la comercialización de la sustancia peligrosa, dispondrá de datos sobre la sustancia, los peligros que puede generar, medidas preventivas relacionadas con primeros auxilios, incendio, vertidos, manipulación y almacenamiento, etc.

Por lo anterior será de gran importancia que, cuando en la realización de las tareas se utilicen este tipo de sustancias, se disponga de las correspondientes fichas de seguridad de modo que empresa y trabajadores puedan acceder a esta información necesaria para garantizar su seguridad y salud. Para ello, se deberán solicitar al responsable de su comercialización.

Por otro lado se debe tener especial cuidado en mantener los productos o sustancias utilizados en el trabajo en sus propios recipientes evitando trasvasarlos a envases no etiquetados o identificables, en especial si estos son recipientes o envases destinados a contener productos alimenticios.

La reglamentación en esta materia prevé igualmente que las sustancias peligrosas solo puedan comercializarse cuando sus envases se ajusten a unas determinadas características de seguridad, y ostenten un etiquetado que permita su correcta identificación incluyendo informaciones tales como el nombre de la sustancias, nombre y dirección del responsable de la comercialización, símbolos e indicaciones de peligro, frases indicativas de los riesgos específicos del producto y consejos de prudencia respecto a su uso.



Símbolos e indicaciones de peligro de las sustancias y preparados peligrosos

Resulta también de gran importancia el almacenar los productos en lugares específicos para ello, cerrados incluso con candado y vigilando que solo puedan acceder a ellos las personas autorizadas. En ocasiones, como consecuencia de la cantidad de productos almacenados o de la peligrosidad de los mismos, se deberán almacenar en dependencias específicas a tal fin.

6.4. Equipos de protección individual

Hemos visto hasta ahora como pueden influir determinadas condiciones de trabajo en los riesgos que se pueden manifestar en el desarrollo de diversas tareas relativas al sector de hostelería. Así hemos comprobado la influencia que pueden tener en la generación de riesgos la falta de orden y limpieza en el trabajo, unas características inadecuadas en las condiciones de los locales (superficies, instalaciones, condiciones ambientales, áreas de trabajo), unos equipos de trabajo que no sean seguros o la utilización de productos y sustancias peligrosas en condiciones inapropiadas.

Hemos comprobado igualmente como se pueden minimizar estos riesgos con una correcta adecuación de estas condiciones de trabajo.

Vamos a comprobar en este apartado como también puede contribuir a la reducción de los riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores, el uso de equipos de protección personal, complementarios en cualquier caso a la adopción de medidas de protección colectiva o de organización de la actividad en las empresas.

Como su nombre indica, los Equipos de Protección Individual (en adelante EPI) son aquellos destinados a la protección unitaria del trabajador, tal y como los define la Ley

31/95 de Prevención de Riesgos Laborales un EPI es *“cualquier equipo destinado a ser llevado o sujetado por el trabajador para que le proteja de uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad o su salud en el trabajo, así como cualquier complemento o accesorio destinado a tal fin”*. Idéntica definición presente el Real Decreto 773/97 por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.

Como en el caso de los equipos de trabajo, para que los EPI puedan ser comercializados en el ámbito de la Comunidad Europea deben contar con garantía CE para cuya obtención serán precisos diferentes requisitos en función de los riesgos que protejan y su previsible gravedad. Por tanto, no valdrá cualquier guante, zapato, bota o mascarilla, sino que tendrán que contar con esta garantía que permita suponer su fiabilidad.

En el sector de hostelería será frecuente y necesario el uso de EPI en múltiples y variadas tareas. Vamos a repasar a continuación algunos de los más significativos:

Protección de los pies: Calzado con suela antideslizante será preciso o recomendable en todas aquellas tareas que se desarrollen en locales o áreas de trabajo donde sea frecuente la presencia de suelos húmedos o mojados pensemos por ejemplo en tareas en cocina (cocineros, ayudantes, lavaplatos, etc.) o en bares y restaurantes, en especial en las zonas de barra donde pueden existir vertidos de las bebidas servidas o de hielo. También se pueden dar suelos húmedos o mojados en área de lencería o durante la ejecución de tareas de limpieza o servicio de habitaciones en los hoteles.

Asimismo aquellos puestos que se desarrollen en parte al aire libre (por ejemplo maleteros) pueden requerir el uso de calzado con suela antideslizante para evitar resbalones o caídas.

En las tareas de cocina es frecuente el uso de zuecos con el talón abierto. Es recomendable que el calzado sea cerrado en el talón con el fin de evitar resbalones por deslizamiento del calzado y torceduras por una sujeción inadecuada del pie.

En determinadas tareas realizadas por el personal de mantenimiento se requerirá de calzado de seguridad para evitar efectos indeseados de la caída de objetos sobre los pies o el deslizamiento de los trabajadores por superficies mojadas o húmedas que puedan representar un riesgo de caída al mismo distinto nivel.

Protección de las manos: Los guantes, manoplas u otros equipos protegerán frente a una cierta variedad de riesgos. En función de los riesgos se deberá optar por un tipo de protección u otro.

Así podría ser necesario el uso de protección de las manos en tareas de limpieza para evitar agresiones de las sustancias utilizadas, en el personal de cocina puede requerirse el uso de manoplas o similares para evitar el contacto con superficies a elevadas temperaturas como sartenes, cacerolas, bandejas de horno, etc. Igualmente se puede requerir el uso de guantes o protecciones similares de malla metálica en el troceado y deshuesado de productos cárnicos.

En trabajos específicos del personal de mantenimiento se puede requerir el uso de guantes de protección frente a riesgos mecánicos, riesgo eléctrico,

agresiones químicas o contacto térmico en función de las tareas que se realicen.

Ropa de protección: Este tipo de ropa puede ser necesario en tareas tales como los trabajos en cámaras congeladoras o refrigeradoras, en especial cuando se realizan durante periodos prolongados, en este caso ropa de protección frente al frío.

Protección contra caídas: Si bien puede no ser muy frecuente, en trabajos de mantenimiento o limpieza de cristales puede requerirse el uso de arneses u otros elementos de protección anticaída. En este caso, tan importante como el equipo en sí, será contar con elementos de sujeción y agarre que cuenten con las garantías de seguridad necesarias.

Protección ocular: Puede ser preciso el uso de protección ocular o facial en tareas ejecutadas por el personal de mantenimiento (soldadura, trabajo de materiales con sierras o radiales, etc.). Igualmente se podría requerir protección ocular en tareas de corte de alimentos congelados con equipos de trabajo destinados al efecto y con el fin de evitar lesiones en los ojos producidas por esquirlas o trozos de los alimentos trabajados despedidos a gran velocidad.

Protección auditiva: El personal de mantenimiento puede requerir el uso de protección auditiva bien por permanecer periodos prolongados en dependencias con niveles sonoros elevados o por la utilización de equipos de trabajo que originen altos niveles de ruido.

Protección respiratoria: Puede ser necesaria en trabajadores como los de mantenimiento si se emplean disolventes u otras sustancias en especial si sus concentraciones resultan elevadas. También podrían requerirse en el caso del personal de limpieza en función de la naturaleza y condiciones de uso de estas sustancias.

Protección del tronco: En caso de que se realice corte o deshuesado de productos que requieran la orientación del cuchillo hacia el tronco del trabajador (cocina).

Para adoptar la decisión del empleo de Equipos de Protección Individual, así como para la elección de los equipos idóneos será necesario consultar tanto la información facilitada por los diferentes equipos de trabajo como el contenido de las fichas de seguridad de los productos y sustancias utilizadas. Igualmente será esencial en este sentido tener en consideración el contenido de las evaluaciones de riesgo de los diferentes puestos de trabajo.

6.5. Organización

Como se recordará de la definición de condiciones de trabajo de la Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales, este concepto incluye también *“todas aquellas otras características del trabajo, incluidas las relativas a su organización y ordenación que influyen en la magnitud de los riesgos a que esté expuesto el trabajador”*.

Hasta ahora hemos visto aspectos o condiciones de trabajo que afectan, esencialmente, al aspecto material del trabajo, hemos comprobado como la

inadecuación de los locales, los equipos de trabajo o la ausencia de equipos de protección individual pueden incidir de manera importante en la generación de riesgos para los trabajadores.

No obstante a parte de estos factores materiales, también existen factores no menos importantes como son los humanos, que pueden resultar decisivos para la generación de riesgos y el posible desenlace en accidentes, enfermedades, o daños materiales.

Al fin y al cabo el trabajo es realizado por personas y, por tanto, además de contar con unas herramientas adecuadas y unas áreas de trabajo óptimas también se debe valorar el papel que juegan en la generación de posibles situaciones de riesgo factores tales como la formación profesional del trabajador, el estado de la salud del trabajador, el conocimiento de los riesgos y peligros existentes en el trabajo y la forma de combatirlos o la organización de las tareas.

Tan importante puede resultar que las máquinas o herramientas que se utilicen sean las adecuadas a las tareas a realizar como que la persona que vaya a utilizarlas conozcan su uso correcto y los riesgos que pueden generar tanto en su empleo normal como cuando no se utilicen de manera correcta.

Puede ser tan relevante a efectos de riesgos que se disponga de poco espacio para el trabajo como que, disponiendo de espacio suficiente, el trabajo se organice de una forma inadecuada.

Como se indicó al principio del documento, la legislación en prevención establece una serie de obligaciones de las empresas en relación con la Prevención de Riesgos Laborales, obligaciones que se entienden básicas para poder garantizar la seguridad y salud de los trabajadores.

Algunas de las condiciones que la organización en la empresa debe tener en cuenta para mejorar las condiciones de trabajo en su ámbito de actuación son las siguientes:

Información

La empresa debe facilitar la información sobre los riesgos a los que pueden estar expuestos los trabajadores tanto en su puesto de trabajo en particular como en el centro de trabajo en general, sobre las medidas preventivas y de protección y de las que ya han sido aplicadas. Es lógico pensar que si las tareas desempeñadas generan riesgos, los trabajadores sean informados respecto a los mismos. Igualmente se debe informar de aquellos riesgos que no son específicos del puesto pero que pueden afectar a los trabajadores por el hecho de desempeñar su tarea en un determinado local, instalación o porque comparten su actividad con trabajadores que realizan trabajos diferentes.

Formación

Los trabajadores deben disponer de una formación adecuada, teórica y práctica en materia preventiva, tanto en el momento de su incorporación como cuando se produzcan cambios en sus funciones, tareas o se introduzcan cambios en los equipos de trabajo que utilice.

La formación deberá ser específica del puesto de trabajo o función que desempeñe. Teniendo los conocimientos adecuados sobre los factores de riesgo existentes y la forma de eliminarlos o minimizarlos será más difícil que se produzcan situaciones que puedan derivar en accidentes o enfermedades.

Vigilancia de la salud

Mediante una adecuada vigilancia de la salud de los trabajadores se podrá determinar en un momento dado la influencia que las condiciones de trabajo puedan tener sobre su salud.

Esta se deberá llevar a cabo como se indicó anteriormente con las adecuadas garantías y con la periodicidad necesaria.

Planificación de las emergencias

Es importante que las empresas dispongan de una correcta organización de las medidas de emergencia con objeto de evitar que una vez que alguna situación de este tipo se ha producido se pueda actuar adecuadamente y asegurar que la misma no ocasione daños para la seguridad y salud de los trabajadores.

En el caso de este sector, además, se deberá tener en cuenta de manera especial la presencia habitual y, en ocasiones muy numerosa, de personas ajenas a la plantilla de trabajadores. Consideremos a los clientes que ocupan las habitaciones de establecimientos hoteleros o las mesas de un restaurante. Esta circunstancia hace que la planificación de las posibles situaciones de emergencia, singularmente la de incendio, resulte capital.

La Ley 31/95 de Prevención de riesgos laborales, establece en su artículo 20, que los empresarios deben analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas necesarias en materias diversas relacionadas con las mismas como son la prestación de primeros auxilios, la lucha contra incendios y la evacuación del personal o personas ajenas que se encuentren en el centro.

Como indica la Ley, estas medidas podrán variar en función de factores tales como el tamaño del centro, la actividad que se desarrolla en el mismo (actividades de mayor o menor riesgo a efectos de la generación de situaciones de emergencia), o la posible presencia de personal ajeno a la propia actividad.

Se debe designar al personal encargado de ejecutar las medidas previstas y comprobar de manera periódica su efectividad.

El personal que se designe para poner en práctica estas medidas debe contar con la formación adecuada, ser suficiente en cuanto a número y contar con los medios materiales que sean precisos en función de sus responsabilidades en materia de emergencias.

Como indica igualmente la Ley, el empresario para aplicar las medidas adoptadas deberá organizar las relaciones que sean necesarias con servicios externos a la empresa, singularmente en materia de primeros auxilios y asistencia sanitaria de urgencia y salvamento y lucha contra incendios (bomberos).

6.6. Las tareas

En los epígrafes anteriores se han repasado determinados aspectos relativos a las condiciones de trabajo que rodean diferentes actividades en el sector de hostelería y que, como tales, pueden tener una influencia notable en la generación de riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores. En este apartado se intentarán reflejar una serie de recomendaciones que afectan al cariz de las tareas desarrolladas y que, involucrando a varios de los elementos señalados en anteriores lugares del documento, pueden contribuir a disminuir la incidencia de los riesgos a los que puedan estar expuestos los trabajadores incidiendo en especial en el factor humano.

Se debe reseñar que el desempeño de las tareas en unas adecuadas condiciones preventivas depende tanto de las condiciones de trabajo antes señaladas cuanto de factores tales como la información a los trabajadores sobre los riesgos a los que se encuentran expuestos y la formación sobre la correcta forma de evitar su manifestación. Es decir, las condiciones materiales serán importantes pero tanto o más que ellas lo será el factor humano.

A lo anterior, se debe añadir el conocimiento y formación profesional de los trabajadores sobre las tareas desarrolladas que pueden hacernos alcanzar el objetivo de reducción o eliminación de la siniestralidad.

En este apartado se intentan reflejar algunas recomendaciones generales, centradas en el desarrollo de la tareas, tendentes a reducir determinados riesgos y para ello nos centramos en aquellos más significativos en el sector de acuerdo con el desglose por el mecanismo de producción reflejado más arriba, significación que puede derivar del número de accidentes que ocasionan o de las consecuencias que conlleva su desencadenamiento, estos serían:

- Sobreesfuerzos.
- Contacto con agente material cortante, punzante, duro.
- Golpes contra objetos inmóviles.
- Choques o golpes contra objetos en movimiento.
- Contactos con corriente eléctrica, fuego, temperatura, sustancias peligrosas.

Estos mecanismos de producción ocasionan de acuerdo con las estadísticas del Ministerio de Trabajo (año 05) más del 88% del total de accidentes en el sector.

a- Sobreesfuerzos

El riesgo de sufrir lesiones o dolencias derivado de la ejecución de sobreesfuerzos se encuentra presente en varias actividades relacionadas con el sector de la hostelería. Estos sobreesfuerzos pueden ser ocasionados por causas múltiples, siendo las más destacadas la adopción de posturas incorrectas o forzadas durante la ejecución del trabajo (trabajos en cocina, tareas de limpieza, servicio de habitaciones, mantenimiento, etc.), los derivados de un esfuerzo físico excesivo durante el trabajo motivado en muchos casos por la manipulación manual de elementos de peso y volumen variable y no en unas condiciones óptimas en muchos casos y también por el estatismo postural necesario en la tarea como en los trabajos sentado en los puestos de recepción o administración, o el mantenimiento de la postura de pié durante periodos muy prolongados (botones, mozos de equipajes, cocina, camareros, etc.).

Se debe tener presente que los sobreesfuerzos, de acuerdo con los datos de siniestralidad correspondientes a accidentes con baja en jornada referentes al año 2.005 representarían más del 27% de los accidentes.

Puede ser adecuado seguir, entre otras, alguna de las siguientes recomendaciones:

- Evitar, de ser posible, permanecer en la postura de pie durante periodos de tiempo de una duración excesiva. Cuando sea posible, variar la postura y utilizar elementos auxiliares como banquetas que permitan apoyar, de forma alternativa, las piernas.

- Establecer pausas y alternancias de tareas.
- Utilizar medios auxiliares para el desplazamiento de cargas y materiales por ejemplo carros para el desplazamiento de los equipos de limpieza y los residuos, carros porta menajes y cacerolas en las cocinas de forma que no se tengan que desplazar manualmente y se incremente el esfuerzo físico necesario.
- De no ser posible evitar el desplazamiento manual, establecer la colaboración de más de una persona para el movimiento de las cargas más pesadas o voluminosas.
- De ser necesaria la manipulación manual de cargas, recibir formación en el correcto modo de efectuar la manipulación, entre otras indicaciones (tomadas de la Guía Técnica del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el trabajo para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación manual de cargas):
 - o Separar los pies para conseguir una postura estable y equilibrada para el levantamiento.
 - o Doblar las piernas manteniendo la espalda recta, no flexionar demasiado las rodillas.
 - o No girar el tronco ni adoptar posturas forzadas.
 - o Sujetar firmemente la carga empleando ambas manos y pegarla al cuerpo.
 - o Levantarse suavemente, por extensión de las piernas manteniendo la espalda recta.
 - o Evitar giros durante la manipulación de la carga, es preferible mover los pies para colocarse en la posición adecuada.
 - o Mantener la carga pegada al cuerpo durante el levantamiento.
- En los puestos de camarero, situar de forma adecuada y estable los elementos necesarios en las bandejas.
- Ubicar las cajas, barriles, productos alimenticios, en zonas de fácil acceso y que no supongan la adopción de posturas forzadas en el momento de depositarlos o recogerlos.
- Utilizar material ergonómico para la realización de tareas (material de limpieza con mangos adecuados, cubos con escurridores y ruedas, etc.
- En las tareas de oficina situar los elementos más utilizados lo más próximos posible al puesto con objeto de evitar esfuerzos innecesarios.
- Situar la pantalla de los ordenadores lo más enfrente que sea posible del puesto y a una altura tal que no haga necesario elevar la cabeza para su consulta.

b- Golpes contra un objeto inmóvil.

Este epígrafe engloba factores tales como golpes por caída del trabajador o por tropiezo.

Esta causa de accidente produce, de acuerdo con la estadística oficial, más de un 20% de los accidentes con baja en jornada en el sector.

Pensemos en este sentido en la posibilidad de caídas que se puede dar en los trabajadores del sector derivada, por ejemplo del uso de escaleras de mano en tareas de almacenamiento de productos o reposición de alimentos en estanterías, armarios o altillos, la posibilidad de caídas por escaleras en tareas de limpieza, caídas desde superficies elevadas o altillos, resbalones por suelos húmedos o mojados o tropiezos con elementos situados en zonas de paso.

Se enumeran algunas recomendaciones relacionadas con este riesgo y relativas a las condiciones de ejecución de las tareas.

- Utilizar los equipos de trabajo apropiados para realizar tareas en distintos niveles (escaleras de mano). Se deben seguir algunos consejos esenciales de seguridad en el uso de escaleras de mano tomados en gran parte del contenido del R.D. 1215/97 (equipos de trabajo), entre otros:
 - o Colocarlas de forma que la estabilidad durante su utilización esté asegurada. Los puntos de apoyo de las escaleras de mano deben asentarse solidamente sobre un soporte de dimensiones adecuado y estable, resistente e inmóvil, de forma que los travesaños queden en posición horizontal. Las escaleras suspendidas se fijarán de forma segura y, excepto las de cuerda, de manera que no puedan desplazarse y se eviten los movimientos de balanceo.
 - o Se debe impedir el deslizamiento de los pies de las escaleras de mano durante su utilización ya sea mediante la fijación de su parte superior o inferior de los largueros, ya sea mediante cualquier dispositivo antideslizante o cualquier otra solución de eficacia equivalente.
 - o Las escaleras compuestas de varios elementos adaptables o extensibles deberán utilizarse de modo que la inmovilización recíproca de los distintos elementos esté asegurada. Las escaleras con ruedas deberán haberse inmovilizado antes de acceder a ellas.
 - o Las escaleras de mano simples se colocarán, en la medida de lo posible, formando un ángulo aproximado de 75 grados con la horizontal.
 - o El ascenso, descenso y los trabajos desde escaleras se efectuarán de frente a las mismas.
 - o Las escaleras de mano deberán utilizarse de forma que los trabajadores puedan tener en todo momento un punto de apoyo y de sujeción seguros.
 - o El transporte a mano de una carga por una escalera de mano se hará de modo que ello no impida una sujeción segura.

- Se debe evitar el transporte y manipulación de cargas por o desde escaleras cuando por su peso o dimensiones puedan comprometer la seguridad del trabajador.
 - Las escaleras de mano no se utilizarán por dos o más personas simultáneamente.
 - No se emplearán escaleras de mano y, en particular, escaleras de más de cinco metros de longitud, sobre cuya resistencia no se tengan garantías.
 - No utilizar escaleras de mano de construcción improvisada.
 - Las escaleras de mano se revisarán periódicamente.
 - No utilizar escaleras de mano de madera pintadas, por la dificultad que ello supone para la detección de posibles defectos.
 - No subir nunca por encima del tercer peldaño contando desde arriba.
 - En los trabajos con escaleras de tijera, el tensor siempre ha de estar completamente extendido.
 - El apoyo en el suelo de la escalera siempre ha de hacerse a través de los largueros y nunca en el peldaño inferior.
 - El ascenso, trabajo y descenso por una escalera ha de hacerse con las manos libres, de frente a la escalera, agarrándose a los peldaños o largueros.
- No utilizar para acceder a superficies elevadas banquetas, cajas, sillas o cualquier otro elemento no específicamente diseñado para esa función.
 - Utilizar los elementos auxiliares de los que disponen las escaleras tales como barandillas o pasamanos.
 - Evitar desplazarse por las escaleras con las manos ocupadas por el porte de bultos, maletas, cajas, etc.
 - De ser necesario, utilizar equipos de protección individual como arneses anticaídas o similares (limpieza de ventanas).
 - Verificar el correcto estado de los suelos y superficies de paso, además de controlar que éstos no se encuentren húmedos o mojados mientras se utilizan.

c- Choque o golpe contra elementos en movimiento.

Dentro de esta causa de accidentes se engloban mecanismos tales como la caída de objetos o la proyección de partículas o fragmentos.

Esta forma de producirse los accidentes engloba al 13,31% de los accidentes producidos en jornada en el sector.

Puede ser frecuente la caída de objetos en tareas relacionadas con el almacenamiento y reposición de alimentos y productos en estanterías o en el desplazamiento manual o con elementos auxiliares de materiales, mobiliario, etc. Igualmente pueden producirse proyecciones peligrosas de fragmentos o partículas derivadas del uso de equipos de trabajo (taladros, sierras circulares o equipos de soldadura) en determinadas tareas como las correspondientes al mantenimiento.

Algunas de las siguientes recomendaciones pueden ser útiles para poder reducir esta causa de accidente:

- Comprobar el anclaje de las estanterías y elementos de almacenamiento.
- Almacenar los productos más pesado o voluminosos en las partes bajas de las estanterías.
- Evitar que los elementos almacenados sobresalgan del perímetro de las estanterías de forma que se disminuya la posibilidad de caída.
- En el desplazamiento de mobiliario, equipos de trabajo o materiales asegurar correctamente el agarre de los elementos transportados.
- Utilizar de manera adecuada los equipos auxiliares de transporte de materiales tales como carros o trasportines, procurando ubicar las cargas de manera segura y estable.
- Como se indicó más arriba, puede ser recomendable el uso de equipos de protección individual como calzado de seguridad en determinados puestos que permita minimizar las consecuencias de la caída de objetos sobre las extremidades inferiores de los trabajadores o el uso de guantes que permitan amortiguar los golpes en las manos en dichas tareas.

d- Contacto con agente material cortante, punzante, duro

Epígrafe que comprende factores tales como los cortes con cuchillos u hojas afiladas, contactos con clavos o herramientas o los arañazos con lijas, ralladores o elementos similares.

Este mecanismo representa más del 20% del total de los accidentes ocasionados en jornada dentro del sector.

Será lo habitual en bastantes puestos de hostelería del uso de cuchillos, equipos de corte, herramientas de mano, etc. Igualmente imaginemos la posibilidad de entrar en contacto con superficies cortantes y afiladas en tareas de limpieza y recogida de residuos sólidos.

Se efectúan algunas recomendaciones relacionadas con el mismo:

- En el uso de equipos de corte con partes potencialmente accesibles, utilizar empujadores que eviten el contacto de las manos con los elementos peligrosos. También como se indicó más arriba habrá que verificar que los equipos de trabajo cuenten con las protecciones adecuadas sobre los elementos de corte.
- Mantener los mangos de los cuchillos y otras herramientas de corte, libres de grasas y humedad con el fin de evitar su deslizamiento accidental.

- Mantener los cuchillos correctamente afilados.
- Después de su utilización, guardar los cuchillos en lugares destinados al efecto (barras magnéticas, estribos de sujeción, soportes para cuchillos, etc.).
- Efectuar el corte de los productos sobre superficies destinadas a tal efecto (tablas o similar).
- Evitar dejar los cuchillos y herramientas de corte sobre las superficies de trabajo una vez han sido utilizados, guardarlos en los lugares correspondientes.
- En el transporte de cuchillos y otras herramientas de corte portarlos sujetos por su mango y nunca por el filo.
- La limpieza de los equipos de trabajo con cuchillas de corte y que dispongan de una fuente de alimentación, deberá hacerse con ellos apagados y desconectados de su fuente de alimentación.
- La recogida de residuos cortantes como cristales, se hará utilizando los equipos de limpieza adecuados evitando el contacto de los mismos con las manos para evitar cortes.
- En la recogida de residuos de papeleras igualmente procurar contar con bolsas interiores que permitan vaciarlas directamente sin necesidad de entrar en contacto con las mismas.
- Como se indicó al referirnos a los Equipos de Protección Individual, será necesario en determinados casos el uso de estos equipos como en el caso de guantes de protección contra el riesgo de corte o desgarro o guantes de malla en el corte de alimentos como carne.

e- Contacto con corriente eléctrica, fuego, temperatura, sustancias peligrosas

Este mecanismo de producción que agrupa a casi el 7% de los accidentes con baja en jornada engloba situaciones tales como los contactos eléctricos directos e indirectos, contacto con objetos o entornos con elevada temperatura o llamas, contacto con entornos fríos o helados o el contacto con sustancias peligrosas a través de la piel, sistema digestivo o por inhalación.

Si bien porcentualmente representa un número inferior a los anteriores, las consecuencias de sufrir accidentes derivados de estos mecanismos pueden ser, con frecuencia, de una gravedad considerable.

La presencia de entornos con temperaturas elevadas o con presencia de llama es frecuente en actividades del sector (cocina, lavaplatos). Por otro lado la utilización de sustancias y productos es igualmente habitual en otras tareas tales como la limpieza. Igualmente es frecuente el uso en actividades diversas de equipos de trabajo alimentados por corriente eléctrica o la presencia de ambientes con gran carga de humedad que pueden afectar a la instalación eléctrica.

Referente a las propias tareas se efectúan algunas recomendaciones que pueden ser útiles a la hora de combatir este factor de riesgo:

- Evitar llenar los recipientes de cocina que contienen líquidos hasta los bordes con el fin que no se desborden.
- Ubicar las sartenes y otros recipientes de cocina sobre los fogones con el mango orientado hacia el interior de los mismos para evitar la caída de las mismas con su contenido por golpes accidentales.
- Disponer los alimentos en los recipientes cuidadosamente evitando llenarlos de golpe para evitar salpicaduras y posibles quemaduras.
- Utilizar los equipos de protección individual de que se disponga.
- Al cambiar o trasvasar aceites se debe esperar a que se encuentren a una baja temperatura.
- Vigilar la temperatura de las piezas de menaje ubicadas en los lavavajillas cuando se vaya a proceder a su extracción. En su caso, utilizar equipos de protección de las manos.
- No llenar en exceso los recipientes con líquidos que se porten en las bandejas en el servicio de comedor.
- No utilizar los equipos de alimentación eléctrica con las manos húmedas o mojadas.
- En las tareas de limpieza no dirigir sprays ni sustancias húmedas hacia las conexiones de la instalación eléctrica.
- Vigilar en el momento de conectar los equipos que las conexiones, cables y tomas de corriente se encuentran en correcto estado, de no ser así avisar para que sean reparadas por el servicio técnico especializado y evitar su uso en tanto no sean puestas en conformidad.
- Mantener bajo control los recipientes que se encuentran en los fuegos.
- Evitar dejar junto a los fuegos grasas o aceites usados.
- Eliminar elementos combustibles de las zonas de trabajo.
- Efectuar la limpieza de filtros de las campanas extractoras con la periodicidad establecida.
- Verificar periódicamente el estado de los equipos de protección contra incendios.
- Consultar el contenido de las fichas de seguridad de los productos o sustancias utilizados.
- Consultar el etiquetado de los productos.
- Mantener las sustancias en sus propios envases.
- No trasvasar las sustancias a otros envases, en especial si estos están destinados al contenido de productos alimenticios.

- Utilizar los equipos de protección señalados en las fichas de seguridad.
- Mantener una adecuada ventilación cuando se apliquen estos productos.
- Almacenar los productos en las instalaciones o dependencias destinadas a ello.
- Vigilar el correcto funcionamiento de la ventilación.
- En puestos donde se presenten situaciones de un calor excesivo, ingerir agua con frecuencia.
- Utilizar ropa y prendas ligeras en caso de estar expuesto a un ambiente caluroso.
- Utilizar ropa de abrigo para el acceso a cámaras conservadoras y congeladoras en especial cuando las estancias vayan a ser prolongadas.

La implantación y ejecución de un plan de prevención en las empresas en el que se detallan las responsabilidades e implicaciones de todos los estamentos de la empresa, así como la aplicación de las herramientas adecuadas para su desarrollo (evaluación de riesgos, planificación de la acción preventiva, formación, información, vigilancia de la salud, etc.) es, sin duda, un elemento clave para conseguir que en las empresas el trabajo se desarrolle en unas condiciones adecuadas de seguridad y salud para los trabajadores y, en definitiva, para la mejora de las condiciones de trabajo.

7.-LEGISLACION

Se relacionan a continuación algunos de los textos legales que pueden servir para orientar a las empresas en el cumplimiento de sus obligaciones en materia de prevención de riesgos laborales.

- Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales.
- Real Decreto 39/97 por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- Real Decreto 485/97 sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.
- Real Decreto 486/97 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- Real Decreto 487/97 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores.
- Real Decreto 488/97 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.
- Real Decreto 773/97 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.
- Real Decreto 1215/97 por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo.