

EMPLOYEE SAFETY VIDEO
(VIDEO DE INFORMACIÓN SOBRE LA SEGURIDAD DE LOS EMPLEADOS)

1. Hola. A través de este video Ud. recibirá información sobre los accidentes más comunes de empleados que ocurren en los restaurantes tales como los esguinces y las torceduras, los resbalones y las caídas, y los cortes y las quemaduras.
2. Nosotros le enseñaremos qué es lo que Ud. necesita hacer para evitar los problemas antes de que se lastime alguien.
3. Las estadísticas demuestran que la mayoría de los accidentes en restaurantes son debido a factores personales, y casi todos los accidentes son evitables. Uno necesita estar consciente de lo que ocurre a su alrededor, y la comunicación y el espíritu de trabajar juntos son importantes para reducir accidentes y heridas a Ud. y a sus compañeros de trabajo. Vamos a ver a continuación.
4. Las caídas, quemaduras, y otros accidentes se pueden evitar a través de una comunicación continua sobre los riesgos potenciales y los peligros como anunciar que Ud. está detrás de alguien, o viene en dirección contraria alrededor de una esquina, o pasa por una puerta o que lleva una sartén caliente.
5. Los resbalones y las caídas son el origen de la mayoría de las reclamaciones por lesiones de empleados en los restaurantes. Las áreas de mayor riesgo para los resbalones y las caídas en los restaurantes son: las cocinas, los vestuarios, las escaleras, los servicios, los pasajes y pasadizos donde muchos caminan, y la zona de carga y descarga.
6. Los pisos mojados o resbaladizos causan un gran número de lesiones de los empleados. Acuérdesse que los compañeros de trabajo pueden llevar cosas que les impidan la vista del suelo. Es necesario inspeccionar todas estas zonas de alto riesgo continuamente. Si Ud. observa un derrame u otro problema, no abandone el lugar. Si Ud. lo puede remediar inmediatamente, hágalo. Si no es posible, Ud. debe vigilar el derrame y pedir a otro empleado que traiga un letrero para indicar el área afectada. Asegúrese de que el piso esté seco después de limpiarlo porque existe la posibilidad de que siga resbaladizo.
7. Los pisos desniveles pueden presentar un riesgo de tropiezo. Si existe un cambio de nivel de superficie o borde de escalera, esta condición debe ser claramente indicada.
8. Los empleados no deben llevar calzado que tenga una suela lisa. Los empleados deben llevar zapatos con una suela antideslizante, y éstos se pueden conseguir fácilmente en las zapaterías. El calzado que tiene un dibujo con relieve en la suela como un diseño "x" u otras cruces son más antideslizantes que las suelas lisas. El calzado de tipo antideslizante es esencial en el restaurante para reducir el riesgo de caerse. En la cocina no lleve suecos, sandalias, tacones altos, ni zapatos abiertos por delante ni por detrás. Es necesario estar seguro de que la estera

antideslizante en el piso de la cocina y en otras zonas donde hay mucho personal esté seca y libre de basura u otros obstáculos que puedan presentar un peligro al caminar.

9. Las escaleras dentro del restaurante pueden estar resbaladizas. Tenga cuidado al bajar las escaleras y use el pasamanos. No lleve nada que sea ni incómodo ni demasiado pesado, y necesita estar seguro de que Ud. pueda ver la escalera y los pies al caminar.

10. El trabajar en un restaurante requiere un esfuerzo físico muy grande. Las actividades como levantar, agacharse, torcerse el cuerpo, y llevar cosas muy pesadas como bandejas grandes de comida son muy comunes en un restaurante. Cuando un empleado hace un esfuerzo demasiado duro esta persona puede experimentar un dolor repentino y una hinchazón alrededor de una articulación o músculo. Esta lesión puede ser un esguince o una torcedura. Movimientos repetitivos como alcanzar y levantar puede causar esguinces y torceduras del cuello y de la espalda, sobre todo cuando uno mantiene una posición incómoda y difícil.

Si Ud. experimenta cualquier dolor, hinchazón, moratón, inestabilidad y/o la pérdida de su capacidad de mover y usar una articulación, es posible que Ud. tenga un esguince o una torcedura. Para evitar lesiones de este tipo, no lleve una carga que sea demasiado pesada. Busque a una persona para ayudar y levántela de la manera correcta. Agáchese con la espalda recta. Agarre la carga bien y levántela usando el esfuerzo de las rodillas, no la espalda.

11. También Ud. se puede lastimar al tratar de alcanzar una cosa que está demasiado alta o lejos. Es más seguro colocar las cosas y organizar las áreas de trabajo de manera que Ud. pueda alcanzar fácilmente las cosas que se usan con mucha frecuencia.

12. Los esfuerzos repetitivos como levantar bandejas de platos y cestas lavavasos pueden provocar un cansancio en los músculos y una hinchazón en las articulaciones. Es mejor no sobrecargar las bandejas de platos ni hacerlas demasiado pesadas. Es necesario variar sus actividades para que tengan carácter rotatorio, a fin de disminuir las tareas repetitivas.

13. Si Ud. sirve los platos, no lleve bandejas sobrecargadas. Siempre ponga las cosas más pesadas en el centro de la bandeja y esto ayuda a balancear la carga en el brazo y la mano. Mantenga los codos cerca del cuerpo y use las dos manos siempre y cuando esto sea posible. Quédese cerca de la mesa para servir, y no se extienda demasiado.

14. El ambiente del restaurante presenta muchas oportunidades para las cortaduras. La cocina – con sus cuchillos, utensilios afilados, máquinas de cortar y

otro equipo potencialmente peligroso – es el área más común de cortarse o quemarse.

15. Es necesario manipular y usar los cuchillos y otros utensilios afilados con mucho cuidado; y después de usarlos es importante lavarlos y guardarlos en un lugar seguro -- un soporte específico para cuchillos, como un bloque de madera o una tira magnética. Nunca guarde los cuchillos con la cuchilla expuesta, o dejarlos en el fregadero para lavar después.

16. Al usar un cuchillo, siempre es necesario cortar en sentido contrario al cuerpo. Asegúrese de que el cuchillo esté bien afilado y que se emplee el equipo protector necesario y apropiado para la seguridad personal, como guantes de la fibra “kevlar,” protectores para los dedos, o útiles como tenazas. Es necesario estar consciente de equipo o lugares peligrosos e indicarlos con una etiqueta siempre y cuando sea posible.

17. Las quemaduras son el mayor peligro al que está expuesto el personal de cocina del restaurante. Uno siempre tiene que estar consciente de equipo caliente a su alrededor como los hornos, las freidoras, las parrillas, los gratinadores, las lámparas que mantienen caliente la comida, las mesas de vapor, y los lavaplatos de alta temperatura. Mantenga el mango de los utensilios fuera del calor, y no permita que los mangos de las sartenes extiendan fuera de la superficie del hornillo. Pida ayuda al mover o quitar contenedores pesados y llenos de líquidos calientes. Es importante avisar a todos si existe una situación de alta temperatura.

18. Si Ud. manipula o usa equipo que produce calor, asegúrese de que reciba las instrucciones necesarias para usarlo de una manera segura.

19. Los productos empleados para la limpieza también pueden causar quemaduras. Asegúrese de que todos los productos químicos tengan una etiqueta claramente marcada y que estos productos se guarden tan pronto como sea posible después de usarlos. Es necesario saber como usar los productos de limpieza correctamente porque al contrario Ud. corre el riesgo de quemarse a sí mismo o a otras personas. Pregúntele a su supervisor en caso de cualquier duda.

20. El acoso sexual se considera como la atención continua e indeseada de tipo sexual entre compañeros de trabajo, solicitudes de favores sexuales, y otro contacto verbal o físico. El acoso sexual está considerado como una forma de discriminación y es contra la ley.

21. Ejemplos de acoso sexual pueden ser bromas sexuales indeseadas, comentarios lascivos, o lenguaje ofensivo.

22. Cualquier tacto indeseado como poner el brazo alrededor de la cintura de otra persona puede considerarse como acoso sexual, por lo tanto es mejor no tocar a nadie.

23. No les mande ningún correo electrónico de tipo sexual a los compañeros de trabajo, ni tampoco muestre ni objetos, ni fotos, ni carteles que sean de tipo sexual.

24. Si Ud. cree que es víctima de acoso sexual, dígaselo a su supervisor inmediatamente.

25. La discriminación ocurre cuando un empleado sufre un tratamiento desfavorable o injusto debido a su raza, religión, origen, sexo, u orientación sexual.

26. La discriminación ocurre con más frecuencia al contratar la persona para trabajar, la evaluación de su trabajo, su ascenso en la empresa, la formación del empleado en el trabajo, el sueldo, y las acciones de tipo disciplinario.

27. Como empleado Ud. tiene la protección legal contra cualquier tipo de discriminación. Es necesario informar al gerente del restaurante sobre cualquier tipo de discriminación que Ud. perciba.

SUMMATION:

A través de este video Ud. ha aprendido que hay muchos ejemplos donde un(a) empleado(a) puede lastimarse en el trabajo. La operación de un restaurante trata de muchas situaciones que pueden resultar peligrosas, y es imposible que una persona esté consciente de todo lo que ocurre. Es importante que todos los empleados trabajen en equipo para proteger el uno al otro de cualquier daño.