Guest Security & Privacy – Hospitality Stats and Facts

FACTS

Here are some key hazards associated with guest security and privacy at hotels:

1. **Physical Security Threats:** Hotels must protect guests from unauthorized access and potential criminal activities. Inadequate security measures, like poor lighting, lack of surveillance cameras, or insufficient security personnel, can make guests vulnerable to theft, assault, and other crimes.
2. **Data Privacy Concerns:** Hotels collect personal information from guests, including contact details, payment information, and sometimes even passport data. If this information is not properly secured, it can be susceptible to data breaches, leading to identity theft and financial fraud.
3. **Room Break-ins:** Lack of secure locks, malfunctioning key card systems, or easy access to master keys can lead to unauthorized entry into guest rooms, posing risks to personal safety and property.
4. **Surveillance and Eavesdropping:** Guests expect privacy in their rooms and throughout the hotel premises. Unauthorized surveillance or eavesdropping can infringe on this expectation, leading to legal issues and damage to the hotel's reputation.
5. **Cybersecurity Threats:** With the increasing reliance on digital systems for bookings, payments, and access control, hotels are targets for cyber attacks. Guests' personal and financial information can be compromised if the hotel's network is not secure.
6. **Social Engineering and Scams:** Guests can be targets of social engineering tactics, where scammers pose as hotel staff or affiliated entities to extract personal information

or money.

STATS

- The global hotel industry spends billions of dollars annually on security measures to ensure the safety of guests and employees. According to estimates from industry reports, security expenditure typically ranges from 1% to 3% of a hotel’s total revenue.
- Many hotels invest in training programs for their staff to enhance security awareness and response capabilities. According to a survey conducted by the American Hotel & Lodging Educational Institute, around 90% of hotel operators reported providing security training to their employees.
- According to the U.S. Bureau of Justice Statistics, hotels and motels are among the top locations for property crimes such as theft and burglary.
- Hotels around the world are not being razed to the ground on a weekly basis. Having said this, hotel violence happens every month, globally. The World Economic Forum’s □”Travel and Tourism Competitiveness Report, 2017″ recently asserted, regarding tourism and hotels, that, “geopolitical insecurity is the new normal.”
- At the same time, STR Global reports that the hotel sector has expanded 17% over the past decade.

Guest Security & Privacy – Hospitality Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Estos son algunos de los principales peligros relacionados con la seguridad y la privacidad de los huéspedes en los hoteles:

1. **Amenazas a la Seguridad Física:** Los hoteles deben proteger a los huéspedes de accesos no autorizados y de posibles actividades delictivas. Las medidas de seguridad inadecuadas, como una iluminación deficiente, la falta de cámaras de vigilancia o la insuficiencia de personal de seguridad, pueden hacer que los huéspedes sean vulnerables a robos, agresiones y otros delitos.
2. **Preocupación por la Privacidad de los Datos:** Los hoteles recopilan información personal de los huéspedes, como datos de contacto, información de pago y, a veces, incluso datos del pasaporte. Si esta información no está debidamente protegida, puede ser susceptible de sufrir filtraciones de datos, lo que puede dar lugar a robos de identidad y fraudes financieros.
3. **Robos en las Habitaciones:** La falta de cerraduras seguras, el mal funcionamiento de los sistemas de tarjetas llave o el fácil acceso a las llaves maestras pueden conducir a la entrada no autorizada en las habitaciones de los huéspedes, lo que plantea riesgos para la seguridad personal y la propiedad.
4. **Vigilancia y Escuchas:** Los huéspedes esperan que se respete su intimidad en sus habitaciones y en todas las instalaciones del hotel. La vigilancia o las escuchas no autorizadas pueden vulnerar esta expectativa, lo que puede acarrear problemas legales y dañar la reputación del hotel.
5. **Amenazas a la Ciberseguridad:** Con la creciente dependencia de los sistemas digitales para las reservas, los pagos y el control de acceso, los hoteles son blanco de ciberataques. La información personal y financiera de los huéspedes puede verse comprometida si la red del hotel no es segura.
6. **Ingeniería Social y Estafas:** Los huéspedes pueden ser blanco de tácticas de ingeniería social, donde los estafadores se hacen pasar por personal del hotel o entidades afiliadas

para extraer información personal o dinero.

ESTADÍSTICAS

- El sector hotelero mundial gasta anualmente miles de millones de dólares en medidas de seguridad para garantizar la seguridad de huéspedes y empleados. Según estimaciones de informes del sector, el gasto en seguridad suele oscilar entre el 1% y el 3% de los ingresos totales de un hotel.
- Muchos hoteles invierten en programas de formación de su personal para mejorar la concienciación y la capacidad de respuesta en materia de seguridad. Según una encuesta realizada por el American Hotel & Lodging Educational Institute, alrededor del 90% de los operadores hoteleros declararon impartir formación en seguridad a sus empleados.
- Según la Oficina de Estadísticas de Justicia de Estados Unidos, los hoteles y moteles se encuentran entre los principales lugares de delitos contra la propiedad, como hurtos y robos.
- Los hoteles de todo el mundo no son arrasados semanalmente. Dicho esto, la violencia hotelera se produce todos los meses en todo el mundo. El ”Travel and Tourism Competitiveness Report, 2017″ del Foro Económico Mundial afirmó recientemente, en relación con el turismo y los hoteles, que, »la inseguridad geopolítica es la nueva normalidad.»
- Al mismo tiempo, STR Global informa de que el sector hotelero se ha expandido un 17% en la última década.

Guest Security & Privacy – Hospitality Fatality File

Fatal Breach: A Tragic Outcome of Compromised Guest Security in a Luxury Hotel

In a harrowing incident that has raised alarm bells across the hospitality industry, a breach in guest security at the prestigious Vista Hotel resulted in a fatal tragedy.

The victim, a renowned business leader staying at the hotel for a high-profile conference, was subjected to a targeted attack following a security lapse that exposed guest room details to unauthorized personnel.

Preliminary investigations reveal that the assailant, exploiting a flaw in the hotel’s digital key card system, gained access to the victim’s room undetected.

This breach not only culminated in a tragic loss of life but also spotlighted the critical vulnerabilities in the hotel’s guest privacy and security protocols.

The incident has prompted an industry-wide re-evaluation of guest safety measures, emphasizing the urgent need for hotels to fortify their security frameworks to protect their patrons and prevent such devastating occurrences in the future.

Guest Security & Privacy — Hospitality Fatality File — Spanish

Infracción Mortal: El trágico desenlace de un fallo de seguridad en un hotel de lujo

En un estremecedor incidente que ha hecho saltar las alarmas en todo el sector hotelero, un fallo en la seguridad de los huéspedes del prestigioso Hotel Vista se saldó con una tragedia mortal.

La víctima, un reputado empresario que se alojaba en el hotel para asistir a una conferencia de alto nivel, fue objeto de un ataque selectivo tras un fallo de seguridad que expuso los datos de las habitaciones de los huéspedes a personal no autorizado.

Las investigaciones preliminares revelaron que el agresor, aprovechando un fallo en el sistema de tarjetas llave digitales del hotel, accedió a la habitación de la víctima sin ser detectado.

Esta brecha no sólo culminó con la trágica pérdida de una vida, sino que también puso de manifiesto las vulnerabilidades críticas de los protocolos de privacidad y seguridad de los huéspedes del hotel.

El incidente ha provocado una reevaluación de las medidas de seguridad de los huéspedes en todo el sector, y ha puesto de relieve la urgente necesidad de que los hoteles refuercen sus marcos de seguridad para proteger a sus clientes y evitar sucesos tan devastadores en el futuro.

Guest Security & Privacy – Hospitality Infographic –

Spanish



Fuente: https://www.omnitecsystems.es

Guest Security & Privacy – Hospitality Infographic



Source: https://www.slideteam.net

PPE Hospitality Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

En el sector de la hostelería, la seguridad del personal va más allá de un servicio amable. Los equipos de protección personal (EPP) son cruciales para prevenir lesiones y enfermedades. El EPP específico necesario depende del trabajo. Las amas de llaves pueden utilizar guantes y desinfectantes, mientras que los cocineros necesitan manoplas resistentes al calor y calzado antideslizante. Incluso el personal de atención al público, como camareros y camareras, puede beneficiarse de EPP como mascarillas para minimizar la exposición a gérmenes, especialmente durante las temporadas de gripe y resfriados.

CUÁL ES EL PELIGRO

Los trabajadores de la hostelería pueden estar expuestos a un sorprendente número de peligros. Desde los suelos resbaladizos de las cocinas hasta el levantamiento de equipajes pesados, la posibilidad de sufrir lesiones y enfermedades está siempre presente. Sin el EPP adecuado, como guantes, gafas y delantales, los trabajadores de la hostelería que manipulan productos químicos de limpieza y desinfectantes corren el riesgo de sufrir irritaciones cutáneas, quemaduras químicas y problemas respiratorios por inhalación de vapores.

Los empleados encargados de cortar y rebanar alimentos son vulnerables a cortes y heridas punzantes. Si no se utilizan guantes resistentes a los cortes o una protección adecuada para las manos, aumenta el riesgo de lesiones provocadas por utensilios y herramientas de cocina afilados. Estos peligros ponen de relieve la importancia de seleccionar y utilizar EPP adecuados para mitigar los riesgos y garantizar la seguridad y el bienestar de los trabajadores de la hostelería en diversas funciones y entornos.

COMO PROTEGERSE

La hostelería se nutre de la creación de un entorno acogedor y confortable para los clientes. Sin embargo, entre bastidores, el personal trabaja en un entorno dinámico y a veces arriesgado. Aquí es donde entran en juego los equipos de protección personal (EPP). El EPP actúa como una línea de defensa crucial, minimizando los riesgos y salvaguardando la salud de los empleados.

Identificación de peligros y selección del EPP adecuado

El primer paso para un uso eficaz de los EPP es la identificación de los peligros. Realice una evaluación exhaustiva del lugar de trabajo, teniendo en cuenta las tareas y entornos específicos a los que se enfrenta cada empleado. Riesgos más comunes y EPP correspondientes para las distintas funciones en el sector de la hostelería:

Riesgos Relacionados con la Limpieza: Exposición a productos químicos de limpieza (irritación de la piel, problemas respiratorios), resbalones y caídas (suelos mojados), levantar objetos pesados (tensión en la espalda).

EPP:

- **Guantes:** Los guantes resistentes a los productos químicos protegen las manos de los productos químicos agresivos. Opte por distintos tipos, como látex, nitrilo o vinilo, en función de los productos de limpieza específicos que se utilicen.
- **Toallitas Desinfectantes:** Minimizan el contacto directo con productos químicos agresivos.
- **Calzado Antideslizante:** Proporcionan una buena tracción en superficies mojadas para evitar caídas.

Riesgos para Cocineros y Chefs: Quemaduras (por hornos calientes, parrillas y líquidos), cortes (por cuchillos y ralladores), resbalones y caídas (suelos grasientos).

EPP:

- **Guantes resistentes al Calor y Guantes de Horno:** Ofrecen protección contra el calor extremo durante las operaciones de cocina.
- **Guantes Resistentes a los Cortes:** Proporcionan una capa extra de protección para las manos cuando se manipulan cuchillos afilados y ralladores. Busque guantes con forro de Kevlar para una mayor resistencia a los cortes.
- **Zapatos Antideslizantes con Soporte para el Arco:** Garantizan una buena tracción en los suelos grasientos de las cocinas, a la vez que proporcionan soporte al arco del pie para las largas horas que se pasa de pie.

Riesgos para camareros y camareras: Trastornos musculoesqueléticos (por llevar bandejas pesadas), resbalones y caídas (por llevar comida y bebida, suelos mojados), exposición a gérmenes (por manipular platos, utensilios e interactuar con los clientes).

EPP:

- **Zapatos Antideslizantes:** Al igual que los cocineros, los camareros y camareras se benefician de zapatos antideslizantes para desplazarse con seguridad por suelos potencialmente húmedos.
- **Dispositivos de Transporte Ergonómicos:** Las bandejas y los dispositivos de transporte diseñados para distribuir el peso uniformemente pueden ayudar a prevenir la tensión muscular y las lesiones de espalda.
- **Mascarillas (opcionales):** Aunque no siempre son obligatorias, las mascarillas pueden ofrecer una protección adicional contra los gérmenes transportados por el aire, especialmente durante las temporadas altas de gripe y resfriados.

Consideraciones Adicionales:

- En situaciones que impliquen la exposición a productos químicos de limpieza fuertes, puede ser necesario el uso de respiradores. Asegúrese de recibir la capacitación adecuada para seleccionar el tipo y el ajuste correctos de respirador para el peligro específico.
- Las gafas de seguridad o los protectores faciales pueden proteger los ojos de salpicaduras de productos químicos, grasa o residuos que salgan despedidos.
- En entornos muy ruidosos, como cocinas o lavanderías, pueden utilizarse tapones para los oídos o auriculares con cancelación de ruido para evitar lesiones auditivas.
- Para tareas específicas, como las entregas nocturnas o el trabajo en aparcamientos, los chalecos o chaquetas reflectantes pueden mejorar la visibilidad del personal.

CONCLUSIÓN

Los EPP son más eficaces cuando se utilizan junto con otras medidas de seguridad, como una capacitación adecuada sobre prácticas laborales seguras y el mantenimiento de un entorno de trabajo limpio y organizado. Las inspecciones periódicas de los EPP son cruciales. Los equipos dañados o desgastados deben sustituirse inmediatamente.

PPE Hospitality Meeting Kit

WHAT’S AT STAKE

In the hospitality industry, keeping staff safe goes beyond friendly service. Personal protective equipment, or PPE, is crucial in preventing injuries and illnesses. The specific PPE needed depends on the job. Housekeepers might use gloves and disinfectants, while chefs rely on heat-resistant mitts and non-slip shoes. Even front-of-house staff like waiters and waitresses can benefit from PPE like face masks to minimize exposure to germs, especially during cold and flu seasons.

WHAT’S THE DANGER

Hospitality workers can be exposed to a surprising number of hazards. From slippery kitchen floors to lifting heavy luggage, the potential for injuries and illnesses is ever-present. Without proper PPE such as gloves, goggles, and aprons, hospitality workers who handle cleaning chemicals and disinfectants are at risk of skin irritation, chemical burns, and respiratory problems due to inhalation of fumes.

Employees tasked with cutting and slicing food items are vulnerable to cuts and puncture wounds. Failure to wear cut-resistant gloves or appropriate hand protection increases the risk of injuries from sharp kitchen tools and utensils. These hazards highlight the importance of selecting and using appropriate PPE to mitigate risks and ensure the safety and well-being of hospitality workers in various functions and environments.

HOW TO PROTECT YOURSELF

Hospitality thrives on creating a welcoming and comfortable environment for customers. Behind the scenes, however, staff operate in a dynamic and sometimes risky work environment. This is where personal protective equipment (PPE) comes into play. PPE acts as a crucial line of defense, minimizing risks and safeguarding employee health.

Identifying Hazards and Selecting the Right PPE

The first step to effective use of PPE is hazard identification. Conduct a thorough workplace assessment, considering the specific tasks and environments faced by each employee. Most common hazards and corresponding PPE for different functions in the hospitality industry:

Housekeeping Risks: Exposure to cleaning chemicals (skin irritation, respiratory problems), slips and falls (wet floors), lifting heavy objects (back strain).

PPE:

- **Gloves:** Chemical-resistant gloves protect hands from harsh chemicals. Opt for different types like latex, nitrile, or vinyl, depending on the specific cleaning agents used.
- **Disinfectant Wipes:** Minimizes direct contact with harsh chemicals.
- **Slip-resistant Shoes:** Provide good traction on wet surfaces to prevent falls.

Chefs and Cook Risks: Burns (from hot ovens, grills, and liquids), cuts (from knives and graters), slips and falls (greasy floors).

PPE:

- **Heat-resistant Mitts and Oven Mitts:** Offer protection from extreme heat during cooking operations.
- **Cut-resistant Gloves:** Provide an extra layer of protection for hands when handling sharp knives and graters. Look for gloves with Kevlar lining for enhanced cut resistance.

- **Slip-resistant Shoes with Arch Support:** Ensure good traction on greasy kitchen floors while providing arch support for long hours spent standing.

Waiters and Waitresses Risks: Musculoskeletal disorders (carrying heavy trays), slips and falls (carrying food and drinks, wet floors), exposure to germs (from handling plates, utensils, and interacting with guests).

PPE:

- **Non-slip Shoes:** Like cooks, waiters and waitresses benefit from slip-resistant shoes for safe navigation of potentially wet floors.
- **Ergonomic Carrying Aids:** Trays and carrying devices designed to distribute weight evenly can help prevent muscle strain and back injuries.
- **Face Masks (Optional):** While not always mandatory, face masks can offer additional protection against airborne germs, especially during peak cold and flu seasons.

Additional Considerations:

- In situations involving exposure to strong cleaning chemicals, respirators might be necessary. Ensure proper training on selecting the right respirator type and fit for the specific hazard.
- Safety goggles or face shields can protect eyes from splashes of chemicals, grease, or flying debris.
- In high-noise environments such as busy kitchens or laundry rooms, earplugs or noise-canceling headphones can be used to prevent hearing damage.
- For specific tasks like nighttime deliveries or working in parking lots, reflective vests or jackets can enhance visibility for staff.

FINAL WORD

PPE is most effective when used in conjunction with other safety measures like proper training on safe work practices and

maintaining a clean and organized work environment. Regular inspections of PPE are crucial. Damaged or worn-out equipment should be replaced immediately.

PPE Hospitality Stats and Facts

FACTS

While Personal Protective Equipment (PPE) is crucial for ensuring safety in the hospitality industry, there are certain hazards associated with its use, especially if not managed properly:

- **Improper Use and Training:** Employees must be properly trained on how to use PPE correctly. Incorrect use can lead to a false sense of security and potentially increase the risk of injury or illness.
- **PPE Maintenance and Care:** If PPE is not properly maintained, cleaned, or replaced when needed, it can fail to provide the intended protection.
- **Heat Stress:** In kitchens or laundry areas, wearing certain types of PPE can increase the risk of heat stress, especially in high-temperature environments. Employees might suffer from dehydration, heat exhaustion, or heat stroke if PPE does not allow for adequate ventilation or if it traps heat.
- **Limited Mobility and Visibility:** Some PPE might restrict movement or visibility, which can be particularly hazardous in fast-paced environments like commercial kitchens or when handling heavy equipment in a hotel setting.
- **Allergic Reactions:** Some employees may have allergic reactions to materials used in PPE, such as latex gloves, which can lead to skin irritations or more severe allergic responses.

- **Improper Fit:** PPE must be correctly fitted to the individual user. Ill-fitting PPE can cause discomfort, restrict movement, or fail to provide the necessary protection, thereby increasing the risk of accidents.
- **Dependency on PPE Alone:** Relying solely on PPE without implementing other safety measures can be a hazard.

STATS

- Each year, 700,000 work days are lost due to injuries caused by the failure of personal protective equipment.
- Around 9,000 personal protective equipment-related accidents are reported to the Health and Safety Executive every year.
- According to data from the U.S. Bureau of Labor Statistics (BLS), the hospitality industry, including hotels, restaurants, and entertainment venues, increased spending on PPE significantly in response to the COVID-19 pandemic. This includes expenditures on items such as masks, gloves, face shields, and hand sanitizers to protect employees and guests from potential exposure to the virus.
- In Canada, workplace injuries and the use of personal protective equipment (PPE) are critical issues. According to recent reports, over 277,000 claims for lost time due to work-related injuries or diseases were accepted by compensation boards in 2021. It’s estimated that 37.6% of these injuries could have been prevented with proper use of PPE (Canada.ca) (CSA Group).
- Moreover, work-related injuries result in significant lost workdays. For instance, each year, Canadian employees lose an estimated 9.3 days per worker due to illness or disability, which equates to around 105 million workdays across all full-time employees (Statistics Canada).

PPE Hospitality Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Aunque los equipos de protección personal (EPP) son cruciales para garantizar la seguridad en el sector de la hostelería, existen ciertos peligros asociados a su uso, especialmente si no se gestionan adecuadamente:

- **Uso y Capacitación Inadecuados:** Los empleados deben recibir una capacitación adecuada sobre cómo utilizar correctamente los EPP. Un uso incorrecto puede dar lugar a una falsa sensación de seguridad y aumentar potencialmente el riesgo de lesiones o enfermedades.
- **Mantenimiento y Cuidado de los EPP:** Si los EPP no se mantienen, limpian o sustituyen adecuadamente cuando es necesario, pueden dejar de proporcionar la protección prevista.
- **Estrés Térmico:** En las cocinas o lavanderías, el uso de determinados tipos de EPP puede aumentar el riesgo de estrés térmico, especialmente en entornos con altas temperaturas. Los empleados pueden sufrir deshidratación, agotamiento por calor o insolación si el EPP no permite una ventilación adecuada o si atrapa el calor.
- **Movilidad y Visibilidad Limitadas:** Algunos EPP pueden restringir el movimiento o la visibilidad, lo que puede ser especialmente peligroso en entornos de ritmo rápido, como las cocinas comerciales, o al manipular equipos pesados en un hotel.
- **Reacciones Alérgicas:** Algunos empleados pueden tener reacciones alérgicas a los materiales utilizados en los EPP, como los guantes de látex, que pueden provocar irritaciones cutáneas o respuestas alérgicas más graves.
- **Ajuste Inadecuado:** Los EPP deben ajustarse correctamente a cada usuario. Un EPP mal ajustado puede causar incomodidad,

restringir los movimientos o no proporcionar la protección necesaria, aumentando así el riesgo de accidentes.

- **Dependencia Exclusiva de los EPP:** Depender únicamente de los EPP sin aplicar otras medidas de seguridad puede constituir un peligro.

ESTADÍSTICAS

- Cada año se notifican al Ejecutivo de Salud y Seguridad unos 9.000 accidentes relacionados con los equipos de protección individual.
- Según datos de la Oficina de Estadísticas Laborales de EE.UU. (BLS), el sector de la hostelería, incluidos hoteles, restaurantes y locales de ocio, aumentó significativamente el gasto en EPP en respuesta a la COVID-19 pandemia. Esto incluye gastos en artículos como máscaras, guantes, protectores faciales y desinfectantes de manos para proteger a los empleados y huéspedes de una posible exposición al virus.
- En Canadá, las lesiones en el lugar de trabajo y el uso de equipos de protección personal (EPP) son cuestiones críticas. Según informes recientes, en 2021 las juntas de compensación aceptaron más de 277.000 reclamaciones por tiempo perdido debido a lesiones o enfermedades relacionadas con el trabajo. Se estima que el 37,6% de estas lesiones podrían haberse evitado con el uso adecuado de EPI (Canada.ca) (Grupo CSA).
- Además, las lesiones relacionadas con el trabajo provocan importantes bajas laborales. Por ejemplo, cada año, los empleados canadienses pierden unos 9,3 días por trabajador debido a enfermedad o incapacidad, lo que equivale a unos 105 millones de días de trabajo entre todos los empleados a tiempo completo (Statistics Canada).

PPE Hospitality Fatality File

Fatal Neglect: The Dire Consequences of Inadequate PPE in the Hospitality Sector

In a heart-wrenching incident that serves as a stark reminder of the importance of Personal Protective Equipment (PPE) in the hospitality industry, a young chef at a renowned city hotel lost his life due to severe burns.

The tragic event unfolded in the hotel’s kitchen, where the absence of appropriate PPE turned a minor kitchen fire into a fatal disaster.

Despite the known risks associated with kitchen operations, the hotel had failed to provide its staff with fire-resistant clothing and adequate emergency training.

The chef, who was highly regarded for his culinary skills and passion for the profession, suffered fatal injuries when his non-compliant outfit caught fire during an attempt to extinguish a grease blaze.

This incident not only highlights the critical need for strict adherence to safety standards regarding PPE but also serves as a grim reminder of the potential human cost of negligence in the hospitality industry.

PPE Hospitality Infographic –

Spanish



Fuente: https://www.nueva-iso-45001.com

PPE Hospitality Fatality File –

Spanish

Negligencia Mortal: Las nefastas consecuencias de un EPP inadecuado en el sector de la hostelería

En un desgarrador incidente que sirve de crudo recordatorio de la importancia de los equipos de protección personal (EPP) en el sector de la hostelería, un joven cocinero de un conocido hotel de la ciudad perdió la vida a causa de graves quemaduras.

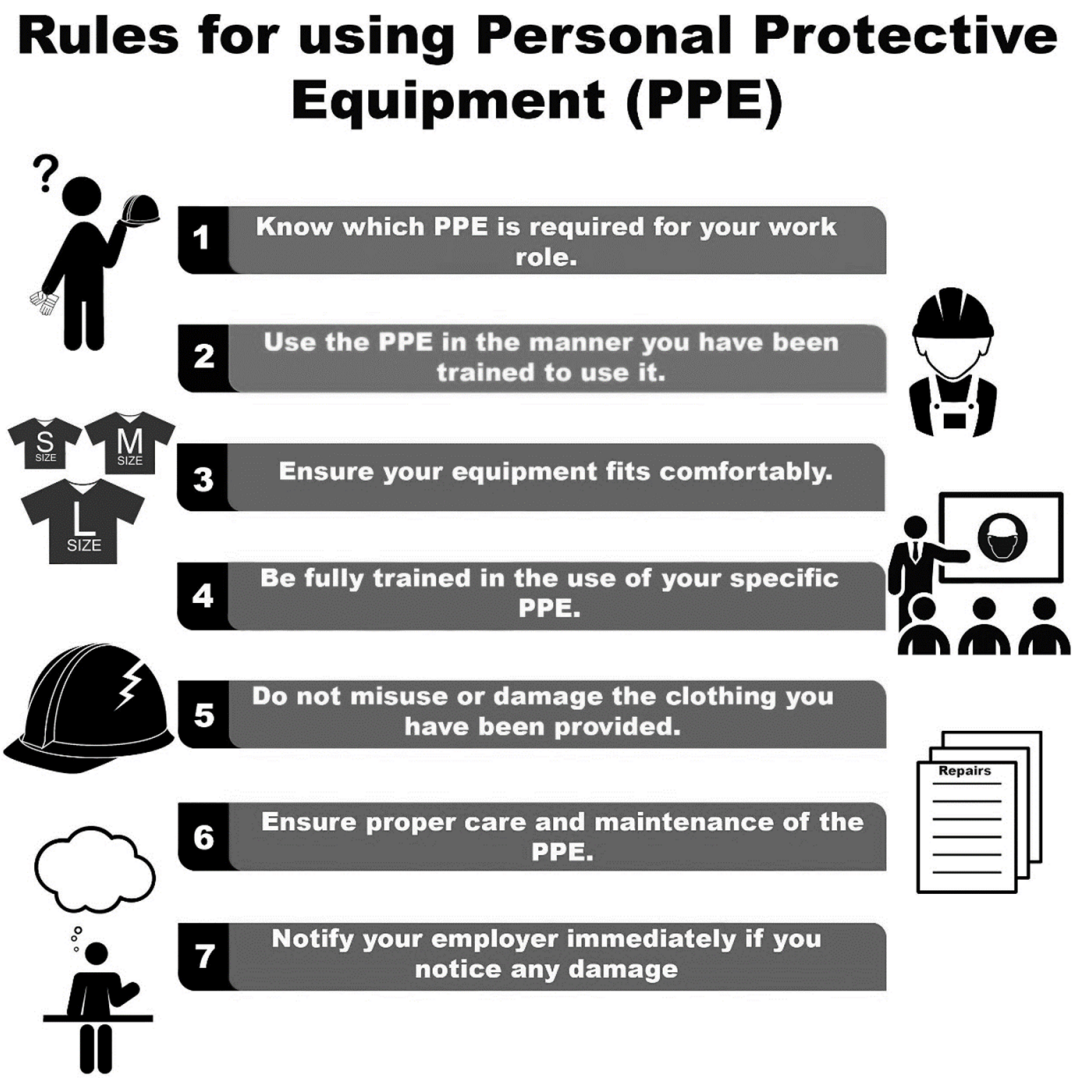
El trágico suceso tuvo lugar en la cocina del hotel, donde la ausencia de EPP adecuados convirtió un pequeño incendio en un desastre mortal.

A pesar de los riesgos conocidos asociados a las operaciones de cocina, el hotel no había proporcionado a su personal ropa ignífuga ni capacitación adecuada para casos de emergencia.

El cocinero, que gozaba de gran prestigio por sus habilidades culinarias y su pasión por la profesión, sufrió lesiones mortales cuando su atuendo, que no cumplía las normas, se incendió durante un intento de extinguir un incendio provocado por grasa.

Este incidente no sólo pone de relieve la necesidad crítica de cumplir estrictamente las normas de seguridad relativas a los EPP, sino que también sirve de sombrío recordatorio del posible coste humano de la negligencia en el sector de la hostelería.

PPE Hospitality Infographic



Source: https://www.makrosafe.co.za

Prevent Strains And Sprains Hospitality Safety Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Strains and sprains are a big deal in the hospitality industry. They can sideline staff from doing their jobs, which can make it tough to cover shifts and keep things running smoothly. For the worker, it can mean pain, lost wages, and even long-term problems.

The good news is that many strains and sprains are preventable with proper technique and a safe work environment.

WHAT'S THE DANGER

In the hospitality industry, strains and sprains present several risks to both employees and employers. Firstly, these injuries can lead to pain, discomfort, and decreased mobility for affected workers, potentially resulting in time off work and reduced productivity. Some risks include:

- Pain and discomfort: Strains and sprains can cause significant pain and discomfort, making it difficult to perform daily tasks, both at work and at home.
- Lost wages: If a strain or sprain is severe enough, it can lead to missed workdays, resulting in lost wages.
- Long-term health implications: Chronic strains and sprains can have long-term health implications, including chronic pain, decreased mobility, and reduced quality of life. Workers may experience ongoing discomfort and limitations in their daily activities, affecting their ability to perform both job-related tasks and personal activities outside of work.
- Reduced mobility and functionality: Strains and sprains can limit workers' ability to perform their job duties effectively, leading to decreased mobility and functionality. This can hinder their performance and productivity, affecting their overall job satisfaction and quality of life.
- Mental health impact: The pain and limitations caused by strains and sprains can contribute to stress, anxiety, and even depression.

HOW TO PROTECT YOURSELF

Prevent Strains and Sprains in Hospitality Safety

Strains and sprains are a common occurrence in the hospitality industry, especially for roles that involve a lot of lifting,

carrying, and repetitive motions. These injuries can be painful and debilitating, leading to lost workdays and impacting the worker’s well-being and the business’s productivity.

The good news is that there are many things hospitality staff and employers can do to prevent strains and sprains. Here are some key strategies:

For Workers:

- **Proper Body Mechanics:** Learn and practice proper lifting techniques, such as using your legs to lift, keeping your back straight, and avoiding twisting motions.
- Stretch Regularly: Take breaks throughout the day to stretch your major muscle groups, especially before and after physically demanding tasks.
- **Maintain good posture:** Being mindful of your posture throughout the day can help prevent strain on your back and neck.
- **Wear proper footwear:** Supportive shoes with good traction can help prevent slips and falls that can lead to sprains.
- **Communicate:** Don’t be afraid to ask for help with heavy lifting or other tasks that could put you at risk of injury.
- **Report injuries promptly:** If you do experience a strain or sprain, report it to your supervisor immediately so that you can receive proper medical attention.

For Employers:

- **Provide Training:** Train staff on proper lifting techniques, safe work practices, and the importance of ergonomics.
- **Invest in ergonomic equipment:** Provide ergonomic furniture, tools, and equipment to help workers maintain good posture and reduce strain on their bodies.
- **Promote a safety culture:** Create a work environment where safety is a priority and workers feel comfortable reporting hazards and injuries.
- **Regular workplace inspections:** Inspect the workplace for potential hazards, such as spills, uneven surfaces, and cluttered walkways.

- **Encourage breaks:** Encourage workers to take regular breaks to stretch and rest, especially during long shifts.

Here’s what to do if a worker experiences strains and sprains in the hospitality industry:

Immediate Steps for the Worker:

1. **Stop the Activity:** The first priority is to stop the activity that caused the pain. This prevents further strain on the injured area.
2. **RICE:** Apply the RICE principle – Rest, Ice, Compression, and Elevation. Rest the injured area, apply ice wrapped in a towel for 15-20 minutes at a time (avoid direct contact with skin), use a compression bandage to reduce swelling, and elevate the injured limb above the heart if possible.
3. **Pain Management:** Over-the-counter pain relievers like ibuprofen or acetaminophen can help manage pain and inflammation.

Returning to Work:

1. **Gradual Return:** Depending on the doctor’s advice, a gradual return to work with modified duties might be recommended. This allows for proper healing while minimizing further strain.
2. **Communication:** Maintain open communication with your supervisor regarding your progress and any limitations you may have upon returning to work.

FINAL WORD

Both the worker and employer can ensure a safe and smooth recovery process for strains and sprains in the hospitality industry. Remember, prioritizing safety and seeking prompt medical attention when needed is key to minimizing pain and ensuring a full and speedy recovery.

Prevent Strains And Sprains Hospitality Safety Stats and Facts

FACTS

Here are some common hazards that can lead to strains and sprains in the hotel sector:

- **Housekeeping Tasks:** Housekeepers often perform repetitive tasks such as making beds, vacuuming, and cleaning, which can strain muscles and joints.
- **Luggage Handling:** Bellhops and other staff who assist with guests' luggage can experience strains and sprains from lifting heavy suitcases or moving them awkwardly.
- **Maintenance Work:** Maintenance personnel in hotels often engage in tasks that require them to work in constrained or awkward positions, leading to potential strains and sprains.
- **Kitchen Operations:** Chefs and kitchen staff work in fast-paced environments where they might engage in repetitive motions, like chopping vegetables or lifting heavy pots and pans, increasing the risk of strains and sprains.
- **Slips, Trips, and Falls:** While not the direct cause of strains and sprains, slips, trips, and falls can result in these types of injuries.
- **Front Desk Operations:** Even employees who primarily work at the front desk can experience strains and sprains, especially from repetitive tasks like typing or using a computer for extended periods.

STATS

- Approximately 628,000 sprains occur annually in the USA, making sprains and strains the most common workplace injuries. In Canada, almost 50% of workplace injuries were attributed to sprains according to Statistics Canada, 2013.
- On average, the recovery time for a Grade 1 sprained ankle is 12 weeks, while a Grade 2 sprained ankle takes 36 weeks to heal.
- Sprains and strains are the leading nature of injury or illness in every major industry sector, with 33% of these cases occurring in the trade, transportation, and utilities sectors and an additional 19% in the education and health services sectors.
- Repetitive Strain Injuries (RSIs) are the most frequent type of lost-time injury and the single largest source of lost-time costs in Canada. According to the Association of Workers' Compensation Boards of Canada (AWCBC), over 10,000 accepted lost-time injuries due to musculoskeletal and connective tissue injuries were reported in 2019.
- Statistics from the Canadian Community Health Survey indicate that injuries caused by overexertion or strenuous movements were almost twice as frequent in working-age adults (27%) as in seniors (14%) and adolescents (15%) in Canada.
- Repetitive Strain Injuries (RSIs) affect about 15% of Canadians, which amounts to approximately 4.5 million people, according to Statistics Canada.

Prevent Strains And Sprains Hospitality Safety Stats and

Facts – Spanish

HECHOS

He aquí algunos riesgos habituales que pueden provocar torceduras y esguinces en el sector hotelero:

- **Tareas de Limpieza:** El personal de limpieza suele realizar tareas repetitivas, como hacer las camas, pasar el aspirador y limpiar, que pueden forzar los músculos y las articulaciones.
- **Manejo de Equipajes:** Los botones y demás personal que ayuda con el equipaje de los huéspedes pueden sufrir distensiones y esguinces por levantar maletas pesadas o moverlas con torpeza.
- **Trabajos de Mantenimiento:** El personal de mantenimiento de los hoteles realiza a menudo tareas que les obligan a trabajar en posiciones forzadas o incómodas, lo que puede provocar distensiones y esguinces.
- **Operaciones de Cocina:** Los chefs y el personal de cocina trabajan en entornos acelerados en los que pueden realizar movimientos repetitivos, como cortar verduras o levantar ollas y sartenes pesadas, lo que aumenta el riesgo de sufrir torceduras y esguinces.
- **Resbalones, Tropiezos y Caídas:** Aunque no son la causa directa de esguinces y torceduras, los resbalones, tropiezos y caídas pueden provocar este tipo de lesiones.
- **Operaciones de Recepción:** Incluso los empleados que trabajan principalmente en la recepción pueden sufrir torceduras y esguinces, especialmente por tareas repetitivas como teclear o utilizar un ordenador durante períodos prolongados.

ESTADÍSTICAS

- En Estados Unidos se producen aproximadamente 628.000 esguinces al año, lo que convierte a los esguinces y las distensiones en las lesiones laborales más comunes. En

Canadá, casi el 50% de las lesiones laborales se atribuyeron a esguinces, según Statistics Canada, 2013.

- Por término medio, el tiempo de recuperación de un esguince de tobillo de grado 1 es de 12 semanas, mientras que un esguince de tobillo de grado 2 tarda 36 semanas en curarse.
- Los esguinces y las distensiones son la principal causa de lesión o enfermedad en todos los sectores industriales importantes, con un 33% de estos casos en los sectores del comercio, el transporte y los servicios públicos y un 19% adicional en los sectores de la educación y los servicios sanitarios.
- Las lesiones por esfuerzo repetitivo (LER) son el tipo más frecuente de lesión con baja laboral y la mayor fuente de costes por baja laboral en Canadá. Según la Asociación de Juntas de Compensación de los Trabajadores de Canadá (AWCBC), en 2019 se registraron más de 10.000 lesiones con baja aceptadas debidas a lesiones musculoesqueléticas y del tejido conjuntivo.
- Las estadísticas de la Encuesta de Salud de la Comunidad Canadiense indican que las lesiones causadas por sobreesfuerzo o movimientos extenuantes fueron casi dos veces más frecuentes en adultos en edad laboral (27%) que en personas mayores (14%) y adolescentes (15%) en Canadá.
- Las lesiones por esfuerzo repetitivo (LER) afectan a cerca del 15% de los canadienses, lo que equivale aproximadamente a 4,5 millones de personas, según Statistics Canada.

Prevent Strains And Sprains Hospitality Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Las distensiones y los esguinces son un problema importante en el sector de la hostelería. Pueden apartar al personal de su trabajo y dificultar la cobertura de turnos y el buen funcionamiento de la empresa. Para el trabajador, puede significar dolor, pérdida de salario e incluso problemas a largo plazo. La buena noticia es que muchas distensiones y esguinces pueden prevenirse con una técnica adecuada y un entorno de trabajo seguro.

CUÁL ES EL PELIGRO

En el sector de la hostelería, las torceduras y los esguinces presentan varios riesgos tanto para los empleados como para los empleadores. En primer lugar, estas lesiones pueden provocar dolor, malestar y disminución de la movilidad de los trabajadores afectados, lo que puede dar lugar a bajas laborales y a una reducción de la productividad. Algunos riesgos son:

- **Dolor y Malestar:** Las distensiones y los esguinces pueden causar dolor y molestias importantes, dificultando la realización de las tareas cotidianas, tanto en el trabajo como en casa.
- **Pérdida de Salario:** Si una distensión o un esguince son lo bastante graves, pueden provocar la pérdida de días de trabajo, con la consiguiente pérdida de salario.
- **Consecuencias para la Salud a Largo Plazo:** Las distensiones y esguinces crónicos pueden tener consecuencias para la salud a largo plazo, como dolor crónico, disminución de la movilidad y reducción de la calidad de vida. Los trabajadores pueden experimentar molestias y limitaciones continuas en sus actividades cotidianas, lo que afecta a su capacidad para realizar tanto tareas relacionadas con el trabajo como actividades personales fuera del mismo.
- **Movilidad y Funcionalidad Reducidas:** Las distensiones y los esguinces pueden limitar la capacidad de los trabajadores para desempeñar eficazmente sus tareas laborales, lo que conduce a una disminución de la movilidad y la

funcionalidad. Esto puede dificultar su rendimiento y productividad, afectando a su satisfacción general en el trabajo y a su calidad de vida.
- **Impacto en la Salud Mental:** El dolor y las limitaciones que provocan las distensiones y los esguinces pueden contribuir al estrés, la ansiedad e incluso la depresión.

COMO PROTEGERSE

Prevención de Torceduras y Esguinces en la Hostelería

Las distensiones y los esguinces son frecuentes en el sector de la hostelería, sobre todo en las funciones que implican levantar, transportar y realizar movimientos repetitivos. Estas lesiones pueden ser dolorosas y debilitantes, provocar bajas laborales y afectar al bienestar del trabajador y a la productividad de la empresa.

La buena noticia es que hay muchas cosas que el personal de hostelería y los empresarios pueden hacer para prevenir las distensiones y los esguinces. **He aquí algunas estrategias clave:**

Para los Trabajadores:

- **Mecánica Corporal Adecuada:** Aprenda y practique técnicas de levantamiento adecuadas, como utilizar las piernas para levantar peso, mantener la espalda recta y evitar los movimientos de torsión.
- **Estírese con Regularidad:** Tómese descansos a lo largo del día para estirar los principales grupos musculares, especialmente antes y después de tareas físicamente exigentes.
- **Mantenga una Buena Postura:** Ser consciente de la postura que adoptas a lo largo del día puede ayudarte a prevenir tensiones en la espalda y el cuello.
- **Utilice Calzado Adecuado:** Un calzado de apoyo con buena tracción puede ayudar a evitar resbalones y caídas que pueden provocar esguinces.
- **Comuníquese:** No tenga miedo de pedir ayuda para levantar objetos pesados o realizar otras tareas que puedan ponerle

en riesgo de lesionarse.

- **Comunique las lesiones con prontitud:** Si sufre una distensión o un esguince, informe inmediatamente a su supervisor para que pueda recibir la atención médica adecuada.

Para los Empleadores:

- **Ofrezca Capacitación:** Capacite al personal sobre técnicas adecuadas para levantar objetos, prácticas de trabajo seguras y la importancia de la ergonomía.
- **Invierta en equipos ergonómicos:** Proporcione mobiliario, herramientas y equipos ergonómicos para ayudar a los trabajadores a mantener una buena postura y reducir la tensión en sus cuerpos.
- **Promueva una cultura de la seguridad:** Cree un entorno de trabajo en el que la seguridad sea una prioridad y los trabajadores se sientan cómodos informando de peligros y lesiones.
- **Inspecciones periódicas del lugar de trabajo:** Inspeccione el lugar de trabajo para detectar posibles peligros, como derrames, superficies irregulares y pasillos desordenados.
- **Fomente las pausas:** Anime a los trabajadores a hacer pausas periódicas para estirarse y descansar, especialmente durante los turnos largos.

  Esto es lo que hay que hacer si un trabajador sufre torceduras o esguinces en el sector de la hostelería:

Pasos inmediatos para el trabajador:

1. **Interrumpir la Actividad:** La primera prioridad es detener la actividad que causó el dolor. De este modo se evita una mayor tensión en la zona lesionada.
2. **RICE:** Aplique el principio RICE: reposo, hielo, compresión y elevación. Descansa la zona lesionada, aplica hielo envuelto en una toalla durante 15-20 minutos seguidos (evita el contacto directo con la piel), utiliza un vendaje compresivo para reducir la hinchazón y eleva la extremidad lesionada por encima del nivel del corazón si es posible.
3. **Tratamiento del Dolor:** Los analgésicos de venta libre como

el ibuprofeno o el paracetamol pueden ayudar a controlar el dolor y la inflamación.

Vuelta al Trabajo:

1. **Regreso Gradual:** Dependiendo del consejo del médico, puede recomendarse una vuelta gradual al trabajo con tareas modificadas. Esto permite una curación adecuada al tiempo que minimiza la tensión adicional.
2. **Comunicación:** Mantenga una comunicación abierta con su supervisor en relación con sus progresos y las limitaciones que pueda tener al volver al trabajo.

CONCLUSIÓN

Tanto el trabajador como el empleador pueden garantizar un proceso de recuperación seguro y fluido de las distensiones y los esguinces en el sector de la hostelería. Recuerde, dar prioridad a la seguridad y buscar atención médica inmediata cuando sea necesario es clave para minimizar el dolor y garantizar una recuperación completa y rápida.

Prevent Strains And Sprains Hospitality Safety Fatality File – Spanish

Trágicas Consecuencias de Ignorar las Prácticas Ergonómicas: Distensiones y

esguinces en la industria hotelera

En un sombrío incidente ocurrido en un hotel de lujo, una empleada del servicio doméstico falleció debido a complicaciones derivadas de una grave lesión musculoesquelética sufrida en el trabajo.

La empleada, que llevaba muchos años al servicio del hotel, sufrió un esguince debilitante mientras movía muebles pesados durante una limpieza rutinaria de habitaciones.

El esguince, que inicialmente se consideró una lesión leve, empeoró progresivamente debido al esfuerzo físico continuado sin la intervención médica adecuada ni adaptaciones en el lugar de trabajo.

Una investigación posterior al incidente reveló una falta sistemática de formación ergonómica y un suministro inadecuado de equipos o asistencia para tareas que implicaban levantar objetos pesados o movimientos repetitivos. Este trágico suceso ha puesto de manifiesto la necesidad imperiosa de que los hoteles den prioridad a la seguridad ergonómica, ofreciendo formación, equipos adecuados y asistencia médica para evitar la pérdida innecesaria de vidas por lesiones laborales.

Prevent Strains And Sprains Hospitality Safety Fatality File

Tragic Toll of Ignored Ergonomic

Practices: Strains and Sprains in Hotel Industry

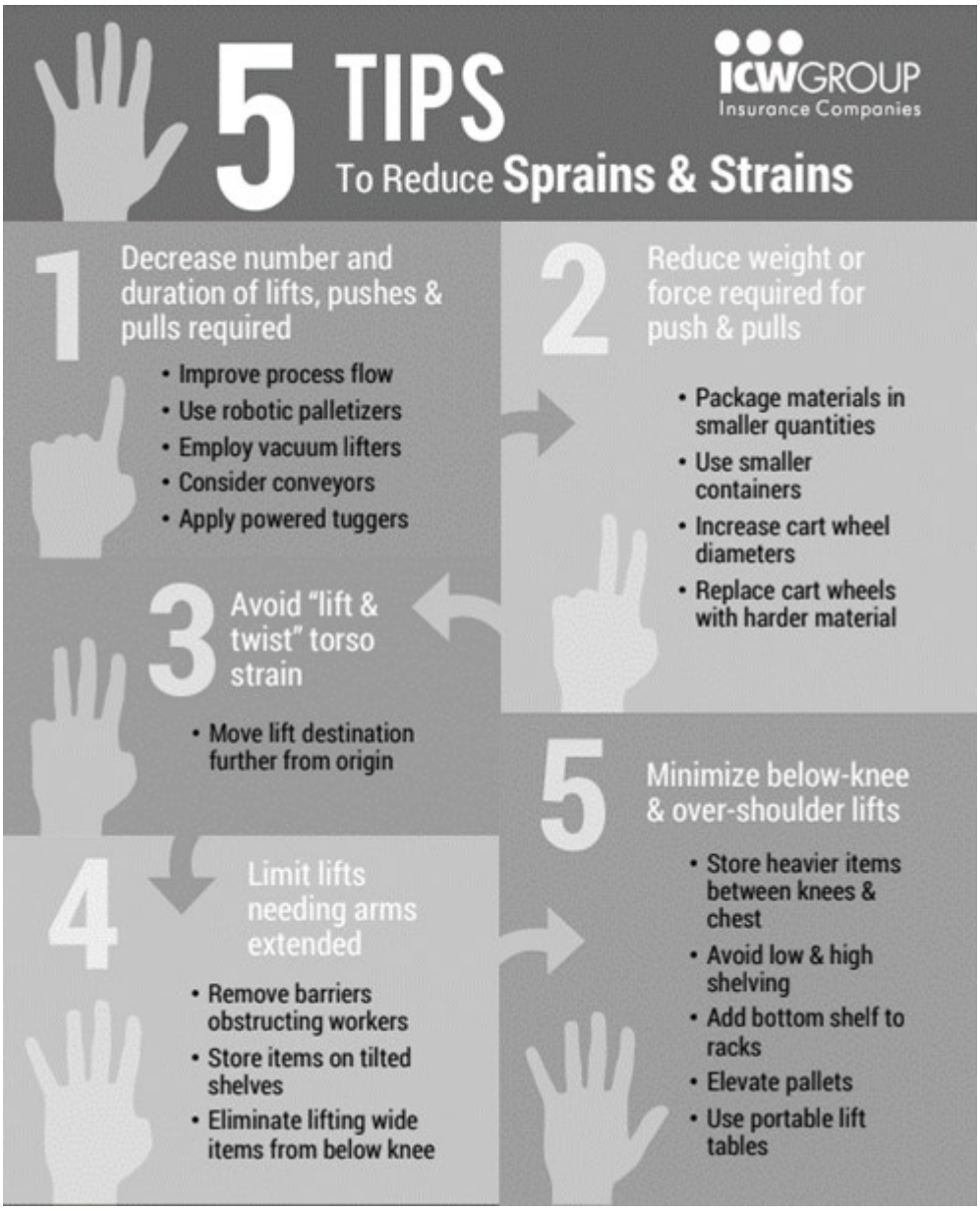
In a somber incident at a luxury hotel, a dedicated housekeeper died due to complications arising from a severe musculoskeletal injury incurred on the job.

The employee, who had been serving the hotel for many years, sustained a debilitating sprain while moving heavy furniture during a routine room cleaning.

The strain, initially dismissed as a minor injury, progressively worsened due to continued physical exertion without proper medical intervention or workplace accommodation.

An investigation post-incident revealed a systemic lack of ergonomic training and inadequate provision of equipment or assistance for tasks involving heavy lifting or repetitive motion. This tragic event has cast a spotlight on the critical need for hotels to prioritize ergonomic safety, offering training, proper equipment, and medical support to prevent such needless loss of life due to workplace injuries.

Prevent Strains And Sprains Hospitality Safety Infographic



Source: https://www.icwgroup.com

Prevent Strains And Sprains Hospitality Safety Infographic – Spanish

Fuente: https://vivirsinlimites.com.mx/

Ergonomics for Hospitality General Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

En el sector de la hostelería, descuidar la ergonomía puede tener consecuencias importantes para las empresas y sus empleados. Los puestos de trabajo incómodos, los movimientos repetitivos y las técnicas de elevación inadecuadas pueden provocar trastornos musculoesqueléticos (TME) entre el personal, con el consiguiente aumento del absentismo, menor productividad y mayores costes sanitarios para la empresa.

CUÁL ES EL PELIGRO

Para el personal de hostelería, ignorar la ergonomía es una receta para los problemas. Las tareas repetitivas, las posturas forzadas y el levantamiento de cargas pesadas contribuyen a la aparición de trastornos musculoesqueléticos (TME) dolorosos, como el dolor de espalda y el síndrome del túnel carpiano. Esto puede provocar un efecto dominó de malestar del personal, menor productividad e incluso mayores costes sanitarios.

Riesgos por Función del Personal:

Servicio de Comidas:

- Transporte de bandejas pesadas (riesgo de dolor de espalda, fatiga de las piernas).
- Movimientos repetitivos de cortar y picar (riesgo de síndrome del túnel carpiano).
- Estar de pie durante mucho tiempo (riesgo de fatiga en las piernas, varices).
- Trabajar en cocinas calientes (riesgo de estrés térmico).

Personal de recepción:

- Estar sentado durante largos periodos con malas posturas (riesgo de dolor de cuello y espalda, síndrome del túnel carpiano).
- Mecanografía repetitiva (riesgo de síndrome del túnel carpiano).
- Trabajar con ordenadores durante periodos prolongados (riesgo de fatiga visual, dolores de cabeza).

Personal de Mantenimiento:

- Levantar herramientas pesadas (riesgo de lesiones de espalda).
- Trabajar en posturas forzadas (riesgo de sobrecarga muscular).
- Utilización de equipos que vibran (riesgo de síndrome del túnel carpiano).

Camareros:

- Llevar bandejas pesadas (riesgo de dolor de espalda, fatiga de las piernas).
- Recorrer largas distancias a pie (riesgo de fatiga de las piernas).
- Agacharse y estirarse para servir a los clientes (riesgo de sobrecarga muscular).
- Trabajar muchas horas (riesgo de fatiga, estrés).

COMO PROTEGERSE

1. Identificación y Evaluación Proactiva de Peligros:

- **Realice evaluaciones ergonómicas:** Asociarse con profesionales cualificados para identificar posibles peligros en el lugar de trabajo mediante evaluaciones exhaustivas. Esto podría implicar la evaluación de la disposición de los puestos de trabajo, el diseño de los equipos, las exigencias de las tareas y los factores ambientales que influyen en la postura y el movimiento del

personal.

2. **Invertir en Soluciones Ergonómicas:**

   - **Mobiliario y equipos de diseño ergonómico:** Sustituya las sillas convencionales por otras que ofrezcan un apoyo lumbar y una capacidad de ajuste adecuados. Proporcione herramientas ligeras, suelos antideslizantes y puestos de trabajo ajustables para promover posturas cómodas y neutras.
   - **Ayuda para levantar y transportar objetos:** Implemente el uso de ayudas mecánicas para levantar objetos, carritos y carretillas para reducir el esfuerzo físico de transportar objetos pesados.

3. **Aplicar Prácticas de Trabajo Seguras:**

   - **Capacitación en técnicas seguras de levantamiento:** Capacitar al personal sobre las técnicas adecuadas para levantar objetos, haciendo hincapié en la importancia de utilizar los músculos de las piernas, mantener los objetos cerca del cuerpo y evitar torcerse o doblarse por la cintura. Animar a buscar ayuda para levantar objetos pesados que superen la capacidad individual.
   - **Descansos regulares y estiramientos:** Programe descansos regulares a lo largo de la jornada laboral para que el personal pueda moverse, estirar los músculos y cambiar de postura. Fomente los ejercicios de estiramiento ligeros para prevenir la fatiga muscular y favorecer la circulación sanguínea.

4. **Abordar los Riesgos Específicos de cada Función:**

   - **Limpieza:** Utilice utensilios de limpieza ligeros, lleve calzado antideslizante y alterne las tareas para evitar agacharse o estirarse durante mucho tiempo.
   - **Servicio de Comidas:** Utilice equipos como carros y carretillas para transportar objetos pesados, alterne las tareas para reducir los movimientos repetitivos y lleve calzado cómodo y antideslizante con un buen soporte para el arco del pie.
   - **Personal de Recepción:** Ajuste la altura de la silla y la

posición del monitor para mantener una postura correcta, haga pausas frecuentes para levantarse y moverse, y utilice un teclado y un ratón ergonómicos para minimizar la tensión en las muñecas.

- **Personal de Mantenimiento:** Utilizar ayudas mecánicas para levantar objetos siempre que sea posible, utilizar herramientas con mangos extendidos para evitar posturas incómodas y llevar equipos de protección individual (EPI) adecuados para tareas específicas.

CONCLUSIÓN

La aplicación coherente de estas medidas y el compromiso con una cultura de la seguridad son esenciales para prevenir y reducir al mínimo las lesiones ergonómicas en el sector de la hostelería.

Ergonomics for Hospitality General Stats and Facts

FACTS

In the hospitality industry, ergonomic hazards are widespread and can significantly impact the health and well-being of employees. These hazards arise from the physical layout of work environments, the design of workstations and equipment, and the nature of the tasks employees perform.

1. **Repetitive Motion Injuries:** Tasks like bed making, cleaning, and cooking involve repetitive motions that can lead to strain and injuries over time.
2. **Awkward Postures:** Employees often work in confined spaces, such as cleaning bathrooms or working in crowded kitchens,

leading to awkward postures and potential musculoskeletal issues.

3. **Heavy Lifting:** Moving furniture, carrying heavy trays, or lifting large supplies can strain the back, shoulders, and legs.
4. **Poorly Designed Workstations:** Workstations that do not accommodate the user's body size and shape can lead to discomfort and injury, affecting productivity and health.
5. **Slips, Trips, and Falls:** Wet floors in kitchens and bathrooms are common in the hospitality industry, increasing the risk of slips, trips, and falls.
6. **Inadequate Equipment:** Using equipment that is heavy, hard to maneuver, or not ergonomically designed can increase the risk of injury.

STATS

- According to the U.S. Bureau of Labor Statistics, ergonomic injuries account for 33% of all worker injury and illness cases.
- An estimated 20 million workers experience work-related musculoskeletal disorders each year in the United States.
- Lower back pain, a common ergonomic injury, affects around 80% of the population at some point in their lifetime.
- In 2019, musculoskeletal disorders accounted for 37.5% of workplace injuries that led to days away from work in the U.S.
- According to the Institute for Work & Health in Canada, ergonomic interventions may reduce up to 62% of workers' compensation claims, rates of injuries by two thirds, and hours lost by 35%.
- Throughout the hospitality industry, employees are required to lift, push, and pull heavy inventory and objects. The result is that nearly 50% of all workplace injuries occur in the hotel industry, and similar numbers in bar and restaurant work come from manual handling.
- Additionally, data from the Bureau of Labor Statistics indicates that 70% of the $500 million paid annually by the

hospitality industry for repetitive motion injuries can be attributed to claims made by housekeepers.

Ergonomics for Hospitality General Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

In the hospitality industry, neglecting ergonomics can have significant consequences for businesses and their employees. Uncomfortable workstations, repetitive motions, and improper lifting techniques can lead to musculoskeletal disorders (MSDs) among staff, resulting in increased absenteeism, lower productivity, and higher healthcare costs for the business.

WHAT'S THE DANGER

For hospitality staff, ignoring ergonomics is a recipe for trouble. Repetitive tasks, awkward postures, and heavy lifting all contribute to painful musculoskeletal disorders (MSDs) like back pain and carpal tunnel syndrome. This can lead to a domino effect of staff discomfort, lower productivity, and even higher healthcare costs.

Hazards by Staff Role:

Food Service:

- Carrying heavy trays (risk of back pain, leg fatigue).
- Repetitive cutting and chopping motions (risk of carpal tunnel syndrome).
- Standing for long periods (risk of leg fatigue, varicose veins).

- Working in hot kitchens (risk of heat stress).

Front Desk Staff:

- Sitting for long periods with poor posture (risk of neck and back pain, carpal tunnel syndrome).
- Repetitive typing (risk of carpal tunnel syndrome).
- Working with computers for extended periods (risk of eye strain, headaches).

Maintenance Staff:

- Lifting heavy tools (risk of back injuries).
- Working in awkward positions (risk of muscle strain).
- Using vibrating equipment (risk of carpal tunnel syndrome).

Waitstaff:

- Carrying heavy trays (risk of back pain, leg fatigue).
- Walking long distances (risk of leg fatigue).
- Bending and reaching to serve guests (risk of muscle strain).
- Working long hours (risk of fatigue, stress)

HOW TO PROTECT YOURSELF

1. Proactive Hazard Identification and Assessment:

- **Conduct ergonomic evaluations:** Partner with qualified professionals to identify potential hazards in the workplace through comprehensive assessments. This might involve evaluating workstation layouts, equipment design, task demands, and environmental factors impacting staff posture and movement.

2. Invest in Ergonomic Solutions:

- **Ergonomically designed furniture and equipment:** Replace conventional chairs with ones offering proper lumbar support and adjustability. Provide lightweight tools, non-slip flooring, and adjustable workstations to promote comfortable and neutral postures.

- **Lifting and carrying assistance:** Implement the use of mechanical lifting aids, dollies, and carts to reduce the physical strain of transporting heavy items.

3. Implement Safe Work Practices:

- **Safe lifting techniques training:** Train staff on proper lifting techniques, emphasizing the importance of using leg muscles, keeping objects close to the body, and avoiding twisting or bending at the waist. Encourage seeking assistance for heavy objects exceeding individual capacity.
- **Regular breaks and stretching:** Schedule regular breaks throughout the workday to allow staff to move around, stretch their muscles, and change positions. Encourage light stretching exercises to prevent muscle fatigue and promote blood circulation.

4. Address Role-Specific Risks:

- **Housekeeping:** Utilize lightweight cleaning tools, wear slip-resistant shoes, and alternate tasks to avoid prolonged bending or reaching.
- **Food Service:** Utilize equipment like carts and dollies to transport heavy items, rotate tasks to reduce repetitive motions, and wear comfortable, non-slip shoes with good arch support.
- **Front Desk Staff:** Adjust chair height and monitor position to maintain proper posture, take frequent breaks to stand up and move around, and use an ergonomic keyboard and mouse to minimize wrist strain.
- **Maintenance Staff:** Use mechanical lifting aids whenever possible, utilize tools with extended handles to avoid awkward postures, and wear appropriate personal protective equipment (PPE) for specific tasks.

FINAL WORD

Consistent implementation of these measures and a commitment to a culture of safety are essential for preventing and minimizing ergonomic injuries in the hospitality industry.