

## NORMAS PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

### 10. BAR-COMEDOR-CAFETERIA-ROOM SERVICE-BBQQ

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

#### RIESGOS

- Golpes con muebles u otros elementos fijos.
- Caídas
- Fatiga postural
- Cortes.
- Caída de objetos
- Quemaduras
- Discomfort acústico
- Deslumbramientos
- Consumo de bebidas alcohólicas
- Manipulación de elementos a presión

#### NORMAS

- Los pasillos de desplazamiento entre las mesas y en las áreas de trabajo, deberán permanecer limpios y despejados de obstáculos
- Las vías de acceso y circulación a otras dependencia deben permanecer libres de obstáculos y señalizadas
- En caso de roturas de vidrios actúe con prudencia. No recoja los cristales con la mano, utilice recogedor y escoba.
- En caso de derrames de bebidas o caídas de alimentos, deben limpiarse de inmediato
- En el servicio de mesas, evite permanecer inclinado durante mucho tiempo
- Mantenga todos los productos debidamente etiquetados
- Mantenga los utensilios en perfectas condiciones de limpieza
- Antes de usar maquinaria lea detenidamente las instrucciones de uso
- No elimine las protecciones de seguridad de la maquinaria
- Use guantes de malla en caso de utilizar maquinaria de corte
- Proteja convenientemente sus heridas en dedos con dediles
- Debe estar en posesión del carnet de manipulador de alimentos vigente

Uso de materiales inadecuados  
Incendios (formación)

### Levantamiento de cargas

- Antes del levantamiento manual inspeccione la carga para detectar el peso aproximado, si hay bordes cortantes, astillas, clavos, el estado del embalaje y los lugares por donde ha de asirse para levantar dicha carga.
- Ha de inspeccionar el camino a recorrer, que debe estar sin obstáculos, ser el más limpio, no el más corto, así como el lugar donde se vaya a depositar la carga.
- Debe usar las siguientes prendas de protección:
- Guantes, cuando las aristas sean cortantes, tengan superficie rugosa, botas de seguridad con cargas pesadas o de volumen y funda de trabajo.

### Levantamiento manual de cargas

- Siempre que sea posible, evite el levantamiento manual. Organice el trabajo para reducirlo al mínimo. Distribuya la carga en unidades de poco peso y de poco volumen.
- Estar en buen estado físico. Si no está acostumbrado a efectuar levantamientos difíciles, no lo intente sólo.
- Coloque la carga de forma que se pueda elevar lo más cómodo posible. Disponga de medios y protecciones para manejarlas.
- Asegúrese que hay espacio suficiente para moverse.
- Antes de levantar, agarre la carga por los lugares de mayor seguridad. Use las palmas de la mano.
- Ponga el cuerpo lo más cerca de la carga y tire de ésta para arrimarla antes de levantarla.
- Coloque los pies lo más cerca posible de la carga, lo suficientemente separados para lograr estabilidad. Ponga un pie delante del otro y hacer que apunten en la dirección del movimiento.
- No eleve cuando la carga esté al alcance de los brazos. Doble las rodillas.
- Levante enderezando las piernas, doblando ligeramente la espalda. Las manos y los brazos sirven para asir la carga y llevarla cerca del cuerpo, no para elevarla.
- No eleve bruscamente, ni tuerza o doble la espalda.
- Si la carga es demasiado pesada, no continúe esforzándose. Pida ayuda y busque medios auxiliares.
- La descarga se hará en el sentido inverso al realizado para la carga.