



GUÍA ORIENTATIVA EN PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS EN HOSTALERÍA



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE TRABALLO
Dirección Xeral de Relacións Laborais

I	INTRODUCCIÓN	3
	Obxecto da Lei	3
	Obrigas do empresario	3
	Dereitos e deberes dos traballadores	3
	Competencias dos delegados de prevención....	4
	Obrigas dos traballadores	4
II	A ORGANIZACIÓN DA PREVENCIÓN NA EMPRESA	5
	O sistema de xestión.....	5
	Os recursos solicitados.....	5
	Os traballadores designados	5
	Modalidades de organización preventiva.....	5
III	RISCOS LABORAIS XERAIS EN HOSTALERÍA E A SÚA PREVENCIÓN	7
	Caídas a distinto nivel	7
	Caídas ao mesmo nivel.....	7
	Golpes, picadas e cortes por utensilios de cociña e pequenos electrodomésticos	8
	Caída de obxectos por manipulación, almacenamento, etc	8
	Sobreesforzos/ posturas forzadas	8
	Ao traballar de pé:.....	9
	Queimaduras.....	9
	Exposición a Substancias químicas: produtos de Limpeza.....	10
	Risco eléctrico.....	10
	Explosión (gas).....	11
	Incendios	11
	Riscos biolóxicos	11
IV	SINIESTRALIDADE LABORAL	11
	Accidente de traballo.....	11
	Factores determinantes das enfermidades profesionais	12
	Causas dos accidentes de traballo (inmediatas, básicas)	12
	Custo da sinistralidade (para o accidentado e para a empresa)	13
V	NORMATIVA	14

I. INTRODUCCIÓN

Obxecto da Lei.

A Lei de prevención de riscos laborais ten por obxecto promover a seguridade e saúde dos traballadores mediante a aplicación das medidas e o desenvolvemento das actividades necesarias para a prevención de riscos derivados do traballo.

A Lei establece os principios xerais relativos a prevención dos riscos profesionais para a protección da seguridade e da saúde, a eliminación ou diminución dos riscos derivados do traballo, a información, a consulta, a participación equilibrada e a formación dos traballadores en materia preventiva.

Obriga: do empresario.

Os principios xerais da acción preventiva, referidos no artigo 15 da Lei de prevención de riscos laborais que debe cumprir o empresario son:

- Evitar os riscos.
- Avaliar os riscos que non se poden evitar.
- Combatir os riscos na súa orixe.
- Adaptar o traballo á persoa.
- Ter en conta a evolución da técnica.
- Trocar o perigoso polo que entraña pouco ou ningún risco.
- Adoptar medidas que antepoñan a protección colectiva á individual.
- Dar as debidas instrucións aos traballadores.

Dereitos e deberes dos traballadores.

De acordo co contido do punto 1 do artigo 14 da Lei de Prevención de Riscos Laborais, "os traballadores teñen dereito a unha protección eficaz en materia de seguridade e saúde no traballo".

Este dereito supón que o Empresario contrae un deber correlativo de protección dos traballadores ante os riscos laborais.

Os traballadores teñen dereito a:

- Ser consultados e participar en todo o referente á prevención.
- Información correspondente aos riscos do posto de traballo e como previlos.

- Unha formación adecuada e práctica en materia preventiva.
- Que se lle entreguen os Equipos de Protección Individual.
- Unha vixilancia periódica da saúde e o dereito a intimidade dos resultados.

No referente á consulta e participación, a Lei establece a figura do Delegado de Prevención. Os Delegados de Prevención son os representantes dos traballadores con funcións específicas en materia de prevención de riscos laborais no traballo. Deben ser nomeados por e entre os representantes do persoal.

As competencias dos Delegados de Prevención establecidas na Lei de Prevención son:

- Colaborar coa dirección da empresa na mellora da acción preventiva.
- Promover e fomentar a cooperación dos traballadores na execución da normativa sobre prevención de riscos laborais.
- Ser consultados polo empresario, con carácter previo a su execución, acerca das accións preventivas que realízanse na empresa.

O artigo 29 da Lei de Prevención de Riscos Laborais, indica **as obrigacións dos traballadores** en materia de prevención de riscos laborais:

- Velar, da acordo as súas posibilidades e mediante o cumprimento das medidas de prevención que en cada caso sexan adoptadas, pola súa propia seguridade e saúde no traballo e pola daqueloutras persoas ás que poida afectar a súa actividade profesional, por mor dos seus actos e omisións no traballo, de conformidade coa súa formación e as instrucións do empresario.
- Usar adecuadamente, de acordo coa súa natureza e os riscos previsibles, as máquinas, aparellos, ferramentas, substancias perigosas, equipos de transporte e, en xeral, calquera outros medios cos que desenvolvan a súa actividade.
- Utilizar correctamente os medios e equipos de protección facilitados.
- Non pór fóra de funcionamento e utilizar correctamente os dispositivos de seguridade existentes ou que se instalen nos medios relacionados coa súa actividade ou nos lugares de traballo nos que esta teña lugar.

- Informar de inmediato ao seu superior xerárquico directo, e aos traballadores designados para realizar actividades de protección e prevención, no seu caso, ao servizo de prevención acerca de calquera situación que considere poida presentar un risco para a seguridade e saúde.
- Contribuír ao cumprimento das obrigacións establecidas pola autoridade competente co fin de protexer a seguridade e saúde dos traballadores no traballo.
- Cooperar cos seus mandos directos para poder garantir unhas condicións de traballo que sexan seguras e non entrañen riscos para a seguridade e a saúde dos traballadores no traballo.
- Manter limpo e ordenado a súa contorna de traballo, localizando os equipos e materiais nos lugares asignados.

II. A ORGANIZACIÓN DA PREVENCIÓN NA EMPRESA

Segundo a Lei de Prevención de Riscos Laborais (Lei 31/95) e o R.D. 39/1997 do Regulamento dos Servizos de Prevención existen catro modalidades para organizar a prevención na empresa, dependendo do número de traballadores e do tipo de actividades que se realizan na mesma.

O **sistema de xestión** é un conxunto de accións organizadas que nos levan a cumprir a Lei de Prevención de Riscos Laborais.

Os **recursos utilizados**, tanto humanos como materiais, son determinados por parte do empresario, quen debe designar a un ou varios traballadores para realizar a devandita actividade, constituirá polo tanto un servizo de prevención propio, ou concertará o servizo cunha entidade especializada allea a empresa.

Os **traballadores designados** deberán ter a capacidade necesaria, dispor de tempo e medios tendo en conta o tamaño da empresa, e a actividade que desenrole para poder clasificar os riscos aos que están expostos os traballadores.

Tendo en conta todo o anterior, existen as seguintes **modalidades de organización preventiva** (segundo o

R.D. 39/97 do Regulamento dos Servizos de Prevención) que se poderán asumir coas condicións correspondentes:

1. Asumir persoalmente a actividade preventiva

- Si a empresa ten menos de dez traballadores.
- As actividades da empresa non estean incluídas no Anexo I do R.D. 39/1997 Regulamento dos Servizos de Prevención.
- O empresario desenrole a súa actividade, habitualmente, no centro de traballo.
- Teña a capacidade necesaria en función dos riscos ós que están expostos.

A vixilancia da saúde, así como aquelas outras actividades que o empresario non poida asumir, deberán cubrirse mediante o uso de calquera das outras actividades preventivas.

2. Designación por parte do empresario dun ou máis traballadores para ocuparse da actividade Preventiva da empresa, cumprindo as mesmas condicións que para o caso de ser asumido directamente polo empresario. Para poder optar por esta modalidade, os traballadores designados deben ter a capacidade correspondente ás funcións a desempeñar.

3. Constituindo un servizo de Prevención Propio

- Empresas de máis de 500 traballadores ou 250 en empresas con actividades do Anexo I do R.D. 39/1997.
- Cando a empresa non estea incluída no apartado anterior, mais así o decida a autoridade laboral.

4. Contratando un Servizo de Prevención Alieo, cando:

- A designación de Traballadores sexa insuficiente.
- No se optara por un servizo de Prevención Propio.
- Asíumase parcialmente a actividade preventiva.

Despois desto hai que ter en conta que:

Servizo de Prevención Propio é o conxunto de medios humanos e materiais necesario para poder realizar a actividade preventiva.

Servizo de Prevención Alieo é o prestado por una entidade especializada que, concerte coa empresa a realización de actividades preventivas e/ou o asesoramento e apoio que precise en función dos tipos de riscos. Esta entidade debe estar acreditada pola autoridade laboral.

III. RISCOS LABORAIS XERAIS EN HOSTALERÍA E A SÚA PREVENCIÓN

Caídas a distinto nivel: Escaleiras, fixas, manuais, etc.

- Pavimento de materiais non escorregadizos.
- As escaleiras disporán de varandas.
- Manter as escaleiras limpas e secas.
- Iluminar axeitadamente as escaleiras.
- Non correr nin saltar polas escaleiras.
- Prohibido a utilización de cadeiras, caixóns, etc. para acceder a lugares altos.
- Escaleiras manuais



- Antes de utilizar unha escaleira comprobar que está en bo estado.
- Fixar a escaleira de xeito seguro con puntos de apoio antiescorregadizos.
- Nunca apoiala sobre caixas ou bidóns.
- Non colocala diante dunha porta sen trabala ou sinalizada.
- Non trate de acadar obxectos afastados da escaleira.
- A suba e baixada farase de cara ás mesmas.
- Na escaleira de tesoura o tensor ten que estar completamente estendido.

Caídas ao mesmo nivel, resbalóns, tropezos e contusións

- Usar calzado antiescorregadizo e protección total do pé, **NON ZOZO**.
- En coziñas chans facilmente limpiables e antideslizantes.
- Evitar os caixóns e portas de armarios abertos.
- Ao fregar os chans, déixenos ben secos, durante a tarefa, sinalizar "Atención, chan mollado".
- Cámaras frigoríficas con dispositivos axeitados para recoller os derramos procedentes da desconxelación ou condensación.



Golpes, picadas e corte; por utensilios de cocina e pequenos electrodomésticos

- Manter orde e limpeza no posto de traballo.
- Utilizar os utensilios correctos para cada acción e utilízalos correctamente (Non abrir unha lata cun coitelo, por ex.).
- Os mangos sempre limpos e libres de graxa.
- Apreixar os coitelos sempre polo mango.
- Realizar as tarefas de corte en lugares ben iluminados.
- Utilizar luvas anticorte ou luvas cota de malla
- Ao utilizar maquinaria:
 - Dispoñerá da declaración "CE" de conformidade e manual de instrucións.
 - PROHIBIDO anular os seus dispositivos de seguridade.
 - Estarán situadas sobre un soporte estable e liso.
 - Non introducir nunca a man na zona de corte, para suxeitar o produto utilizar o contrapeso apreixándoo pola súa empuñadura.
 - Retirar os envoltorios e precintos que poidan levar os produtos.
 - Desconectar a máquina antes de proceder á súa limpeza, troco de accesorio, etc.



Caída de obxecto; por manipulación, almacenamento, etc.

- Evitar pilas demasiado altas, recomendable non sobrepasar o 1,5 m.
- Colocar as pilas de caixas de bebidas de xeito que coincidan as esquinas coas da caixa inferior. Isto proporciona maior estabilidade.

Sobreesforzo/ postura; forzada;

- Dispoñer de elementos auxiliares de manexo e transporte de cargas cando sexa preciso. A manipulación manual se realizará de forma axeitada:



Ao traballar de pé:

- Manter unha actitude corporal correcta: a columna na súa forma natural de posición "ergueita".
- O plano de traballo estará de forma xeral, a nivel dos codos.
- Se ten que traballar de pé trate de manter alternadamente un pé ergueito descansando sobre repousapés, tarimas, etc



Queimaduras:

- Prestar especial atención cando se cociña nunha fonte de calor ou preto dela.
- Dispor as tixolas, cacerolas, etc co mango para o interior dos fogóns
- Usaranse luvas e manguitos homologados contra contactos térmicos ou ben utilizar ganchos porta-bandexas para introducir e retirar do forno as bandexas.
- Evitar os desbordamentos de auga e aceite quente comprobando os niveis antes da introdución dos alimentos.
- Se se incendia unha tixola con aceite non apágala botando auga.
- Non tocar as partes quentes das máquinas (cafeteira, lavavasos, etc.).
- Camiñar amodo sen correr e distribuír de forma equilibrada os pratos e vasos por toda a bandexa, suxeitándoa coas dúas mans.

Exposición a substancias químicas; produtos de limpeza

- Prestar atención ao contido da Ficha de Seguridade das substancias utilizadas e seguir as súas instrucións. Ler as etiquetas dos produtos utilizados para realizar a limpeza (frases R: Riscos e frases S: Consellos de Prevención).



EXPLOSIVO



COMBURENTE



TÓXICO



IRRITANTE



INFLAMABLE



CORROSIVO

- Almacenar os envases pechados e en lugares ben ventilados.
- Mentres se realiza a limpeza manter as instalacións ventiladas.
- Usar equipos de protección individual indicados pola ficha de datos de seguridade de cada produto.
- Non mesturar os produtos de limpeza, xa que poden desprender gases perigosos.
- Non transvasar a envases que anteriormente contiveran alimentos ou bebidas. Non comer, beber, nin fumar no posto de traballo.
- Os envases de produtos químicos deben estar etiquetados.
- Cumprir as regulamentacións en materia de medio ambiente e de tratamento de residuos.



Risco eléctrico

- Revisarase a instalación de conexión a terra, polo menos anualmente, na época na que o terreo estea máis seco, por persoal competente. Medirase a resistencia de terra, e repararanse con carácter urxente os defectos que se atopen.
- Antes de comezar a traballar, realizar un control visual para detectar defectos recoñecibles (comprobar periodicamente o estado de

cables, enchufes, e aparellos eléctricos).

- Non desconectar os aparellos tirando do cable.
- Non utilizar os aparellos eléctricos con mans húmidas ou



molladas.

- Apagar os equipos ao finalizar a xornada laboral

Explosión (gas)

- Manter as rexas de ventilación e condutos de extraccións de gases limpas e libres de obstáculos.
- Realizar as revisións periódicas á instalación do gas natural de acordo coa lexislación vixente. Ditas revisións deben ser realizadas por persoal especializado.

Incendio:

- Disponerse extintores en número suficiente para que o percorrido real en cada planta desde calquera orixe de evacuación ata un extintor non supere os 15 m.
- A eficacia mínima dos devanditos extintores será 21A-113B.
- Próxima aos cadros eléctricos haberá un extintor de CO₂.



Risco: biolóxico:

- Disponerse de vestiarios. Estarán illados das zonas de manipulación e almacenamento de alimentos.
- Contedores de peche hermético.
- Limpar e desinfectar en profundidade os lugares de almacenamento, os equipos e ferramentas de traballo.
- Todos os traballadores deberán posuír da Formación de Manipulador de Alimentos antes da incorporación ao traballo.
- Os traballadores deberán solicitar revisión médica cada vez que se sospeite unha contaminación.
- Utilizaranse os equipos de protección individual axeitada para cada tarefa.

IV. SINIESTRALIDADE LABORAL

ACCIDENTE DE TRABALLO:

Suceso anormal, non querido nin desexado que se presenta de forma brusca e inesperada, aínda que normalmente é evitable, que interrompe a normal continuidade



do traballo e pode causar lesións. Teñen **CAUSAS NATURAIS E EXPLICABLES**. Actuando sobre estas causas naturais é como se poden evitar e reducir.

ENFERMIDADE PROFESIONAL:

Deterioro lento e gradual da saúde do traballador, producido por unha exposición crónica a situacións derivadas do ambiente no que se desenvolve o traballo, ou por organización do mesmo.



FACTORES DETERMINANTES DAS ENFERMIDADES PROFESIONAIS:

- * A concentración do axente contaminante no ambiente de traballo.
- * O tempo de exposición.
- * As características persoais de cada individuo.
- * A presenza de varios axentes contaminantes ao mesmo tempo.

ACCIDENTE DE TRABALLO: CAUSAS

CAUSAS INMEDIATAS

ACTOS INSEGUROS

- * Utilizar equipos sen autorización.
- * Operar a velocidades perigosas.
- * Eliminar ou neutralizar os dispositivos de seguridade.
- * Non utilizar os equipos de protección individual.

CONDICIÓN INSEGUROS

- * Carencia de resgardos/protección
- * Carencia de equipos de protección individual.
- * Protección non adecuadas.
- * Falta de espazo para desenvolverse.
- * Sinalización non adecuada ou inexistente. Orde e limpeza pobre...

CAUSAS BÁSICAS

FACTORES PERSOAIS

- * **MOTIVACIÓN DEFICIENTE** Actuar incumprindo normas...
- * **FALTA DE COÑECEMENTOS.** Información inicial inexistente...
- * **CAPACITACION FISICA MENTAL.** Rutina ou Monotonía

FACTORES DE TRABAJO

SUPERVISIÓN E LIDERADO DEFICIENTES:

- * Asignar responsabilidades pouco claras.
- * Formación /información insuficiente.

NORMAS DEFICIENTES DE TRABAJO

- * Procedementos de traballo seguros.

MANTEMENTO: Reparacións deficientes...

CUSTOS DA SINIESTRALIDADE para o ACCIDENTADO

Custo humano:

- Dor, sufrimento, invalidez , mortes..
- Perda do individuo, da súa experiencia.

Custo económico:

- Diminución de ingresos (prestación en IT ...)
- Gastos adicionais (adaptación de vivendas por discapacidade física,..)

CUSTOS DA SINIESTRALIDADE para a EMPRESA

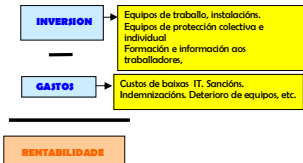
Custo humano:

- Perda de recursos humanos
- Presións sociais e psicolóxicas: procesos xudiciais, sentenzas.

Custos económicos:

- Custos de oportunidade: salarios, indemnizacións, etc.
- Custos financeiros: danos materiais, sancións, etc.

RENTABILIDADE DA PREVENCIÓN



V. NORMATIVA

1. R.D. 2816/1982, do 27 de agosto, polo que se aproba o regulamento xeral de de **policía de espectáculos públicos e actividades creativas**.
2. Lei 31/1995 do 8 de novembro. Lei de **Prevención de Riscos Laborais**.
3. R.D. 485/1997, do 14 de abril, sobre disposicións mínimas en materia de **sinalización de seguridade** e saúde no traballo.
4. R.D. 486/1997, do 14 de abril, polo que se establecen as disposicións mínimas de seguridade e saúde nos **lugares de traballo**.
5. R.D. 487/1997, do 14 de abril, sobre disposicións mínimas en seguridade e saúde relativas á **manipulación manual de cargas** que entrañe riscos, en particular dorsolumbares, para os traballadores.
6. R.D. 773/97, do 30 de maio, sobre disposicións mínimas de seguridade e saúde relativa á utilización polos traballadores no traballo dos **EPI**.
7. R.D. 1215/97, do 18 xullo, polo que se establecen as disposicións mínimas de seguridade e saúde para a utilización polos traballadores dos **equipos de traballo**.
8. Lei 54/2003 do 12 de decembro. Reforma do Marco Normativo da Lei de P.R.L.

9. R.D. 171/2004 do 30 de xaneiro, polo que se desenvolve o art. 24 da Lei 31/95 do 8 de novembro de P.R.L. en materia de **coordinación de actividades**.
10. Lei 28/2005 do 26 de decembro, sobre medidas sanitarias fronte ó **tabaquismo**, e reguladora da venda, suministro, consumo e publicidade dos produtos do tabaco.
11. R.D. 919/2006 do 28 de xullo, polo que se aproba o Regulamento técnico de **distribución e utilización de combustible** gaseosos e as súas instrucións técnicas complementarias.
12. R.D. 1942/1993 de 5 de novembro Regulamento de instalacións de **Protección contra Incendios**. (BOE14/12/93 e 7/5/94).
13. R.D. 2267/2004 3 de decembro, polo que se aproba el Regulamento de **seguridade contra incendio** nos establecementos industriais.
14. R.D.393/2007, de 23 de marzo, polo que se aproba a **Norma Básica de Autoprotección** dos centros, establecementos e dependencias dedicados a actividades que poidan dar orixe a situacións de emerxencia.
15. R.D. 919/2006 de 28 de xullo, polo que se aproba o Regulamento técnico de **distribución e utilización de combustible gaseoso**; e as súas instrucións técnicas complementarias. (BOE 4/9/06)
16. R.D. 363/1995 , de 10 de marzo, sobre **clasificación, envasado e etiquetado de substancia químicas e preparado perigosos**. (BOE 5/6/95)
17. Lei 25/2009, de 22 de decembro, de **modificación de diversas leis para a adaptación á lei para a súa adaptación á lei sobre o libre acceso ás actividades de servizo e o seu exercicio**. (BOE 23/12/09)



Editado por
Segaprel
(Servicio Gallego de Prevención de Riesgos
Laborales)