

Residential Wood Framing Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

The well-being and safety of workers in residential wood framing are of paramount importance. The nature of the work involves physical labor, operating heavy machinery, working at heights, and handling sharp tools, which present inherent risks. Accidents such as falls, lacerations, and strains can occur if proper safety protocols are not followed.

WHAT'S THE DANGER

The dangers associated with working on residential wood framing can vary depending on the specific tasks involved and the working conditions. Some of the potential dangers include:

- **Falls:** Working at heights, such as on scaffolding or roofs, poses a significant risk of falls. Without proper safety measures in place, workers can suffer severe injuries or even fatalities.
- **Struck-by Accidents:** Workers can be struck by falling objects, such as tools, lumber, or equipment, if they are not properly secured or if there is inadequate safety signage and procedures in place.
- **Lacerations and Puncture Wounds:** Handling sharp tools, such as saws, nail guns, or utility knives, increases the risk of lacerations and puncture wounds. Carelessness or lack of training can result in serious injuries.
- **Musculoskeletal Injuries:** The physical nature of wood framing work, including lifting heavy materials, repetitive motions, and awkward postures, can lead to strains, sprains, and other musculoskeletal injuries if proper ergonomics and lifting techniques are not followed.
- **Exposure to Hazardous Substances:** Workers may be exposed to

hazardous substances during the wood framing process. This includes inhaling sawdust, which can cause respiratory issues, and potential exposure to chemicals in treated wood, such as preservatives or flame retardants, which can have adverse health effects.

- **Electrical Hazards:** Wood framing often involves working with electrical systems and tools, increasing the risk of electrical accidents if proper precautions are not taken, leading to electrical shocks, burns, or even electrocution.
- **Fire Hazards:** Wood is a combustible material, and construction sites with wood framing are susceptible to fire hazards. Failure to follow fire safety protocols can result in devastating fires, endangering the lives of workers and potentially causing extensive property damage.

HOW TO PROTECT YOURSELF

Working in residential wood framing involves various hazards that can pose significant risks to workers' health and safety. To prevent accidents and protect oneself while working in residential wood framing, several measures can be taken:

1. **Training and Education:** Ensure that all workers receive proper training on safety procedures, equipment usage, and handling of tools. Ongoing education and regular safety meetings can reinforce safe practices and awareness of potential hazards.
2. **Personal Protective Equipment (PPE):** Workers should wear appropriate PPE, including hard hats, safety glasses, gloves, hearing protection, and steel-toed boots. The specific PPE required may vary depending on the tasks involved, so it is important to assess the risks and provide the necessary equipment.
3. **Fall Protection:** Implement fall protection measures such as guardrails, safety nets, or personal fall arrest systems when working at heights. Workers should be trained on how to properly use fall protection equipment and systems.
4. **Scaffolding and Ladder Safety:** Ensure that scaffolding and ladders are properly erected, inspected, and maintained.

Workers should be trained on safe climbing, descending, and working practices when using this equipment. Regular inspections and adherence to safety standards are essential.

5. **Tool Safety:** Provide workers with well-maintained tools and equipment, and ensure they are trained in their proper usage and handling. Implement lockout/tagout procedures when performing maintenance or repairs on equipment to prevent accidental operation.
6. **Material Handling:** Promote safe lifting techniques and provide mechanical aids, such as hoists or forklifts, for heavy lifting tasks. Encourage proper body mechanics and lifting practices to reduce the risk of strains and sprains.
7. **Hazardous Substances:** When working with treated wood or other hazardous substances, follow safety guidelines provided by manufacturers and regulatory agencies. Use proper ventilation and personal protective equipment, such as respirators, to minimize exposure to dust, fumes, or chemicals.
8. **Electrical Safety:** Ensure that electrical systems are properly installed and maintained. Workers should be trained to identify electrical hazards, use insulated tools, and follow lockout/tagout procedures when working on electrical equipment.
9. **Fire Safety:** Implement fire prevention measures, such as maintaining clear exit routes, having fire extinguishers readily available, and following proper storage and disposal practices for flammable materials. Conduct regular fire drills and ensure workers are familiar with emergency procedures.
10. **Regular Inspections and Maintenance:** Conduct regular inspections of the work area, tools, and equipment to identify and address potential hazards promptly. Maintain a culture of safety where workers are encouraged to report any safety concerns or near misses.

FINAL WORD

Wearing appropriate personal protective equipment, practicing safe

tool handling techniques, maintaining a clean work environment, and being vigilant of potential risks are all essential steps to ensure well-being. Remember, our actions today determine our well-being tomorrow, so let's remain committed to upholding the highest safety standards in residential wood framing.

Residential Wood Framing Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El bienestar y la seguridad de los trabajadores de carpintería residencial son de vital importancia. La naturaleza del trabajo implica trabajo físico, manejo de maquinaria pesada, trabajo en altura y manejo de herramientas afiladas, lo que presenta riesgos inherentes. Pueden producirse accidentes como caídas, laceraciones y torceduras si no se siguen los protocolos de seguridad adecuados.

CUÁL ES EL PELIGRO

Los peligros asociados al trabajo en carpintería residencial pueden variar en función de las tareas específicas y las condiciones de trabajo. Algunos de los peligros potenciales incluyen:

- **Caídas:** Trabajar en altura, como en andamios o tejados, supone un riesgo importante de caídas. Sin las medidas de seguridad adecuadas, los trabajadores pueden sufrir lesiones graves o incluso mortales.
- **Accidentes por atropello:** Los trabajadores pueden ser golpeados por objetos que caen, como herramientas, madera o

equipos, si no están bien sujetos o si la señalización y los procedimientos de seguridad son inadecuados.

- **Laceraciones y heridas punzantes:** La manipulación de herramientas afiladas, como sierras, pistolas de clavos o cuchillos multiusos, aumenta el riesgo de sufrir laceraciones y heridas punzantes. El descuido o la falta de capacitación pueden provocar lesiones graves.
- **Lesiones musculoesqueléticas:** La naturaleza física del trabajo de carpintería, incluido el levantamiento de materiales pesados, los movimientos repetitivos y las posturas forzadas, puede provocar torceduras, esguinces y otras lesiones musculoesqueléticas si no se siguen técnicas ergonómicas y de levantamiento adecuadas.
- **Exposición a sustancias peligrosas:** Los trabajadores pueden estar expuestos a sustancias peligrosas durante el proceso de enmarcado de la madera. Esto incluye la inhalación de serrín, que puede causar problemas respiratorios, y la posible exposición a productos químicos en la madera tratada, como conservantes o retardantes de llama, que pueden tener efectos adversos para la salud.
- **Peligros eléctricos:** El enmarcado de madera implica a menudo trabajar con sistemas y herramientas eléctricos, lo que aumenta el riesgo de accidentes eléctricos si no se toman las precauciones adecuadas, que pueden provocar descargas eléctricas, quemaduras o incluso la electrocución.
- **Peligros de incendio:** La madera es un material combustible, y las obras de construcción con estructuras de madera son susceptibles de sufrir riesgos de incendio. Si no se siguen los protocolos de seguridad contra incendios, pueden producirse incendios devastadores que pongan en peligro la vida de los trabajadores y causen grandes daños materiales.

COMO PROTEGERSE

El trabajo en carpintería residencial entraña diversos peligros que pueden suponer riesgos importantes para la salud y la seguridad de los trabajadores. Para prevenir accidentes y protegerse mientras se trabaja en carpintería residencial, se

pueden tomar varias medidas:

1. **Capacitación y educación:** Asegúrese de que todos los trabajadores reciben la capacitación adecuada sobre procedimientos de seguridad, uso de equipos y manejo de herramientas. La capacitación continua y las reuniones periódicas sobre seguridad pueden reforzar las prácticas seguras y la concienciación sobre posibles peligros.
2. **Equipos de protección personal (EPP):** Los trabajadores deben llevar EPP adecuados, como cascos, gafas de seguridad, guantes, protección auditiva y botas con puntera de acero. El EPP específico requerido puede variar dependiendo de las tareas involucradas, por lo que es importante evaluar los riesgos y proporcionar el equipo necesario.
3. **Protección contra caídas:** Aplique medidas de protección contra caídas, como barandillas, redes de seguridad o sistemas personales de detención de caídas, cuando trabaje en altura. Los trabajadores deben estar capacitados para utilizar correctamente los equipos y sistemas de protección contra caídas.
4. **Seguridad en andamios y escaleras:** Asegúrese de que los andamios y las escaleras se montan, inspeccionan y mantienen correctamente. Los trabajadores deben estar capacitados para subir, bajar y trabajar con seguridad cuando utilicen estos equipos. Las inspecciones periódicas y el cumplimiento de las normas de seguridad son esenciales.
5. **Seguridad de las herramientas:** Proporcione a los trabajadores herramientas y equipos en buen estado, y asegúrese de que están capacitados para utilizarlos y manejarlos correctamente. Aplique procedimientos de bloqueo y etiquetado cuando realice tareas de mantenimiento o reparaciones en los equipos para evitar que se pongan en funcionamiento accidentalmente.
6. **Manipulación de materiales:** Promueva técnicas de elevación seguras y proporcione ayudas mecánicas, como polipastos o carretillas elevadoras, para tareas de elevación de cargas pesadas. Fomente una mecánica corporal y unas prácticas de elevación adecuadas para reducir el riesgo de torceduras y esguinces.

7. **Sustancias peligrosas:** Cuando trabaje con madera tratada u otras sustancias peligrosas, siga las directrices de seguridad proporcionadas por los fabricantes y los organismos reguladores. Utilice ventilación adecuada y equipo de protección personal, como respiradores, para minimizar la exposición al polvo, humos o productos químicos.
8. **Seguridad eléctrica:** Asegúrese de que los sistemas eléctricos estén correctamente instalados y mantenidos. Los trabajadores deben estar capacitados para identificar los riesgos eléctricos, utilizar herramientas aisladas y seguir los procedimientos de bloqueo y etiquetado cuando trabajen con equipos eléctricos.
9. **Seguridad contra incendios:** Aplique medidas de prevención de incendios, como mantener rutas de salida despejadas, disponer fácilmente de extintores y seguir prácticas adecuadas de almacenamiento y eliminación de materiales inflamables. Realice simulacros de incendio con regularidad y asegúrese de que los trabajadores están familiarizados con los procedimientos de emergencia.
10. **Inspecciones y mantenimiento periódicos:** Realice inspecciones periódicas de la zona de trabajo, las herramientas y el equipo para identificar y abordar con prontitud los peligros potenciales. Mantenga una cultura de seguridad en la que se anime a los trabajadores a informar de cualquier problema de seguridad o casi accidente.

CONCLUSIÓN

El uso de equipos de protección individual adecuados, la práctica de técnicas seguras de manipulación de herramientas, el mantenimiento de un entorno de trabajo limpio y la vigilancia de posibles riesgos son pasos esenciales para garantizar el bienestar. Recuerde que nuestras acciones de hoy determinan nuestro bienestar de mañana, así que mantengamos el compromiso de defender las normas de seguridad más estrictas en la carpintería residencial.

Residential Wood Framing Stats and Facts

FACTS

Problems with Wood Frame Construction

- 1. Fire Resistant Problems with Wood Frame Construction.**
Building a fire-resistant wood frame building requires contractors to limit the spread of fire by cladding the wood frame in materials that resist heat and treating the wood with fire retardants.
- 2. Wind Resistant Problems with Wood Frame Construction.**
Constructing and designing of a severe-wind-resistant wood frame building is labor and cost intensive.
- 3. Durability Problems with Wood Frame Construction.** Both termites and moisture exposure to wood frame buildings can cost thousands of dollars in maintenance and repair.
- 4. Low Thermal Mass Problems with Wood Frame Construction.** The low thermal mass of wood creates buildings that are not as naturally energy efficient as high thermal mass products like stone and adobe.
- 5. Shrinkage Problems with Wood Frame Multi-Story Construction.** Designing and constructing a multi-story wood frame building are problematic because wood naturally shrinks when it dries.
- 6. Problems with Creating Healthy Wood Framed Buildings.** Building a healthy wood frame structure is problematic because they are susceptible to moisture in the wall systems.
- 7. Sound Insulation Problems with Wood Frame Construction.** Builders of wood frame structures must include time-consuming and costly methods to achieve sound reductions.

STATS

- Framing is dangerous work. According to the Bureau of Labor Statistics, in 2019 the incidence rate of recordable nonfatal injuries and illnesses for this group was 7.5.
 - The prevalence of occupational injuries among workers in the small-scale woodworking industry was high. Lack of OSH training, non-use of PPE, work experience of 1 to 2 years, and working more than 48 hours per week were all factors that contributed to occupational injuries. Therefore, workers in the small-scale woodworking industry should receive ongoing occupational safety and health (OSH) training, and personal protective equipment (PPE) should be provided and monitored.
 - The construction industry is associated with high rates of work-related injury. We used workers compensation data to describe the injuries and illnesses, claim rates, and claim costs associated with wood framing activities in construction. In past years, there were 33,021 accepted state fund workers compensation claims with direct costs of over \$197 million.
-

Residential Wood Framing Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Problemas con la construcción de estructuras de madera

1. Problemas de la construcción de estructuras de madera resistentes al fuego. La construcción de un edificio de estructura de madera resistente al fuego requiere que los contratistas limiten la propagación del fuego mediante el

revestimiento de la estructura de madera con materiales resistentes al calor y el tratamiento de la madera con retardantes del fuego.

2. Problemas de resistencia al viento en la construcción de estructuras de madera. La construcción y el diseño de un edificio de entramado de madera resistente al viento severo requiere mucha mano de obra y costes elevados.
3. Problemas de durabilidad en la construcción de estructuras de madera. Tanto las termitas como la exposición a la humedad de los edificios de estructura de madera pueden costar miles de dólares en mantenimiento y reparación.
4. Problemas de Baja Masa Térmica con la Construcción de Madera. La baja masa térmica de la madera crea edificios que no son tan eficientes energéticamente como los productos de alta masa térmica como la piedra y el adobe.
5. Problemas de contracción en la construcción de varios pisos con estructura de madera. El diseño y la construcción de un edificio de estructura de madera de varios pisos son problemáticos porque la madera se encoge naturalmente cuando se seca.
6. Problemas con la creación de edificios sanos de entramado de madera. Construir una estructura sana de armazón de madera es problemático porque son susceptibles a la humedad en los sistemas de paredes.
7. Problemas de aislamiento acústico en la construcción de estructuras de madera. Los constructores de estructuras de entramado de madera deben incluir métodos largos y costosos para lograr reducciones de sonido.

ESTADÍSTICAS

- Framing es un trabajo peligroso. Según la Oficina de Estadísticas Laborales, en 2019 la tasa de incidencia de lesiones y enfermedades no mortales registrables para este grupo fue del 7,5.
- La prevalencia de lesiones ocupacionales entre los trabajadores de la industria de la madera a pequeña escala fue alta. La falta de capacitación en SST, la no utilización

de EPP, la experiencia laboral de 1 a 2 años y trabajar más de 48 horas a la semana fueron factores que contribuyeron a las lesiones ocupacionales. Por lo tanto, los trabajadores de la industria de la madera a pequeña escala deberían recibir capacitación continua en materia de seguridad y salud en el trabajo (SST), y se les debería proporcionar y supervisar equipos de protección personal (EPP).

- La industria de la construcción está asociada a elevadas tasas de lesiones relacionadas con el trabajo. Se utilizaron datos de compensación a los trabajadores para describir las lesiones y enfermedades, los índices de siniestralidad y los costes de las reclamaciones asociados a las actividades de entramado de madera en la construcción. En los últimos años, se aceptaron 33.021 reclamaciones de indemnización por accidentes de trabajo del fondo estatal, con unos costes directos de más de 197 millones de dólares.

Residential Wood Framing Fatality File

Man trapped, killed at Allendale construction site.

ALLENDALE TOWNSHIP, Mich. (WOOD) – A construction worker is dead after he became trapped when wooden supports fell on him at a construction site in Allendale Friday.

Around 1:25 p.m., emergency crews were sent to a new home construction site on 68th Avenue near Fillmore Street after receiving a report that a man was trapped under construction trusses.

Responding Allendale firefighters was able to free the 56-year-old

man from under the stack of wooden trusses. The Ottawa County Sheriff's Department said he was pronounced dead at the scene.

The name of the man has not been released.

A preliminary investigation shows that the man was unloading the trusses from a delivery truck when they fell on top of him.

Residential Wood Framing Fatality File – Spanish

Hombre atrapado y muerto en una obra en Allendale.

ALLENDALÉ TOWNSHIP, Michigan (WOOD) – Un trabajador de la construcción ha muerto después de quedar atrapado cuando los soportes de madera cayeron sobre él en un sitio de construcción en Allendale viernes.

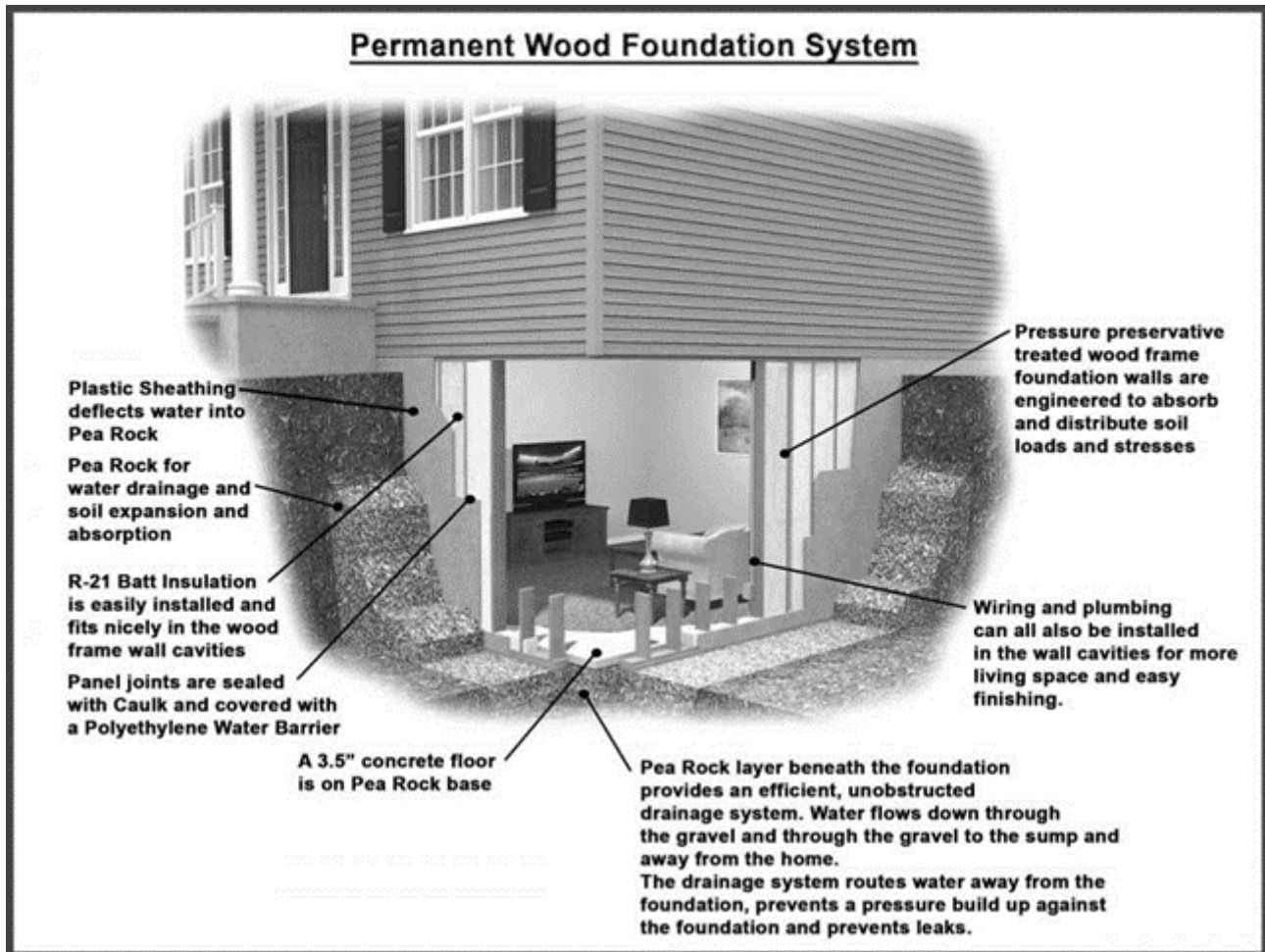
Alrededor de 1:25 pm, los equipos de emergencia fueron enviados a un nuevo sitio de construcción de viviendas en la Avenida 68 cerca de la calle Fillmore después de recibir un informe de que un hombre estaba atrapado bajo las vigas de construcción.

Los bomberos de Allendale pudieron liberar al hombre de 56 años de debajo de las vigas de madera. El Departamento del Sheriff del Condado de Ottawa dijo que fue declarado muerto en el lugar.

No se ha revelado el nombre del hombre.

Según una investigación preliminar, el hombre estaba descargando las vigas de un camión de reparto cuando se le cayeron encima.

Residential Wood Framing Infographic



Source: <https://eid-co.com/>

Residential Wood Framing Infographic – Spanish

Prevención de caídas en la Construcción Residencial



Normativas requeridas por OSHA en la obra

- Entender las reglamentaciones de OSHA de protección contra caídas.
- Evaluar los riesgos de caídas e implementar sistemas convencionales de protección contra caídas.
- Capacitar a los trabajadores para identificar los peligros.
- Designar a una persona competente responsable de la protección contra caídas en el lugar de trabajo.
- Desarrollar un plan escrito de protección contra caídas.

La altura mínima sensible que requiere protección contra caídas es de 6 pies (1,8 metros) y de 10 pies en andamios. Para escaleras no hay una altura mínima.

Fuente: <https://trabajadorinmigrante.com>

Prevent Slips, Trips and Falls Restaurant Safety Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Slips, trips, and falls are some of the most common workplace accidents, and they can occur in any environment, including restaurants. Restaurants provide a multitude of slip, trip and fall hazards, whether it be from spilled liquids, high customer

traffic or other means in our kitchen, dining areas and storage rooms.

WHAT'S THE DANGER

COMMON HAZARDS THAT LURK IN RESTAURANTS

- Wet, greasy, or recently polished or waxed floors
- Spills of liquid and food materials
- Oily, greasy, or muddy shoes
- Presence of electrical cords or cables
- Moisture from rain, hail, snow, ice, or frost
- Wet leaves or other plant matter
- Changes in traction along walking surfaces
- Uneven floors or missing floor tiles
- Unsecured carpets, rugs, or mats
- A lack of adequate lighting

CONSEQUENCES OF SLIP, TRIPS AND FALLS

- **Head injuries:** Falls can result in head injuries, which can range from mild concussions to traumatic.
- **Back and spinal injuries:** Falls can also result in back and spinal injuries.
- **Broken bones:** Falls can cause broken bones, such as fractures in the arms, legs, wrists, and hips.
- **Sprains and strains:** Tripping or slipping can result in sprains and strains.
- **Cuts and bruises:** Falls can also result in cuts and bruises, which can range from minor to severe.
- **Lawsuits and legal costs:** You may face legal action and costly legal fees.
- **Business interruption:** If an accident occurs at your restaurant, you may need to shut down temporarily for cleaning or repairs, resulting in lost revenue and a negative impact on your business's reputation.

HOW TO PROTECT YOURSELF

BEST RESTAURANT SAFETY TIPS TO PREVENT SLIPS, TRIPS AND FALLS

1. Clean spills immediately: Any spills should be cleaned up immediately to prevent slips. Have a spill kit available and make sure your employees are trained to handle spills.
2. Use slip-resistant mats: Place slip-resistant mats in areas that are prone to spills or where water may accumulate, such as near sinks and entranceways.
3. Provide adequate lighting: Ensure that all areas of the restaurant are well-lit, especially areas with steps, uneven surfaces, or potential obstacles.
4. Keep walkways clear: Make sure there are no obstacles or clutter in walkways or aisles that could cause someone to trip or fall.
5. Use caution signs: Use caution signs to indicate wet floors, steps, or other hazards.
6. Provide appropriate footwear: Encourage your employees to wear appropriate footwear that provides good traction and support.
7. Regularly inspect equipment and furniture: Regularly inspect equipment and furniture to ensure that it is in good condition and not a tripping hazard.
8. Train employees: Train employees to prevent slips, trips, and falls, and what to do if an accident occurs.

BEST SAFETY PRACTICES IN THE KITCHEN AND DINING ROOM

In The Kitchen

- Wear non-slip, waterproof footgear. Never wear open-toed shoes or leather-soled shoes.
- If you spill while preparing food, clean it up immediately. Use cones or signs to warn fellow employees.
- Remove clutter from kitchen workstations to avoid obstructing walkways.
- Place all utensils, ingredients, and other supplies back in their proper location after you're done using them.
- Never run in the kitchen.

- Avoid storing cooking oil on the floor. It may spill, or someone may fall onto it.
- Notify your supervisor if you notice any uneven floor surfaces or drain covers that have come loose.

In the Dining Room

- Remove clutter from walkways on the floor.
- Straighten out rugs and mats, and make sure they are always in place.
- Clean up any spills immediately, and place signs and cones to warn both patrons.
- Place mats so that patrons do not slip while the floors are still wet.
- Never carry more than you can handle.
- Make several trips for large loads.

GOOD HOUSEKEEPING REMINDERS

At the beginning and end of your shift, make sure your area of the restaurant is clean and free of any trip or fall hazards. If there is an object that presents a hazard that you cannot move, alert the shift manager.

Beware of tripping hazards. Trash, chairs, signs or any object left in areas designed for pedestrian traffic invite falls. Extension cords, food carts and other items in the open all present tripping hazards.

Snowy and rainy weather requires a doormat at each entrance to allow for complete wiping of shoes.

FINAL WORD

It is crucial to take proactive measures to prevent slips, trips, and falls in your restaurant. By doing so, you can protect your customers, employees, and your business's reputation and financial stability.

Prevent Slips, Trips and Falls Restaurant Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los resbalones, tropiezos y caídas son algunos de los accidentes laborales más comunes, y pueden ocurrir en cualquier entorno, incluidos los restaurantes. Los restaurantes ofrecen multitud de riesgos de resbalones, tropiezos y caídas, ya sea por líquidos derramados, por el elevado tránsito de clientes o por otros medios en nuestra cocina, comedores y almacenes.

CUÁL ES EL PELIGRO

PELIGROS COMUNES QUE ACECHAN EN LOS RESTAURANTES

- Suelos mojados, grasientos o recién pulidos o encerados
- Derrames de líquidos y alimentos
- Zapatos aceitosos, grasientos o embarrados
- Presencia de cables eléctricos
- Humedad por lluvia, granizo, nieve, hielo o escarcha
- Hojas húmedas u otras materias vegetales
- Cambios de tracción en las superficies por las que se camina
- Suelos irregulares o baldosas que faltan
- Moquetas, alfombras o felpudos inseguros
- Falta de iluminación adecuada

CONSECUENCIAS DE RESBALONES, TROPIEZOS Y CAÍDAS

- **Lesiones en la cabeza:** Las caídas pueden provocar lesiones en la cabeza, que pueden ir desde conmociones cerebrales leves hasta traumatismos.

- **Lesiones de espalda y columna vertebral:** Las caídas también pueden provocar lesiones en la espalda y la columna vertebral.
- **Fracturas óseas:** Las caídas pueden provocar fracturas de huesos, como las de brazos, piernas, muñecas y caderas.
- **Esguinces y torceduras:** Tropezar o resbalar puede provocar esguinces y torceduras.
- **Cortes y contusiones:** Las caídas también pueden provocar cortes y contusiones, que pueden ir de leves a graves.
- **Demandas y costes legales:** Puedes enfrentarte a acciones legales y costosas costas judiciales.
- **Interrupción del negocio:** Si se produce un accidente en su restaurante, es posible que tenga que cerrar temporalmente para limpiar o reparar, lo que supone una pérdida de ingresos y un impacto negativo en la reputación de su negocio.

COMO PROTEGERSE

LOS MEJORES CONSEJOS DE SEGURIDAD EN RESTAURANTES PARA EVITAR RESBALONES, TROPIEZOS Y CAÍDAS

1. **Limpie los derrames inmediatamente:** Cualquier derrame debe limpiarse inmediatamente para evitar resbalones. Tenga un kit de derrames disponible y asegúrese de que sus empleados estén capacitados para manejar los derrames.
2. **Utilice alfombras antideslizantes:** Coloque alfombrillas antideslizantes en zonas propensas a derrames o donde pueda acumularse agua, como cerca de fregaderos y entradas.
3. **Proporcione una iluminación adecuada:** Asegúrese de que todas las zonas del restaurante estén bien iluminadas, especialmente las zonas con escalones, superficies irregulares u obstáculos potenciales.
4. **Mantenga las zonas de paso despejadas:** Asegúrese de que no haya obstáculos ni desorden en las zonas de paso o pasillos que puedan hacer que alguien tropiece o se caiga.
5. **Utilice señales de precaución:** Utilice señales de precaución para indicar suelos mojados, escalones u otros peligros.
6. **Proporcione calzado adecuado:** Anime a sus empleados a usar

calzado apropiado que proporcione buena tracción y apoyo.

7. **Inspeccione periódicamente el equipo y el mobiliario:** Inspeccione periódicamente los equipos y el mobiliario para asegurarse de que están en buen estado y no suponen un peligro de tropiezo.
8. **Capacite a los empleados:** Capacite a los empleados para prevenir resbalones, tropiezos y caídas, y qué hacer si ocurre un accidente.

BUENAS PRÁCTICAS DE SEGURIDAD EN LA COCINA Y EL COMEDOR

En la cocina

- Use calzado antideslizante e impermeable. Nunca use zapatos abiertos o con suela de cuero.
- Si derrama algo mientras prepara la comida, límpielo inmediatamente. Utilice conos o señales para advertir a sus compañeros.
- Retire el desorden de los puestos de trabajo de la cocina para evitar obstruir los pasillos.
- Vuelva a colocar todos los utensilios, ingredientes y otros suministros en su sitio cuando termine de utilizarlos.
- Nunca corra en la cocina.
- Evite almacenar aceite de cocina en el suelo. Puede derramarse o alguien puede caer sobre él.
- Avise a su supervisor si observa alguna superficie irregular en el suelo o alguna tapa de desagüe que se haya soltado.

En el comedor

- Elimine el desorden de las zonas de paso por el suelo.
- Enderece las alfombras y tapetes, y asegúrese de que siempre estén en su lugar.
- Limpie inmediatamente cualquier derrame, y coloque señales y conos para advertir a ambos clientes.
- Coloca alfombrillas para que los clientes no resbalen mientras el suelo esté húmedo.
- Nunca cargue más de lo que pueda.
- Haga varios viajes para las cargas grandes.

RECORDATORIOS DE BUENA LIMPIEZA

Al principio y al final de su turno, asegúrese de que su zona del restaurante está limpia y libre de cualquier peligro de tropiezo o caída. Si hay algún objeto que represente un peligro y que usted no pueda mover, avise al jefe de turno.

Cuidado con los peligros de tropiezo. La basura, las sillas, los carteles o cualquier objeto abandonado en zonas diseñadas para el tránsito de peatones invitan a las caídas. Los cables alargadores, los carritos de comida y otros objetos al aire libre también suponen un peligro de tropiezo.

El tiempo de nieve y lluvia requiere un felpudo en cada entrada para poder limpiarse completamente los zapatos.

CONCLUSIÓN

Es fundamental tomar medidas proactivas para evitar resbalones, tropiezos y caídas en su restaurante. De este modo, protegerá a sus clientes, empleados y la reputación y estabilidad financiera de su negocio.

Prevent Slips, Trips and Falls Restaurant Safety Stats and Facts

FACTS

Potential dangers of slips, trips, and falls in a restaurant:

1. **Head injuries:** If someone falls and hits their head, they can suffer a concussion, skull fracture, or other head injury, which can be very serious and even life-threatening.

2. **Broken bones:** A fall can result in fractures or breaks in bones, particularly in the wrists, ankles, and hips.
3. **Sprains and strains:** A slip or trip can cause a twisted ankle, knee, or wrist, resulting in a sprain or strain.
4. **Back injuries:** Falls can cause back injuries, including herniated disks or muscle strains.
5. **Cuts and bruises:** Falls can also result in cuts, bruises, and abrasions.
6. **Lawsuits and legal liability:** If someone is injured due to a slip, trip, or fall at a restaurant, the restaurant may be held liable for any damages or medical bills, leading to legal and financial consequences.
7. **Reputation damage:** If a customer is injured in a fall at a restaurant, negative publicity results.
8. **Burns:** Falls can also cause burns if a person lands on hot surfaces, such as a grill or stove.
9. **Loss of revenue:** If a customer or employee is injured on your restaurant's premises, it can result in lost revenue due to legal fees, workers' compensation claims, or decreased customer traffic.
10. **Increased insurance costs:** If your restaurant has a history of slip, trip, and fall incidents, your insurance premiums may increase significantly, making it more expensive to operate your business.

STATS

- Slips, trips, and falls accounted for 27% of the 888,220 nonfatal work injuries that resulted in time off, in 2019, according to the C.D.C. In 2018, numbers from the Bureau of Labor Statistics show about 7,850 injuries were caused by slips, trips, and falls in restaurants.
- According to the U.S. Bureau of Labor Statistics, slips, trips, and falls are the leading cause of injury in the workplace, and the restaurant industry has one of the highest rates of slip, trip, and fall incidents.
- The National Floor Safety Institute (NFSI) reports that slips and falls account for over one million hospital

emergency room visits each year, and restaurants are the second leading industry for these accidents.

- In 2020, there were approximately 24,880 reported non-fatal workplace injuries involving slips, trips, and falls in the restaurant industry.
 - Slip, trip, and fall injuries accounted for 15% of all non-fatal workplace injuries in the restaurant industry.
 - The average cost of a slip, trip, or fall injury in the restaurant industry is approximately \$20,000 in medical expenses and lost wages.
-

Prevent Slips, Trips and Falls Restaurant Safety Stats and Facts – Spanish

HECHOS

Peligros potenciales de resbalones, tropiezos y caídas en un restaurante:

1. **Lesiones en la cabeza:** Si alguien se cae y se golpea la cabeza, puede sufrir una conmoción cerebral, una fractura de cráneo u otra lesión en la cabeza, que puede ser muy grave e incluso potencialmente mortal.
2. **Fracturas óseas:** Una caída puede provocar fracturas o roturas de huesos, sobre todo en muñecas, tobillos y caderas.
3. **Esguinces y torceduras:** Un resbalón o tropezón puede causar una torcedura de tobillo, rodilla o muñeca, lo que resulta en un esguince o distensión.
4. **Lesiones de espalda:** Las caídas pueden causar lesiones de espalda, incluyendo hernias discales o distensiones

musculares.

5. **Cortes y contusiones:** Las caídas también pueden provocar cortes, contusiones y abrasiones.
6. **Demandas y responsabilidad legal:** Si alguien se lesiona debido a un resbalón, tropiezo o caída en un restaurante, el restaurante puede ser considerado responsable de cualquier daño o factura médica, lo que lleva a consecuencias legales y financieras.
7. **Daños a la reputación:** Si un cliente se lesiona en una caída en un restaurante, se produce una publicidad negativa.
8. **Quemaduras:** Las caídas también pueden causar quemaduras si una persona cae sobre superficies calientes, como una parrilla o una estufa.
9. **Pérdida de ingresos:** Si un cliente o empleado se lesiona en las instalaciones de su restaurante, puede resultar en una pérdida de ingresos debido a los honorarios legales, las reclamaciones de indemnización de los trabajadores o la disminución del tráfico de clientes.
10. **Aumento de los costes del seguro:** Si su restaurante tiene un historial de incidentes de resbalones, tropiezos y caídas, sus primas de seguro pueden aumentar significativamente, lo que hace que sea más caro operar su negocio.

ESTADÍSTICAS

- Los resbalones, tropiezos y caídas representaron el 27% de las 888,220 lesiones laborales no mortales que resultaron en tiempo libre, en 2019, según el C.D.C. En 2018, las cifras de la Oficina de Estadísticas Laborales muestran que alrededor de 7,850 lesiones fueron causadas por resbalones, tropiezos y caídas en restaurantes.
- Según la Oficina de Estadísticas Laborales de Estados Unidos, los resbalones, tropiezos y caídas son la principal causa de lesiones en el lugar de trabajo, y la industria de los restaurantes tiene una de las tasas más altas de incidentes de resbalones, tropiezos y caídas.
- El Instituto Nacional de Seguridad en los Suelos (NFSI) informa de que los resbalones y las caídas representan más

de un millón de visitas a urgencias hospitalarias cada año, y los restaurantes son la segunda industria líder en estos accidentes.

- En 2020, se registraron aproximadamente 24.880 lesiones no mortales en el lugar de trabajo relacionadas con resbalones, tropiezos y caídas en el sector de la restauración.
 - Las lesiones por resbalones, tropiezos y caídas representaron el 15% de todas las lesiones no mortales en el lugar de trabajo en la industria de los restaurantes.
 - El coste medio de una lesión por resbalón, tropezón o caída en el sector de la restauración es de aproximadamente 20.000 dólares en gastos médicos y salarios perdidos.
-

Prevent Slips, Trips and Falls Restaurant Safety Fatality File

Serious burn injuries lead to serious fine for fast food restaurant!

Staff were cleaning up after a busy Friday nights trading at a fast-food outlet. The cook was walking back to the kitchen from the pot wash area over a floor that had just been wet mopped by another employee. As he walked past the deep fat fryer, the cook suddenly slipped on the still damp floor. He instinctively reached out to try and break his fall, pulling over the electric deep fat fryer in his panic. The fryer toppled over, spilling its entire contents, 35 litres of boiling hot oil, onto the cook and the floor. As the oil came into contact with the water residue on the floor, thick black smoke was produced, which set off the smoke alarms, adding to the extremely frightening situation. Surrounded in hot oil, the cook couldn't get up from the floor. Each time he tried he slipped back. Eventually the trainee assistant manager

succeeded in sliding him out of the spilt oil, burning his own hands in the process.

The cook suffered extensive burns to his ankles, legs, buttocks, and chest and needed skin grafts. Another employee in the vicinity of the spilt oil also received severe burns to her right leg and ankle, again needed skin grafts.

The company were prosecuted by Manchester City Council and fined £60,000 after pleading guilty to two health and safety offences and ordered to pay costs of £16,000.

The judge found that poor floor maintenance, poor cleaning, poor footwear, and poor slip resistance of the floor tiles had the combined effect of increasing the likelihood of a slipping incident.

A senior scientist at the Health and Safety laboratory (HSL) who carried out a forensic examination of the kitchen floor, concluded that; 'The slip risk experienced by users of the site was unacceptably high, given that it was reasonably foreseeable that oil and water would, from time to time, contaminate the floor.'

The company are taking the accident and subsequent prosecution very seriously. At all their stores nationwide, to prevent further slip accidents, they are making improvements to the flooring and to cleaning regimes and are providing all staff with slip resistant footwear.

Prevent Slips, Trips and Falls Restaurant Safety Fatality File

– Spanish

Graves quemaduras en un restaurante de comida rápida.

El personal estaba limpiando después de un ajetreado viernes por la noche en un establecimiento de comida rápida. El cocinero regresaba a la cocina desde la zona de lavado de ollas por un suelo que acababa de fregar otro empleado. Al pasar por delante de la freidora, el cocinero resbaló de repente en el suelo aún húmedo. Instintivamente, alargó la mano para intentar frenar la caída y, presa del pánico, tiró de la freidora eléctrica. La freidora se volcó, derramando todo su contenido, 35 litros de aceite hirviendo, sobre el cocinero y el suelo. Al entrar el aceite en contacto con los restos de agua del suelo, se produjo un espeso humo negro que hizo saltar las alarmas de humo, lo que agravó aún más la aterradora situación. Rodeado de aceite caliente, el cocinero no podía levantarse del suelo. Cada vez que lo intentaba retrocedía. Al final, el ayudante del encargado consiguió sacarle del aceite derramado, quemándose las manos.

El cocinero sufrió quemaduras extensas en los tobillos, las piernas, las nalgas y el pecho, y necesitó injertos de piel. Otra empleada que se encontraba cerca del aceite derramado también sufrió quemaduras graves en la pierna y el tobillo derechos, y también necesitó injertos de piel.

La empresa fue procesada por el Ayuntamiento de Manchester y multada con 60.000 libras tras declararse culpable de dos delitos contra la salud y la seguridad, y condenada a pagar unas costas de 16.000 libras.

El juez determinó que el mantenimiento deficiente del suelo, la limpieza deficiente, el calzado inadecuado y la escasa resistencia al deslizamiento de las baldosas del suelo tenían el efecto combinado de aumentar la probabilidad de que se produjera un incidente de resbalón.

Un científico del Laboratorio de Salud y Seguridad (HSL), que llevó a cabo un examen forense del suelo de la cocina, concluyó que: “El riesgo de resbalón experimentado por los usuarios del lugar era inaceptablemente alto, dado que era razonablemente previsible que el aceite y el agua contaminaran de vez en cuando el suelo”.

La empresa se está tomando muy en serio el accidente y su posterior procesamiento. En todas sus tiendas del país, para evitar nuevos accidentes por resbalones, están mejorando el suelo y los regímenes de limpieza y están proporcionando a todo el personal calzado antideslizante.

Prevent Slips, Trips and Falls Restaurant Safety Infographic

WATCH YOUR STEP



Safety Actions to prevent
SLIPS, TRIPS AND FALLS
in the Food and Beverage industry

Clean up spills immediately.



Wear non-slip shoes. Replace shoes when soles are worn out.

Do not rush when carrying hot food.



Perform regular housekeeping. Clear away empty boxes and food packaging lying on the floor.



Cordon off hazardous areas e.g. leaks, broken tiles. Report them to your supervisor immediately.

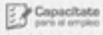
Source: <https://www.tal.sg>

Prevent Slips, Trips and Falls

Restaurant Safety Infographic – Spanish

**MANEJO HIGIÉNICO DE LOS ALIMENTOS**
SEGURIDAD EN EL ÁREA DE TRABAJO

Nivel 1

 **Capacitate**
para el empleo

 **FUNDACIÓN**
Ecuador 2009

La cocina es un área de trabajo donde se corren muchos riesgos. Los principales son:

**Caídas, resbalones y golpes:**

- Procura que todo el personal mantenga puertas de armarios y hornos cerrados
- Asegúrate de que los cables de los distintos electrodomésticos no crucen las áreas de tránsito
- Verifica que no se obstruyan las salidas ni los equipos de emergencia, como extintores y botiquín de primeros auxilios
- Verifica que se mantengan los pasillos secos y libres de desechos
- Si se apila mercancía, asegúrate que quede estable y en un lugar de poco tránsito
- Limpia de inmediato cualquier escurrimiento
- Procura que todas las zonas tengan iluminación

**Quemaduras**

- Asegúrate de que las asas de ollas y sartenes no sobresalgan de la parrilla
- Utiliza guantes especiales para tomar objetos calientes
- Levanta las tapas de ollas calientes por el lado opuesto al cuerpo para evitar quemarte con el vapor
- Verifica que no se dejen cucharas dentro de ollas o sartenes cuando se esté cocinando
- Evita dejar objetos calientes en lugares no previstos, pues alguien más podría quemarse

**Cortaduras**

- Toma los cuchillos siempre por el mango. No intentes tomarlo cuando esté cayendo
- Evita guardar cuchillos o utensilios con punta en tus bolsillos
- Después de ocupar cuchillos, llévalos a la zona de lavado. No los dejes en cualquier parte
- Manipula con cuidado otros objetos punzocortantes, como láminas de lata, o vidrio roto y deposítalos en los contenedores de basura indicados

Fuente: <https://www.studocu.com>

Food Safety for Fruits and Vegetables

Restaurant Safety Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Fresh fruits and vegetables taste great and are healthy. Food establishments, including restaurants, grocery stores, fast food chains, and others, are stepping up to meet this demand. As the demand for produce goes up, so does the risk of spreading foodborne pathogens.

WHAT'S THE DANGER

FOODBORNE HAZARDS ASSOCIATED WITH FRUITS AND VEGETABLES IN RESTAURANTS

- **Contamination during harvesting and transportation:** Fruits and vegetables can become contaminated with harmful bacteria, such as *E. coli* and *Salmonella*, during the harvesting and transportation process. This can occur due to poor hygiene practices, contaminated water or soil, or contact with animals.
- **Improper storage:** Fruits and vegetables need to be stored at the correct temperature to prevent bacterial growth. If they are stored at temperatures that are too warm, such as in a warm kitchen, they can quickly become unsafe to eat.
- **Cross-contamination:** Fruits and vegetables can become contaminated if they come into contact with other foods that contain harmful bacteria. For example, if a cutting board is used to prepare raw meat and is not properly cleaned and sanitized before being used to cut vegetables, the vegetables can become contaminated.
- **Improper handling:** Proper handling of fruits and vegetables is critical to prevent contamination. This includes washing hands before and after handling produce, using clean utensils and cutting boards, and storing fruits and vegetables in a way that prevents contamination.
- **Pesticide residues:** Fruits and vegetables can contain pesticide residues if they were not properly washed or if the pesticide was not used according to the manufacturer's instructions.

HOW TO PROTECT YOURSELF

FRESH PRODUCE – IS IT SAFE?

Produce is commonly eaten fresh and raw. Pathogens are usually only on the surface of the produce, so if it is washed properly, it will be safe to eat. But if produce isn't washed properly or becomes contaminated after washing, it can become infected with pathogens.

Campylobacter, Salmonella, Listeria monocytogenes, and E. coli are all dangerous pathogens. They are not found naturally on fresh produce, so how do they get there? These bacteria can be spread through untreated water used to irrigate a farm, or contaminated water in a tank used to wash produce after it is picked. Produce can also become contaminated when people touch it with unclean hands, or if something else contaminates it, like raw animal products.

SAFETY CONSIDERATIONS FOR RESTAURANTS WITH FRUITS AND VEGETABLES

Washed properly: Fruits and vegetables should be washed thoroughly before they are served or used in food preparation. This is important because raw produce can harbor bacteria, viruses, and other harmful microorganisms that can cause foodborne illnesses.

Stored appropriately: Restaurants should store fruits and vegetables in a clean and dry location, separate from raw meat, poultry, and seafood. This can help prevent cross-contamination, which is when harmful bacteria from one food item spreads to another.

Freshness: Restaurants should ensure that the fruits and vegetables they serve are fresh and not spoiled.

Preparation: When preparing fruits and vegetables, restaurants should use clean utensils, cutting boards,

Cooked appropriately: Some fruits and vegetables, such as leafy greens, sprouts, and melons, are more prone to contamination and should be cooked thoroughly before they are served.

Look for fresh produce: Choose restaurants that use fresh produce and avoid those that use canned or pre-packaged fruits and vegetables, which may have additives or preservatives.

Wash the produce: Even if the restaurant claims to have washed the produce, it's always a good idea to wash it again before eating. This will help remove any dirt, bacteria, or pesticides that may be present.

Avoid cross-contamination: Make sure that fruits and vegetables are not placed on the same cutting board or prepared with the same utensils as meat or poultry. This can help prevent the spread of harmful bacteria.

Choose cooked vegetables: If you're concerned about the safety of raw fruits and vegetables, opt for cooked options instead. Cooking can help kill any bacteria or viruses that may be present.

Ask questions: If you're unsure about the safety of the produce, don't be afraid to ask the restaurant staff. They should be able to provide information on where the produce comes from and how it's prepared.

SAFETY REMINDERS FOR RESTAURANT STAFF

- Keep fruits and vegetables that will be eaten raw separate from other foods such as raw meat, poultry or seafood – and from kitchen utensils used for those products.
- Wash cutting boards, dishes, utensils and countertops with hot water and soap after preparing raw meat, poultry and seafood products and before preparing produce that will not be cooked. Another option is to keep separate cutting boards for raw produce and raw meats.
- For added protection, kitchen sanitizers can be used on cutting boards and countertops periodically. A solution of one teaspoon of chlorine bleach to one quart of water may be used as a disinfectant.
- Plastic and other non-porous cutting boards may be washed in the dishwasher.

FINAL WORD

According to the Centers for Disease Control and Prevention (CDC), produce (including fruits and vegetables) is responsible for nearly half of all foodborne illnesses in the United States. The most common causes of produce-related outbreaks are contamination with harmful bacteria, such as Salmonella, E. coli, and Listeria.

Food Safety for Fruits and Vegetables Restaurant Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Las frutas y verduras frescas saben muy bien y son saludables. Los establecimientos de alimentación, incluidos restaurantes, tiendas de comestibles, cadenas de comida rápida y otros, están dando un paso adelante para satisfacer esta demanda. A medida que aumenta la demanda de productos, también lo hace el riesgo de propagación de patógenos transmitidos por los alimentos.

CUÁL ES EL PELIGRO

RIESGOS ALIMENTARIOS ASOCIADOS A LAS FRUTAS Y HORTALIZAS EN LOS RESTAURANTES

- **Contaminación durante la recolección y el transporte:** Las frutas y verduras pueden contaminarse con bacterias nocivas, como E. coli y Salmonella, durante el proceso de recolección y transporte. Esto puede ocurrir debido a malas prácticas de higiene, agua o tierra contaminada, o contacto con animales.

- **Almacenamiento inadecuado:** Las frutas y verduras deben almacenarse a la temperatura adecuada para evitar la proliferación bacteriana. Si se almacenan a temperaturas demasiado altas, por ejemplo, en una cocina caliente, su consumo puede resultar peligroso rápidamente.
- **Contaminación cruzada:** Las frutas y verduras pueden contaminarse si entran en contacto con otros alimentos que contengan bacterias nocivas. Por ejemplo, si se utiliza una tabla de cortar para preparar carne cruda y no se limpia y desinfecta adecuadamente antes de utilizarla para cortar verduras, éstas pueden contaminarse.
- **Manipulación inadecuada:** La manipulación adecuada de frutas y verduras es fundamental para prevenir la contaminación. Esto incluye lavarse las manos antes y después de manipular los productos, utilizar utensilios y tablas de cortar limpios y almacenar las frutas y verduras de forma que se evite la contaminación.
- **Residuos de plaguicidas:** Las frutas y verduras pueden contener residuos de plaguicidas si no se han lavado correctamente o si el plaguicida no se ha utilizado siguiendo las instrucciones del fabricante.

COMO PROTEGERSE

PRODUCTOS FRESCOS: ¿SON SEGUROS?

Los productos frescos suelen consumirse crudos. Los patógenos suelen estar sólo en la superficie de los productos, por lo que, si se lavan correctamente, se pueden comer sin peligro. Pero si los productos no se lavan correctamente o se contaminan después del lavado, pueden infectarse con patógenos.

Campylobacter, Salmonella, Listeria monocytogenes y E. coli son patógenos peligrosos. No se encuentran de forma natural en los productos frescos, así que ¿cómo llegan a ellos? Estas bacterias pueden propagarse a través del agua no tratada que se utiliza para regar una granja, o a través del agua contaminada de un tanque utilizado para lavar los productos después de su recolección. Los productos también pueden contaminarse cuando la gente los toca con

las manos sucias, o si algo más los contamina, como los productos animales crudos.

CONSIDERACIONES DE SEGURIDAD PARA RESTAURANTES CON FRUTAS Y VERDURAS

Lavado adecuado: Las frutas y verduras deben lavarse a fondo antes de servirlos o utilizarlos en la preparación de alimentos. Esto es importante porque los productos crudos pueden albergar bacterias, virus y otros microorganismos nocivos que pueden causar enfermedades transmitidas por los alimentos.

Almacenamiento adecuado: Los restaurantes deben almacenar las frutas y verduras en un lugar limpio y seco, separadas de la carne, las aves y el marisco crudos. Esto puede ayudar a prevenir la contaminación cruzada, que es cuando las bacterias dañinas de un alimento se propagan a otro.

Frescura: Los restaurantes deben asegurarse de que las frutas y verduras que sirven son frescas y no están estropeadas.

Preparación: Al preparar frutas y verduras, los restaurantes deben utilizar utensilios y tablas de cortar limpios,

Cocción Adecuada: Algunas frutas y verduras, como las de hoja verde, los brotes y los melones, son más propensas a la contaminación y deben cocinarse bien antes de servirlos.

Busque productos frescos: Elija restaurantes que utilicen productos frescos y evite los que utilicen frutas y verduras enlatadas o preenvasadas, que pueden tener aditivos o conservantes.

Lave los productos: Aunque el restaurante afirme haber lavado los productos, siempre es buena idea volver a lavarlos antes de comerlos. Esto ayudará a eliminar la suciedad, las bacterias o los pesticidas que puedan estar presentes.

Evite la contaminación cruzada: Asegúrese de que las frutas y verduras no se colocan en la misma tabla de cortar ni se preparan con los mismos utensilios que la carne o las aves. Esto puede

ayudar a prevenir la propagación de bacterias dañinas.

Elija verduras cocidas: Si le preocupa la seguridad de las frutas y verduras crudas, opte por las cocidas. La cocción puede ayudar a matar cualquier bacteria o virus que pueda estar presente.

Pregunte: Si no estás seguro de la seguridad de los productos, no tema preguntar al personal del restaurante. Deberían poder informarte sobre la procedencia de los productos y cómo se preparan.

RECORDATORIOS DE SEGURIDAD PARA EL PERSONAL DEL RESTAURANTE

- Mantenga las frutas y verduras que vayan a consumirse crudas separadas de otros alimentos, como carne, aves o marisco crudos, y de los utensilios de cocina utilizados para esos productos.
- Lave las tablas de cortar, los platos, los utensilios y las encimeras con agua caliente y jabón después de preparar carne, aves y marisco crudos y antes de preparar productos que no vayan a cocinarse. Otra opción es mantener tablas de cortar separadas para los productos y las carnes crudos.
- Para una mayor protección, se pueden utilizar periódicamente desinfectantes de cocina en las tablas de cortar y las encimeras. Se puede utilizar como desinfectante una solución de una cucharadita de lejía por cada litro de agua.
- Las tablas de cortar de plástico y otras no porosas pueden lavarse en el lavavajillas.

CONCLUSIÓN

Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), los productos agrícolas (incluidas frutas y verduras) son responsables de casi la mitad de todas las enfermedades transmitidas por los alimentos en Estados Unidos. Las causas más comunes de los brotes relacionados con frutas y verduras son la contaminación con bacterias nocivas, como Salmonella, E. coli y Listeria.

Food Safety for Fruits and Vegetables Restaurant Safety Stats and Facts

FACTS

1. Cross-contamination can occur when fruits and vegetables come into contact with other foods, surfaces, or equipment that are contaminated with harmful bacteria. For example, if a cutting board that was used to cut raw meat is then used to chop vegetables without being properly sanitized, the vegetables can become contaminated with bacteria.
2. If fruits and vegetables are stored at temperatures that are too warm, bacteria can grow and cause foodborne illness.
3. If fruits and vegetables are not washed properly, they can still contain harmful bacteria that can cause illness.
4. If produce is washed or rinsed with contaminated water, it can become contaminated with harmful bacteria or viruses.
5. If fruits and vegetables are not properly washed or handled, pesticide residues can remain on the produce, which can pose a health risk to consumers.
6. Food workers who are sick or have recently been sick with certain illnesses, such as norovirus or hepatitis A, are a significant source of foodborne illness outbreaks in restaurants.
7. The majority of foodborne illness outbreaks in restaurants are caused by improper food handling, such as inadequate handwashing, cross-contamination, and improper storage of food.

STATS

US Centers for Disease Control and Prevention (CDC) reports that foodborne illness outbreaks linked to produce, including fruits and vegetables, have been increasing in recent years. According to the CDC, in 2018, there were 40 produce-associated outbreaks per year on average, resulting in over 3,000 illnesses, 100 hospitalizations, and 2 deaths annually. Cross-contamination and improper food handling were among the main causes of these outbreaks.

These outbreaks resulted in over 28,000 illnesses, 1,184 hospitalizations, and 37 deaths.

- Proper food handling and storage practices can significantly reduce the risk of foodborne illness in restaurants. However, a study published in the Journal of Food Protection found that only 34% of restaurant workers reported receiving food safety training within the past year.
- The economic costs of foodborne illness are also significant. A 2018 study by the USDA estimated that the annual cost of foodborne illness in the United States is \$15.6 billion in direct medical costs and lost productivity.
- The CDC estimates that each year, 1 in 6 Americans (or 48 million people) get sick, 128,000 are hospitalized, and 3,000 die from foodborne illnesses.

Food Safety for Fruits and Vegetables Restaurant Safety Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. La contaminación cruzada puede producirse cuando las frutas y verduras entran en contacto con otros alimentos, superficies o equipos contaminados con bacterias nocivas. Por ejemplo, si una tabla de cortar que se utilizó para cortar carne cruda se usa luego para picar verduras sin haber sido desinfectada adecuadamente, las verduras pueden contaminarse con bacterias.
2. Si las frutas y verduras se almacenan a temperaturas demasiado cálidas, las bacterias pueden crecer y causar enfermedades transmitidas por los alimentos.
3. Si las frutas y verduras no se lavan correctamente, aún pueden contener bacterias dañinas que pueden causar enfermedades.
4. Si los productos se lavan o enjuagan con agua contaminada, pueden contaminarse con bacterias o virus dañinos.
5. Si las frutas y verduras no se lavan o manipulan correctamente, pueden quedar residuos de pesticidas en los productos, lo que puede suponer un riesgo para la salud de los consumidores.
6. Los trabajadores del sector alimentario que están enfermos o han estado enfermos recientemente con ciertas enfermedades, como la norovirus o la hepatitis A, son una fuente importante de brotes de enfermedades transmitidas por los alimentos en los restaurantes.
7. La mayoría de los brotes de enfermedades de transmisión alimentaria en los restaurantes se deben a una manipulación inadecuada de los alimentos, como un lavado de manos inadecuado, la contaminación cruzada y el almacenamiento incorrecto de los alimentos.

ESTADÍSTICAS

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de los Estados Unidos informan que los brotes de enfermedades transmitidas por los alimentos relacionados con productos agrícolas, incluidas frutas y verduras, han aumentado en los

últimos años. Según los CDC, en 2018, hubo 40 brotes asociados a productos agrícolas por año en promedio, lo que provocó más de 3,000 enfermedades, 100 hospitalizaciones y 2 muertes anuales. La contaminación cruzada y la manipulación inadecuada de los alimentos fueron algunas de las principales causas de estos brotes.

Estos brotes provocaron más de 28.000 enfermedades, 1.184 hospitalizaciones y 37 muertes.

- Unas prácticas adecuadas de manipulación y almacenamiento de alimentos pueden reducir significativamente el riesgo de enfermedades transmitidas por los alimentos en los restaurantes. Sin embargo, un estudio publicado en el Journal of Food Protection reveló que sólo el 34% de los trabajadores de restaurantes declararon haber recibido capacitación en seguridad alimentaria en el último año.
- Los costos económicos de las enfermedades transmitidas por los alimentos también son significativos. Un estudio de 2018 del USDA estimó que el costo anual de las enfermedades transmitidas por los alimentos en los Estados Unidos es de \$ 15,6 mil millones en costos médicos directos y pérdida de productividad.
- Los CDC estiman que cada año, 1 de cada 6 estadounidenses (o 48 millones de personas) se enferma, 128,000 son hospitalizados y 3,000 mueren a causa de enfermedades transmitidas por los alimentos.

Food Safety for Fruits and Vegetables Restaurant Safety

Fatality File

Man who ate at restaurant died from salmonella.

COLUMBIA – A 58-year-old man died from complications of food poisoning after he ate at a buffet-style restaurant in Camden last week, Kershaw County Coroner Johnny Fellers said Wednesday.

The death, as well as 176 cases of reported food poisoning, prompted officials to issue a statewide public health advisory for anyone who ate at the Old South Restaurant from last Thursday to Sunday.

James Arledge of Lugoff died early Sunday morning at his home after he received an infection in his blood stream from salmonella, Fellers said.

Arledge ate turkey and dressing, chicken, rice, peas, and apple cobbler at the buffet Thursday evening.

but DHEC spokesman Thom Berry said the agency is still trying to pinpoint the source of the salmonella.

As of Wednesday, 65 people had been seen at the Kershaw County Medical Center emergency room, and 25 patients had been admitted, hospital chief executive Donnie Weeks said. At least one person had been released Wednesday, Weeks said. DHEC reported seven other people had been hospitalized.

The first person was admitted last Friday morning. Most of the patients have received fluids intravenously and antibiotics and their conditions seem to be improving, Weeks said.

DHEC has received calls about possible food poisoning from areas as far away as Charleston and Rock Hill.

After receiving calls from the hospital Sunday, DHEC sent staff to the hospital and inspected the restaurant Monday. The restaurant

received an “A,” the same grade it had been given after a previous inspection.

However, after news of the food poisoning, the restaurant voluntarily closed Tuesday. A message left there Wednesday was not immediately returned.

Waitress Naomi Geddes, speaking on behalf of the owners, told WIS-TV in Columbia on Monday, “I know for a fact they do keep their food fresh.”

The investigation into the outbreak is not that unusual, but deaths attributed to salmonella have been rare in South Carolina.

Food Safety for Fruits and Vegetables Restaurant Safety Fatality File – Spanish

Hombre que comió en restaurante murió de salmonela.

COLUMBIA – Un hombre de 58 años murió por complicaciones de intoxicación alimentaria después de comer en un restaurante tipo buffet en Camden la semana pasada, dijo el miércoles el forense del condado de Kershaw, Johnny Fellers.

La muerte, así como 176 casos de intoxicación alimentaria reportados, llevó a las autoridades a emitir un aviso de salud pública en todo el estado para cualquier persona que comió en el restaurante Old South desde el jueves pasado hasta el domingo.

James Arledge, de Lugoff, falleció la madrugada del domingo en su domicilio tras sufrir una infección en el torrente sanguíneo por

salmonela, según Fellers.

Arledge comió pavo y aderezo, pollo, arroz, guisantes y tarta de manzana en el buffet el jueves por la noche.

Pero el portavoz del DHEC, Thom Berry, dijo que la agencia todavía está tratando de localizar la fuente de la salmonela.

Hasta el miércoles, 65 personas habían sido atendidas en la sala de urgencias del Centro Médico del Condado de Kershaw, y 25 pacientes habían sido ingresados, dijo el director ejecutivo del hospital, Donnie Weeks. Al menos una persona había sido dada de alta el miércoles, dijo Weeks. El DHEC informó de que otras siete personas habían sido hospitalizadas.

La primera persona ingresó el pasado viernes por la mañana. La mayoría de los pacientes han recibido fluidos por vía intravenosa y antibióticos y sus condiciones parecen estar mejorando, dijo Weeks.

El DHEC ha recibido llamadas sobre posibles intoxicaciones alimentarias de zonas tan lejanas como Charleston y Rock Hill.

Tras recibir llamadas del hospital el domingo, el DHEC envió personal al hospital e inspeccionó el restaurante el lunes. El restaurante recibió una "A", la misma calificación que había recibido tras una inspección anterior.

Sin embargo, tras la noticia de la intoxicación alimentaria, el restaurante cerró voluntariamente el martes. Un mensaje dejado allí el miércoles no fue devuelto inmediatamente.

La camarera Naomi Geddes, hablando en nombre de los propietarios, dijo a WIS-TV en Columbia el lunes: "Sé a ciencia cierta que mantienen su comida fresca."

La investigación sobre el brote no es tan inusual, pero las muertes atribuidas a la salmonela han sido raras en Carolina del Sur.

Food Safety for Fruits and Vegetables Restaurant Safety Infographic



Top 10 FOOD SAFETY TIPS



1 Clean Hands Count

Germs are easily transferred from hands to food during meal preparation, accounting for 89% of outbreaks.¹ Good hand hygiene is your first line of defense in preventing foodborne illness.



2 Sick Workers Have No Place In Foodservice

12% of foodservice employees report having worked when they were sick with vomiting or diarrhea.² Sick employees can easily spread pathogens to other employees and customers. Sick workers should stay home when sick.



3 Cool It!

Chill food promptly and properly. Illness-causing bacteria can grow in perishable foods within two hours unless you refrigerate them. Cold temperatures slow the growth of illness causing bacteria.³



4 Take Your Food's Temperature

Proper cooking temperatures are key to killing hazardous pathogens. Bacteria that cause food poisoning multiply quickest in the "Danger Zone" – between 40° and 140°F.⁴ Use a food thermometer to determine a food's true internal temperature.

5. Put A Label On It!

Avoid confusion and ensure freshness by labeling and dating stored ingredients and prepared foods. Any food item not stored in its original packaging must be labeled.⁵



6 Don't Get Your Signals Crossed On Cross-Contamination

Raw meat, poultry, seafood, and eggs can spread illness-causing bacteria to ready-to-eat foods. Cutting boards or utensils used with raw meats must never be re-used for ready-to-eat foods like fruits and vegetables without first thoroughly cleaning and sanitizing them after each use and before beginning a new task.⁶



7 Be A Clean Freak

Cleaning removes dirt and debris. Sanitizing reduces pathogens that may be present to safe levels. Food contact surfaces must be cleaned and sanitized after each use, or every 4 hours if in continual use.⁷



8 Love Your Gloves

Failure to wear gloves by foodservice workers who prepare ready-to-eat foods is a top trending health inspection violation.⁸ Wearing gloves can reduce the spread of foodborne illness.



9 Give Fruits & Vegetables A Bath

Washing fruits and vegetables helps prevent the spread of bacteria to food preparation surfaces. Even fruits and vegetables that will be peeled or skinned must still be washed.⁹



10 Train Staff

A knowledgeable kitchen staff is your greatest ally in protecting guests and preventing foodborne illness. Each new kitchen staff member should be regularly given instruction on proper cleaning and sanitizing protocols.¹⁰

Source: <https://saniprofessional.com>

Food Safety for Fruits and Vegetables Restaurant Safety Infographic – Spanish

5 CLAVES PARA LA INOCUIDAD DE LOS ALIMENTOS

MANTÉN LA LIMPIEZA

Lávate las manos antes de preparar alimentos y a menudo durante la preparación.

Lávate las manos después de ir al baño.

Desinfecta los utensilios de cocina.

Guarda los alimentos en recipientes limpios y ciérralos.



SEPARA ALIMENTOS CRUDOS Y COCINADOS

Usa equipos y utensilios diferentes para la carne, pollo, pescado y otros alimentos crudos.

Conserva los alimentos en recipientes separados para evitar el contacto entre crudos y cocidos.



COCINA COMPLETAMENTE

Cocina completamente los alimentos, especialmente si se trata de carne, pollo, huevos o pescado.

Si cocinas carnes rojas o pollo, cuida que los jugos que desprenden sean claros y no rosados.

Recalienta completamente la comida cocinada.



MANTÉN LOS ALIMENTOS A TEMPERATURAS SEGURAS

No dejes los alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas.

No guardes comida por periodos largos, especialmente en la nevera del refrigerador.

No descongeles los alimentos a temperatura ambiente.



USA AGUA Y MATERIAS PRIMAS SEGURAS

Usa agua purificada para cocinar.

Para su inocuidad, elige alimentos ya procesados, por ejemplo la leche pasteurizada.

Lava frutas y verduras, especialmente si se comen crudas.

No consumas alimentos después de su fecha de vencimiento.



Fuente: <https://www.estudiahosteleria.com>

Repetitive Motion Injuries – Preventing Repetitive Motion Injuries Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Repetitive strain injuries (RSIs) result from damaged muscles, nerves, and tendons. Sometimes called repetitive motion injuries, repetitive stress injuries or repetitive motion disorders, these repetitive movements at work can lead to injuries. They can be some of the most expensive and debilitating work-related injuries.

Workers are more likely to be injured due to repetitive tasks over a long period than they are a sudden trauma.

WHAT'S THE DANGER

CAUSES OF RMI

RMI is related to the overuse of muscles and tendons in the upper body. Certain things increase the risk of RMI.

- repetitive activities.
- doing a high-intensity activity for a long time without rest.
- poor posture or activities that involve working in an awkward position.

RMI SYMPTOMS. Symptoms of RSI can range from mild to severe and usually develop gradually.

- pain, aching or tenderness.
- stiffness
- throbbing
- tingling or numbness
- weakness
- cramp

INDUSTRIES MOST AT RISK FOR RMI.

- **Manufacturing positions**, including packaging and assembly workers
- **Sewing positions**, including seamstresses and tailors.
- **Retail positions**, including cashiers and shelf stockers.
- **Health service workers**, including lab workers and nurses.
- **Entertainment workers**, including dancers and musicians.
- **Office workers**, including those who type, file, or use a computer regularly.
- **Construction workers**, including those who sand, lay bricks or are on computers frequently.
- **Food preparation workers**, including meat cutters or cake decorators.
- **Transportation related jobs**, including bus drivers or taxi drivers.

INJURIES ASSOCIATED WITH REPETITIVE MOTION OR CUMULATIVE TRAUMA IN THE WORKPLACE

- Carpal tunnel syndrome
- Tendinitis
- Bursitis
- Hearing loss
- Back injuries
- Neck injuries
- Shoulder injuries
- Degenerative disc disease
- Rotator cuff injuries
- Tenosynovitis
- Epicondylitis
- Emotional injury
- Hand or wrist pain
- Knee injuries

The most common work-related repetitive motion and overuse injuries involve the wrists, elbows, and hands due to repetitive keyboard activities (typing, clicking, and mousing). If the work station is non-ergonomic or the worker goes too many hours without a break, it can cause a nerve entrapment syndrome such as carpal

tunnel syndrome or epicondylitis (tennis elbow). Mechanics who perform overhead work and constantly use their hands are also prone to repetitive motion and overuse injuries, as are production workers, carpenters, welders, masons, warehouse workers, and picker/packers.

HOW TO PROTECT YOURSELF

REPETITIVE MOTION INJURY PREVENTION – Design Ergonomic, Adjustable Workstations.

- Raise or lower your desk, chair, or computer screen to get the top of your screen at or slightly below eye level. The screen should be easily viewed without straining your neck forward.
- Use a document holder to position papers at the same level as the screen.
- Your neck should be straight with your head centered above your spine. Have your arms bent roughly at 90-degree angles with your wrists and hands straight or in a neutral position.
- Your spine should have its normal curve supported with your feet resting in a relaxed position on the floor.
- Use wrist rests, telephone headsets, back supports, to relieve strain on arms, neck, and back.
- Try to keep your hands, arms, and shoulders loose and relaxed. It's important to do stretching exercises before and after long typing periods. Stretch your fingers, wrists, arms, and shoulders frequently.
- The more force used, either constantly or on impact, while typing it is likely straining a muscle or sprain a tendon.
- Sit up straight. Make sure your chair supports your spine in an upright position.
- Never rest your wrists on the desk, wrist pad or armrests while you are typing or using a mouse.
- Pace yourself. Take a five- to 10-minute break every half hour or less.
- Get plenty of regular, vigorous exercise.
- Do appropriate upper body strengthening exercises.

- Stretch frequently while at the computer.
- Reduce time at the computer if you are experiencing pain, fatigue, or soreness.

REPETITIVE MOTION INJURY TAKEAWAY

All employees involved in any sort of prolonged exposure to one task should take a break every two hours.

FINAL WORD

Whether you are a business owner, an office manager, or oversee ergonomics for your company, it's important to give employees tips and tools on how to prevent injury and empower them to make the changes they need.