Newsletter – April 2024

- Comply with Confined Spaces Safety Training Requirements;
- Safety Talks on Confined Spaces, Heat Stress, PPE and Lead in Construction;
- Fatality Reports;
- Welder’s Safety and Health Guide;
- and more…

Eye Injury – Restaurant Safety – Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Las lesiones oculares en restaurantes son lesiones que pueden producirse en los ojos mientras se cena o se trabaja en un restaurante y están causadas por diversos factores, como pequeños objetos, productos de limpieza u otros materiales peligrosos, bacterias u otros contaminantes, arañazos o cortes en la córnea y traumatismos oculares por objeto contundente.

CUÁL ES EL PELIGRO

CONSECUENCIAS DE LAS LESIONES OCULARES PARA LOS TRABAJADORES DE RESTAURANTES

- **Abrasiones corneales:** Los pequeños arañazos o cortes en la córnea pueden ser causados por objetos voladores, como cristales o utensilios rotos, y pueden provocar molestias, sensibilidad a la luz y visión borrosa.
- **Quemaduras químicas:** Las quemaduras químicas en los ojos pueden producirse por productos de limpieza u otros

materiales peligrosos utilizados en la cocina o el comedor. Pueden causar dolor intenso, enrojecimiento y daños permanentes en el ojo.

- **Infecciones oculares:** Pueden producirse infecciones si bacterias u otros contaminantes entran en contacto con el ojo, por ejemplo, por lavarse mal las manos o utilizar utensilios contaminados.
- **Traumatismo ocular:** Los traumatismos oculares por objeto contundente pueden causar daños graves, como el desprendimiento de retina, que puede conducir a la pérdida permanente de visión.
- **Cuerpo extraño en el ojo:** Los objetos pequeños, como partículas de alimentos o cristales rotos, pueden alojarse en el ojo y causar dolor, irritación y, potencialmente, infección.
- **Pérdida de visión:** Las lesiones oculares pueden causar pérdida permanente de visión, lo que puede afectar significativamente a su calidad de vida. Dependiendo de la gravedad de la lesión, la pérdida de visión puede ser parcial o total.

COMO PROTEGERSE

LAS PRECAUCIONES PUEDEN EVITAR LESIONES OCULARES EN EL RESTAURANTE

- **Preste atención a su entorno:** Preste atención a su entorno, especialmente en las zonas concurridas o abarrotadas del restaurante. Evite las zonas con alto riesgo de objetos voladores, como cerca de la cocina o de un bar concurrido.
- **Utilice los utensilios correctamente:** Utilice correctamente los utensilios, como cuchillos, tenedores y cucharas, para evitar hacerse daño en los ojos. Evite utilizar los dedos para separar alimentos o sujetar objetos resbaladizos, ya que podría lesionarse el ojo.
- **Lleve protección ocular:** Si participa en una actividad de grupo en la que intervienen alimentos o si se encuentra en un entorno con un alto riesgo de objetos voladores, considere la posibilidad de utilizar protección ocular como gafas de seguridad.

- **Alerte al personal:** Si observa algún peligro potencial, como vajilla mal apilada, manteles sueltos u otros peligros, avise inmediatamente al personal del restaurante.
- **Tenga cuidado con los líquidos calientes:** Tenga cuidado al consumir sopas calientes, tés u otras bebidas calientes. El vapor que desprenden los líquidos calientes puede provocar lesiones oculares, sobre todo si te acercas demasiado o el líquido se derrama.
- **Lávese las manos:** Lávese correctamente las manos antes de comer para evitar infecciones que puedan propagarse a los ojos.
- **Mantenga las distancias con los niños:** Si hay niños cerca, asegúrese de mantener una distancia de seguridad con ellos para evitar lesiones accidentales por su comportamiento o acciones.

LA MEJOR PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN OCULAR PARA EVITAR LESIONES OCULARES EN LOS RESTAURANTES

La grasa caliente puede salpicarle y quemarle el ojo. El aceite y la grasa de cocina calientes pueden salpicar fácilmente al ojo y quemarle la córnea. Esta lesión tan común puede evitarse llevando gafas o, como mínimo, utilizando un protector antigrasa o una tapa en la sartén. Si le salpica grasa caliente en el ojo, láveselo inmediatamente con abundante agua. Esto eliminará la grasa y cualquier partícula. No utilice gotas anti-enrojecimiento para enjuagarse los ojos. Las lágrimas artificiales pueden aliviarle los ojos tras una pequeña salpicadura de grasa, pero acuda a su oftalmólogo lo antes posible si hay una lesión evidente, dolor excesivo, síntomas continuos o está preocupado por su ojo. Puede ser más susceptible de sufrir infecciones u otras lesiones oculares mientras el ojo se está curando.

Cuidado con las salsas burbujeantes y las salpicaduras de líquidos. Cualquier líquido que le salpique en el ojo puede ser molesto. Pero los líquidos de los alimentos pueden ser especialmente peligrosos. Los líquidos de los alimentos suelen ser ácidos y pueden provocar lagrimeo y escozor en los ojos. Algunos alimentos, como el líquido de pollo crudo, contienen bacterias que

pueden provocar una infección ocular. Las salsas hirviendo a fuego lento pueden salpicar fuera de la olla y quemarle o causarle ampollas en los ojos. Si esto ocurre, lávese los ojos con abundante agua. Acuda inmediatamente a un oftalmólogo si observa algún daño en el ojo o si alguno de los síntomas persiste.

Los restos de picante pueden pegarse a los dedos y acabar en el ojo. Al picar chiles jalapeños y utilizar otros ingredientes picantes, los dedos retienen residuos aceitosos que pueden acabar en los ojos. Lávese bien las manos después de preparar la comida. O mejor aún, utilice guantes cuando pique verduras y trabaje con especias. Si le entra pimienta o aceite de especias en los ojos, láveselos con abundante agua y lávese los párpados y la zona circundante con champú para bebés. Nunca se meta jabón directamente en el ojo.

Los productos químicos de limpieza pueden causar lesiones oculares cegadoras. Los productos de limpieza son uno de los principales peligros para los ojos en la cocina. Siempre debe llevar protección ocular cuando trabaje con productos químicos de limpieza. La lejía, los limpiadores de hornos y otros productos químicos de limpieza pueden causar lesiones oculares graves y cegadoras. Si le entra algún producto de limpieza en los ojos, láveselos inmediatamente con abundante agua y acuda al médico. Cuanto más prolongada sea la exposición, peor puede ser el daño.

Manténgase seguro al utilizar cuchillos, tijeras y otros objetos punzantes. Los objetos punzantes son la tercera causa más frecuente de lesiones oculares en los niños. Tenga especial cuidado con los cuchillos, tenedores, tijeras y objetos punzantes cuando enseñe a cocinar a los niños pequeños.

¡No se resbale! Mantenga el suelo limpio y las puertas de los armarios cerradas. Las alfombras sueltas, los armarios abiertos y los derrames de líquidos en el suelo pueden suponer un peligro para los ojos mayor de lo que imaginas. Las caídas son una de las principales causas de lesiones oculares en Estados Unidos. Las personas de 60 años o más son especialmente propensas a sufrir lesiones oculares por caídas.

Mantenga los alimentos fuera del alcance de sus ojos. No caiga en remedios peligrosos o mitos urbanos. La miel no cambia el color de los ojos y el té no cura la conjuntivitis. No se ponga en el ojo nada que no haya sido diseñado para uso ocular. Si se aplica rodajas de pepino u otros alimentos sobre la piel que rodea los ojos, tenga cuidado de que no le entre líquido.

El filete crudo no es un tratamiento seguro ni eficaz para los ojos morados. En los dibujos animados y las películas antiguas, la gente suele ponerse un filete crudo en un ojo morado. Esto no es seguro. Las bacterias de la carne cruda pueden provocar una infección ocular grave. Otros alimentos congelados envasados, como las verduras congeladas en bolsa, podrían estar contaminados por bacterias en su congelador o cocina. Es más seguro utilizar una bolsa de hielo o cubitos de hielo envueltos en una toalla limpia.

CONCLUSIÓN

Practicar la seguridad ocular en los restaurantes es una parte importante del mantenimiento de su salud y bienestar generales. Tomando medidas para proteger la vista, puede evitar posibles lesiones, fomentar la seguridad y disfrutar al máximo de su experiencia gastronómica.

Eye Injury – Restaurant Safety – Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Eye injuries at restaurants are injuries that can occur to the eyes while dining or working in a restaurant are caused by a variety of factors, including small objects, cleaning products or

other hazardous materials, bacteria or other contaminants, scratches or cuts on the cornea and blunt force trauma to the eye.

WHAT’S THE DANGER

CONSEQUENCES OF EYE INJURIES FOR WORKERS AT RESTAURANTS

- **Corneal abrasions:** Small scratches or cuts on the cornea can be caused by flying objects such as broken glass or utensils, and can cause discomfort, sensitivity to light, and blurred vision.
- **Chemical burns:** Chemical burns to the eyes can occur from cleaning products or other hazardous materials used in the kitchen or dining area. These can cause severe pain, redness, and potentially permanent damage to the eye.
- **Eye infections:** Infections can occur if bacteria or other contaminants encounter the eye, such as from improperly washed hands or contaminated utensils.
- **Eye trauma:** Blunt force trauma to the eye can cause serious damage, such as a detached retina, which can lead to permanent vision loss.
- **Foreign body in the eye:** Small objects, such as food particles or broken glass, can become lodged in the eye and cause pain, irritation, and potentially infection.
- **Vision loss:** Eye injuries can cause permanent vision loss, which can significantly impact your quality of life. Depending on the severity of the injury, vision loss may be partial or complete.

HOW TO PROTECT YOURSELF

PRECAUTIONS CAN PREVENT EYE INJURIES AT RESTAURANT

- **Be mindful of your surroundings:** Pay attention to your surroundings, especially in busy or crowded areas of the restaurant. Avoid areas where there is a high risk of flying objects, such as near the kitchen or a busy bar.
- **Use utensils properly:** Use utensils, such as knives, forks, and spoons, properly to avoid injuring your eyes. Avoid

using your fingers to tear food apart or hold onto slippery items, as it could cause injury to your eye.

- **Wear eye protection:** If you are participating in a group activity that involves food items or if you are in an environment with a high risk of flying objects, consider wearing eye protection like safety glasses or goggles.
- **Alert the staff:** If you notice any potential hazards such as poorly stacked dishware, loose tablecloths or other hazards, alert the restaurant staff immediately.
- **Be cautious with hot liquids:** Be careful when consuming hot soups, teas, or other hot beverages. The steam rising from hot liquids can cause eye injuries, especially if you are leaning too close or the liquid spills.
- **Wash your hands:** Properly wash your hands before eating to prevent infections that can spread to the eyes.
- **Keep your distance from children:** If there are children around, be sure to keep a safe distance from them to prevent accidental injury from their behavior or actions.

BEST WORKER EYE PREVENTION AND PROTECTION TO AVOID EYE INJURIES AT RESTAURANTS

Hot grease can splatter and burn your eye. Hot cooking oil and grease can easily splash onto the eye and burn your cornea. This common injury can be avoided by wearing glasses or, at the very least, using a grease shield or lid on the pan. If hot grease splashes in your eye, immediately flush it with plenty of water. This will remove the grease and any particles. Don’t use anti-redness drops to rinse your eyes. Artificial tears may soothe your eyes after a small grease splash but see your eye doctor as soon as possible if there is obvious injury, excessive pain, continuing symptoms or you’re worried about your eye. You may be more susceptible to eye infections or other eye injuries while your eye is healing.

Watch out for bubbling sauces and splashing liquids. Any liquid that splashes in your eye can be uncomfortable. But food liquids may be especially dangerous. Fluids from food are often acidic and can cause your eyes to tear up and sting. Some foods, like raw

chicken liquid, contain bacteria that could cause an eye infection. Simmering sauces can splash out of the pot and burn or blister your eyes. If this happens, flush your eyes with plenty of water. See an eye doctor right away if you see any damage to your eye or if any of your symptoms continue.

Spicy residues can stick to your fingers and end up in your eye. When you chop jalapeño peppers and use other spicy ingredients, your fingers retain oily residues that can end up in your eyes. Wash your hands thoroughly after preparing food. Or better yet, wear gloves while chopping vegetables and working with spices. If pepper or spice oils end up in your eye, flush with plenty of water and then wash your eyelids and the area around your eye with baby shampoo. Never put any soap directly in your eye.

Cleaning chemicals can cause blinding eye injuries. Cleaning products are among the top eye hazards in the kitchen. You should always wear eye protection when working with cleaning chemicals. Bleach, oven cleaners and other cleaning chemicals can cause serious, blinding eye injuries. If you get any cleaning products in your eyes, immediately flush with plenty of water and seek medical attention. The longer the exposure, the worse the damage can be.

Stay safe while using knives, scissors, and other sharps. Sharp objects are the third-most-common cause of eye injuries in kids. Be especially careful with knives, forks, scissors, and sharp objects when teaching young children to cook.

Don’t slip! Keep floors clean and cabinet doors closed. Loose rugs, open cabinets and liquid spills on the floor could be more of a hazard to your eyes than you realize. Falls are a top cause of eye injury in the United States. People 60 years old and older are especially prone to eye injuries from falls.

Keep food out of your eyes. Don’t fall for dangerous remedies or urban myths. Honey will not change your eye color and tea will not cure pink eye. Don’t put anything in your eye that hasn’t been designed for eye use. If you use sliced cucumber or other foods on the skin around your eyes, be careful not to let fluid leak into

your eye.

Raw steak is not a safe or effective treatment for black eyes. In cartoons and old movies, people often put a raw steak on a black eye. This is not safe. The bacteria on raw meat can cause a serious eye infection. Other packaged frozen foods, like bagged frozen vegetables, could be contaminated by bacteria in your freezer or kitchen. It’s safer to use an ice pack or ice cubes wrapped in a clean towel.

FINAL WORD

Practicing eye safety at restaurants is an important part of maintaining your overall health and well-being. By taking steps to protect your eyesight, you can prevent potential injuries, promote safety, and enjoy your dining experience to the fullest.

Eye Injury – Restaurant Safety – Stats and Facts

FACTS

Hazards Associated with Eye Injuries at Restaurants

1. **Permanent vision loss:** Eye injuries can cause permanent vision loss if not treated promptly or if the damage to the eye is severe.
2. **Infections:** Eye injuries can lead to infections, which can cause further damage to the eye and potentially spread to other parts of the body.
3. **Pain and discomfort:** Eye injuries can cause pain and discomfort, which can interfere with daily activities and

affect overall quality of life.

4. **Medical expenses:** Eye injuries can require medical attention, which can result in costly medical bills, especially if surgery or long-term treatment is necessary.
5. **Loss of productivity:** Eye injuries can require time off from work or other activities, leading to a loss of productivity and potential income.

STATS

- According to the American Academy of Ophthalmology, over 2.5 million eye injuries occur in the United States each year, and many of these injuries occur in the workplace and other public settings, including restaurants.
- A study published in the Journal of Occupational and Environmental Medicine found that 59% of eye injuries in the foodservice industry were caused by contact with hot liquids, grease, or steam.
- Another study published in the same journal found that 22% of eye injuries in the foodservice industry were caused by foreign objects such as food particles or broken glass.

Eye Injury – Restaurant Safety – Fatality File – Spanish

Un trabajador de McDonalds queda parcialmente ciego tras una lesión ocular causada por ácido

La cadena de comida rápida McDonalds ha sido multada con más de 20.000 libras por el Ayuntamiento de Wandsworth tras un incidente

en el que uno de sus empleados quedó parcialmente ciego a causa de un limpiador a base de ácido.

La empresa fue multada por el ayuntamiento en virtud de las leyes de seguridad en el trabajo y, según el Ayuntamiento de Wandsworth, se trata del primer procesamiento con éxito contra McDonalds en el Reino Unido derivado de un accidente en el lugar de trabajo.

Un empleado intentaba desatascar una tubería de desagüe. El empleado sufrió quemaduras graves en la cara y los ojos y ha quedado con un 55% de visión en el ojo izquierdo.

El tribunal escuchó cómo el trabajador había intentado desatascar un desagüe después de que el personal del restaurante se diera cuenta de que una lavadora no funcionaba. Para eliminar la obstrucción, el restaurante compró un desatascador químico corrosivo. Cuando el primer intento de utilizar este limpiador a base de ácido sulfúrico no consiguió desatascar la tubería, el encargado le dio dinero para que comprara otra botella.

Cuando el trabajador vertió más producto químico en el desagüe, el contenido le estalló en la cara y le entró en los ojos. Se le prestaron los primeros auxilios antes de ser trasladado al hospital en ambulancia.

Sufrió quemaduras que, tras ser tratadas, le han dejado con un 97% de visión en el ojo derecho y sólo un 55% en el izquierdo.

El Consejo de Wandsworth descubrió que el restaurante no había llevado a cabo una evaluación de riesgos CoSHH antes de utilizar el producto químico. Sarah McDermott, portavoz de medio ambiente, declaró: “Sus jefes dieron dinero a un empleado para que comprara un producto muy peligroso. No se llevó a cabo ninguna evaluación de riesgos para garantizar que el uso de este producto fuera seguro, no se le supervisó adecuadamente mientras lo utilizaba, no se le impartió ninguna capacitación para reducir el riesgo de accidente, ni se le proporcionó ropa protectora.

“Fue un fallo grave en los procedimientos internos de la empresa. Utilizar un producto químico peligroso para limpiar un desagüe entrañaría riesgos de seguridad evidentes.

“En este caso, la empresa incumplió su deber de diligencia para con este empleado. Como consecuencia, ha sufrido una lesión ocular permanente y debilitante.

“Esperamos que este caso sirva para recordar a todos los empleadores que deben tomar siempre las medidas adecuadas para garantizar la seguridad de sus empleados en el lugar de trabajo”.

McDonalds Restaurants Ltd compareció ante el tribunal el 11 de noviembre de 2010 y se declaró culpable de infringir el artículo 2(1) de la HSWA de 1974. Se les impuso una multa de 5.000 libras y se les condenó al pago de 15.744 libras en concepto de costas.

Un portavoz de McDonalds dijo: “Lamentamos mucho la lesión ocular sufrida por nuestro empleado. Lamentamos que en esta ocasión no se siguieran nuestros estrictos procedimientos de seguridad, y hemos tomado medidas para asegurarnos de que esto no vuelva a ocurrir.”

Eye Injury – Restaurant Safety – Fatality File

McDonalds worker left partially blind following acid eye injury

Fast food chain McDonalds were fined more than £20,000 by Wandsworth Council following an incident which left one of its employees partially blinded by an acid-based cleaner.

The company was fined by the council under safety at work laws and according to Wandsworth Council, this was the first successful prosecution against McDonalds in the UK resulting from an accident in the workplace.

The incident took place at the McDonalds restaurant on 20th June 2008 while an employee attempted to unblock a waste pipe. The staff member suffered severe burns to his face and eyes and has been left with around 55% vision in his left eye.

The court heard how the worker had attempted to unblock a drain after staff at the restaurant had noticed that a washing machine was not working. In order to remove the blockage, the restaurant bought a corrosive chemical drain cleaner. When the first attempt at using this sulphuric acid based cleaner failed to dislodge the blockage, the employee was given money by a manager to buy another bottle.

When the worker poured more of the chemical into the drain, the contents blew back into his face and into his eyes. He was given first aid before being taken to hospital by ambulance.

He sustained burns which following treatment, have left him with around 97% vision in his right eye and only about 55% in his left eye.

Wandsworth Council found that the restaurant did not carry out a CoSHH risk assessment prior to using the chemical. Cllr Sarah McDermott, environment spokesperson, stated “Their member of staff was given money by his managers to buy a very hazardous product. No risk assessment was carried out to ensure this product was safe to use, he was not properly supervised while using it, he was not given any training to reduce the risk of an accident, nor was he provided with protective clothing.

“This was a serious lapse in the company’s internal procedures. Using a hazardous chemical to clean a drain would involve obvious safety risks.

“In this case the company failed in its duty of care to this member of staff. As a result he has been left with a permanent and debilitating eye injury.

“We hope this case will serve as an important reminder to all employers that they must always take proper steps to ensure the safety of their employees in the workplace.”

McDonalds Restaurants Ltd appeared in court on 11th November 2010 and pleaded guilty to breaching s2(1) of the HSWA 1974. They were fined £5000 and ordered to pay costs of £15,744.

A spokesman for McDonalds said: “We are very sorry for the eye injury incurred by our staff member. We regret that on this occasion our stringent safety procedures were not followed, and we have taken steps to make sure this doesn’t happen again.”

Eye Injury – Restaurant Safety – Stats and Facts – Spanish

HECHOS

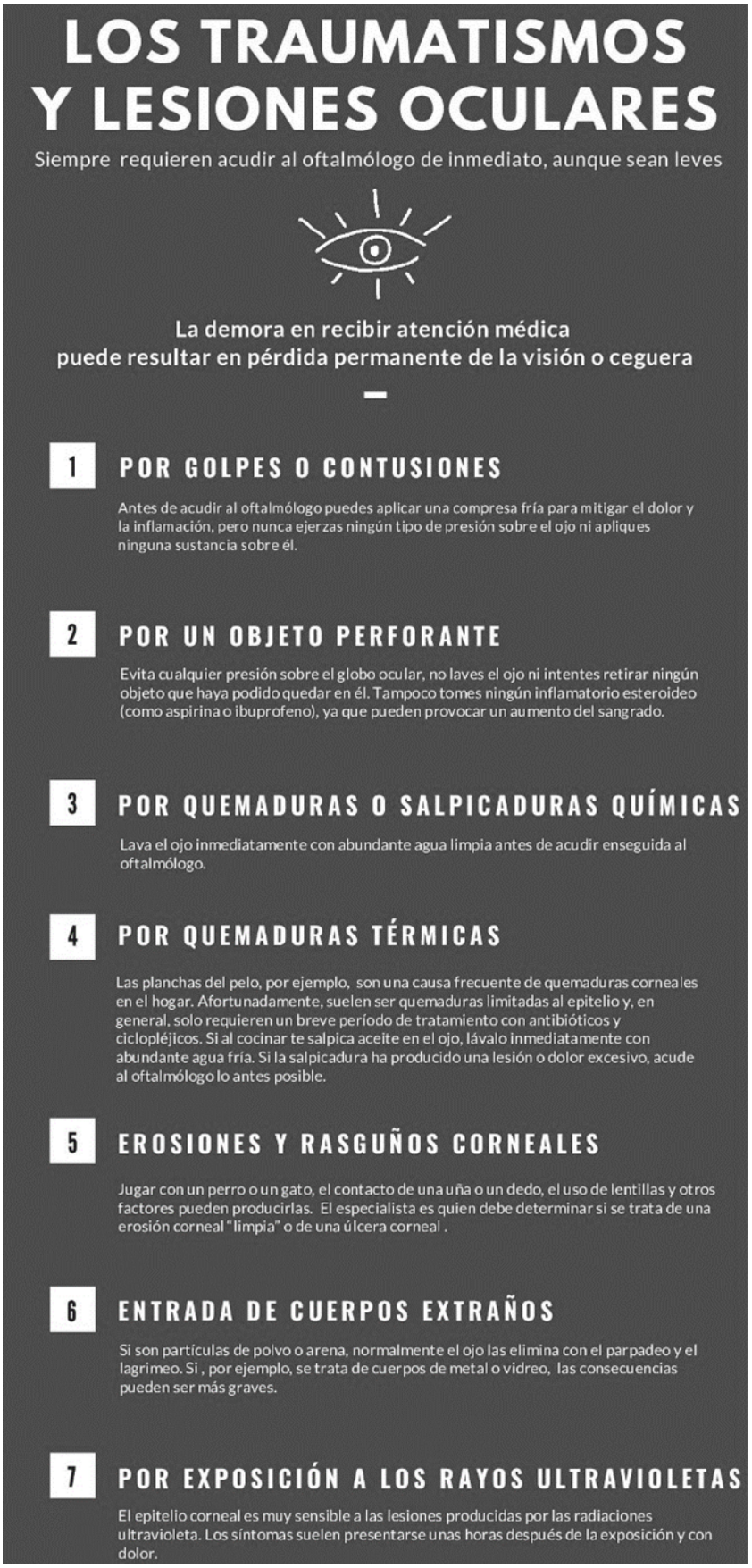
Peligros Asociados a las Lesiones Oculares en los Restaurantes

1. **Pérdida permanente de visión:** Las lesiones oculares pueden causar pérdida permanente de la visión si no se tratan a tiempo o si el daño ocular es grave.
2. **Infecciones:** Las lesiones oculares pueden provocar infecciones, que pueden causar más daños en el ojo y potencialmente extenderse a otras partes del cuerpo.
3. **Dolor y molestias:** Las lesiones oculares pueden causar dolor y molestias, que pueden interferir con las actividades diarias y afectar a la calidad de vida en general.
4. **Gastos médicos:** Las lesiones oculares pueden requerir atención médica, lo que puede dar lugar a costosas facturas médicas, especialmente si es necesaria una intervención quirúrgica o un tratamiento a largo plazo.
5. **Pérdida de productividad:** Las lesiones oculares pueden obligar a ausentarse del trabajo o de otras actividades, lo que conlleva una pérdida de productividad y de ingresos potenciales.

ESTADÍSTICAS

- Según la Academia Americana de Oftalmología, cada año se producen en Estados Unidos más de 2,5 millones de lesiones oculares, muchas de ellas en el lugar de trabajo y en otros lugares públicos, incluidos los restaurantes.
- Un estudio publicado en el Journal of Occupational and Environmental Medicine descubrió que el 59% de las lesiones oculares en el sector de la restauración se debían al contacto con líquidos calientes, grasa o vapor.
- Otro estudio publicado en la misma revista reveló que el 22% de las lesiones oculares en el sector de la restauración estaban causadas por objetos extraños, como partículas de alimentos o cristales rotos.

Eye Injury – Restaurant Safety – Infographic – Spanish



Fuente: https://visioncore.es

Eye Injury – Restaurant Safety – Infographic



Source: https://i.pinimg.com

Housekeeping – Restaurants Stats and Facts

FACTS

1. Poor housekeeping can result in food contamination, which can cause foodborne illnesses. For example, if kitchen surfaces and utensils are not cleaned properly, bacteria can spread to food and cause illness.
2. Wet floors, spills, and clutter can create slip, trip, and fall hazards. If customers or staff members slip, they can suffer injuries ranging from minor cuts and bruises to more serious injuries such as broken bones or head injuries.
3. Poor housekeeping can also create fire hazards. For example, if grease and other flammable materials are not cleaned from kitchen surfaces, they can ignite and cause a fire.
4. Poor housekeeping can attract pests such as rodents and insects, which can spread disease and cause health hazards. Pests can contaminate food, surfaces, and equipment, and their droppings and urine can cause respiratory problems and other health issues.
5. Poor housekeeping leads to regulatory violations and fines. Poor housekeeping results in violations and fines.
6. Poor housekeeping at a restaurant can pose serious dangers to the health and safety of customers and staff.

STATS

- A CDC study found that food workers were the source of contamination in 60% of restaurant-related outbreaks, indicating that poor hygiene and food handling practices by restaurant staff can contribute to the spread of foodborne illnesses.
- A survey conducted by the National Restaurant Association found that 88% of customers say cleanliness of the restaurant is a primary factor in deciding where to eat,

indicating that poor housekeeping can negatively impact a restaurant’s reputation and bottom line.

- A study by food safety consulting firm Diversey found that 73% of customers said they would never return to a restaurant if they experienced a cleanliness issue during their first visit.
- According to the Centers for Disease Control and Prevention (CDC), foodborne illnesses cause an estimated 48 million illnesses, 128,000 hospitalizations, and 3,000 deaths in the United States each year. Poor sanitation practices, including inadequate cleaning and disinfection, are a major cause of foodborne illness outbreaks in restaurants.
- In a 2020 survey by the National Restaurant Association, 91% of restaurant customers reported that cleanliness and sanitation were important factors in their decision to visit a restaurant.
- Poor housekeeping and hygiene practices can lead to negative reviews from customers and damage to a restaurant’s reputation. In a survey of over 1,000 diners conducted by the food safety consultancy Checkit, over 90% of respondents said they would be put off returning to a restaurant that had received a food hygiene rating of 3 or lower (out of 5).

Housekeeping – Restaurants Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La reputación de un restaurante es fundamental para su éxito, y mantener un entorno limpio e higiénico mediante una limpieza adecuada es esencial para construir y preservar una reputación positiva. El boca a boca es una poderosa herramienta de marketing,

y las críticas negativas debidas a una higiene deficiente pueden dañar la reputación y los resultados de un restaurante.

CUÁL ES EL PELIGRO

RIESGOS DE UNA LIMPIEZA DEFICIENTE

Una limpieza deficiente puede crear una serie de riesgos que pueden afectar negativamente a la salud y la seguridad de todos los que trabajan en el restaurante. Siga los procedimientos de limpieza y saneamiento adecuados para evitar que surjan estos peligros.

- **Resbalones, tropiezos y caídas:** Los derrames, los residuos y el desorden en el suelo pueden provocar resbalones, tropiezos y caídas, que pueden causar lesiones graves.
- **Enfermedades transmitidas por los alimentos:** Las malas prácticas de higiene pueden dar lugar a la propagación de gérmenes y bacterias, que pueden causar enfermedades transmitidas por los alimentos.
- **Contaminación cruzada:** Si no se limpian y desinfectan correctamente las superficies, la vajilla y los utensilios, puede producirse contaminación cruzada y la propagación de bacterias nocivas.
- **Peligros de incendio:** La grasa y otras sustancias inflamables pueden acumularse en las cocinas, aumentando el riesgo de incendio.
- **Infestaciones de plagas:** La falta de limpieza puede atraer plagas, como roedores e insectos, que pueden propagar enfermedades y causar daños a la infraestructura del restaurante.
- **Mala calidad del aire:** La acumulación de polvo, suciedad y otras partículas puede provocar una mala calidad del aire, lo que puede causar problemas respiratorios al personal y a los clientes.

COMO PROTEGERSE

TAREAS DOMÉSTICAS EN RESTAURANTES

Limpieza y desinfección de superficies: El personal de limpieza limpia y desinfecta superficies como mesas, mostradores y barras de bar para garantizar que estén libres de suciedad, mugre y gérmenes.

Limpieza y organización de los utensilios de cocina: Los camareros limpian y organizan los utensilios de cocina, como hornos, parrillas y freidoras, para garantizar que funcionan correctamente y que no tienen grasa ni otros residuos.

Fregado y barrido de suelos: Los amas de llaves friegan y barren los suelos para eliminar la suciedad, los residuos y los derrames, y para mantener un entorno seguro e higiénico.

Limpiar y reponer los baños: Los amas de llaves limpian y desinfectan los baños y reponen suministros como papel higiénico, jabón y toallas de papel.

Retirar la basura y reciclar: Las amas de llaves recogen y eliminan la basura y el reciclaje para mantener un entorno limpio y ordenado.

Controlar el inventario: Las amas de llaves controlan los niveles de inventario de los suministros de limpieza y los reponen según sea necesario.

Informar de los problemas de mantenimiento: Los amas de llaves informan de cualquier problema de mantenimiento al personal adecuado, como equipos rotos o problemas de fontanería.

BUENAS PRÁCTICAS DE LIMPIEZA EN LOS RESTAURANTES

La limpieza eficaz de un restaurante requiere un enfoque sistemático que abarque todas las áreas del establecimiento. A continuación, se indican los pasos que hay que dar para ocuparse de la limpieza en un restaurante:

Establezca un programa de limpieza: Establezca un programa de limpieza que abarque todas las zonas del restaurante, incluidos el comedor, la cocina y los aseos. Asegúrese de asignar tareas de limpieza específicas a los miembros del personal y asegúrese de que el programa se sigue de forma coherente.

Capacite al personal en los procedimientos de limpieza adecuados: Capacite a todos los miembros del personal sobre los procedimientos de limpieza adecuados, incluido el uso de productos y equipos de limpieza, y los métodos apropiados para limpiar las distintas zonas del restaurante. Asegúrese de hacer hincapié en la importancia de la higiene y la seguridad.

Utilice productos y equipos de limpieza adecuados: Utilice productos y equipos de limpieza adecuados para cada tarea de limpieza. Por ejemplo, utilice una solución desinfectante para limpiar mesas y sillas, y un desengrasante para limpiar las superficies de la cocina.

Controle e inspeccione: Supervise e inspeccione el restaurante con regularidad para asegurarse de que se cumplen las normas de limpieza. Compruebe que los productos y equipos de limpieza se utilizan correctamente y que el personal sigue el programa de limpieza.

Establezca medidas de control de plagas: Aplique medidas de control de plagas, como inspecciones periódicas, para evitar infestaciones y garantizar un entorno seguro e higiénico.

Mantenimiento periódico: Realice un mantenimiento periódico de los equipos, las instalaciones y los accesorios, y sustituya cualquier elemento dañado o desgastado para evitar cualquier riesgo para la higiene o la seguridad.

Establezca un sistema de notificación: Establezca un sistema de notificación para que el personal pueda comunicar cualquier problema de limpieza o mantenimiento lo antes posible.

Sea minucioso en la limpieza y preste atención a los detalle: Asegúrese de limpiar las zonas que suelen pasarse por alto, como las esquinas y los zócalos.

Ocúpese de los derrames y la suciedad en cuanto se produzcan: Por ejemplo, limpie los derrames inmediatamente y trate las manchas en manteles o tapicerías con prontitud.

Anime a todos los miembros del personal a participar en el mantenimiento de un entorno limpio e higiénico: Asegúrese de que todos comprenden la importancia de la limpieza y están capacitados para llevarla a cabo correctamente.

Mantenga los suministros y equipos de limpieza organizados y fácilmente accesibles: Esto ayudará a garantizar que las tareas de limpieza puedan llevarse a cabo de forma eficiente y eficaz.

Evalúe periódicamente sus procedimientos de limpieza. Manténgase al día sobre las mejores prácticas de limpieza de restaurantes y realice los ajustes necesarios.

CONCLUSIÓN

Una buena limpieza en un restaurante requiere el compromiso de mantener un entorno limpio e higiénico mediante la limpieza periódica, la organización y el seguimiento de los protocolos de seguridad alimentaria.

Housekeeping – Restaurants Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

A restaurant's reputation is critical to its success, and maintaining a clean and hygienic environment through proper housekeeping is essential to building and preserving a positive reputation. Word of mouth is a powerful marketing tool, and

negative reviews due to poor hygiene can damage a restaurant's reputation and bottom line.

WHAT'S THE DANGER

POOR HOUSEKEEPING HAZARDS

Poor housekeeping can create a range of hazards that can negatively impact the health and safety of everyone in the restaurant. Follow proper cleaning and sanitation procedures to prevent these hazards from arising.

- **Slips, trips, and falls:** Spills, debris, and clutter on floors can lead to slips, trips, and falls, which can cause serious injuries.
- **Foodborne illnesses:** Poor hygiene practices can lead to the spread of germs and bacteria, which can cause foodborne illnesses.
- **Cross-contamination:** Failure to properly clean and sanitize surfaces, dishes, and utensils can lead to cross-contamination and the spread of harmful bacteria.
- **Fire hazards:** Grease and other flammable substances can accumulate in kitchen areas, increasing the risk of fires.
- **Pest infestations:** A lack of cleanliness can attract pests, such as rodents and insects, which can spread disease and cause damage to the restaurant's infrastructure.
- **Poor air quality:** A buildup of dust, dirt, and other particles can lead to poor air quality, which can cause respiratory problems for staff and customers.

HOW TO PROTECT YOURSELF

RESTAURANT HOUSEKEEPING TASKS

Cleaning and sanitizing surfaces: Housekeepers clean and sanitize surfaces such as tables, counters, and bar tops to ensure they are free from dirt, grime, and germs.

Cleaning and organizing kitchen equipment: Housekeepers clean and

organize kitchen equipment such as ovens, grills, and fryers to ensure they are in good working order and free from grease and other residues.

Mopping and sweeping floors: Housekeeper’s mop and sweep floors to remove dirt, debris, and spills, and to maintain a safe and hygienic environment.

Cleaning and restocking restrooms: Housekeepers clean and sanitize restrooms and restock supplies such as toilet paper, soap, and paper towels.

Removing trash and recycling: Housekeepers collect and dispose of trash and recycling to maintain a clean and tidy environment.

Monitoring inventory: Housekeepers monitor inventory levels of cleaning supplies and restocking as needed.

Reporting maintenance issues: Housekeepers report any maintenance issues to the appropriate personnel, such as broken equipment or plumbing issues.

BEST RESTAURANT HOUSEKEEPING PRACTICES

Effective housekeeping at a restaurant requires a systematic approach that covers all areas of the establishment. Here are steps to take to deal with housekeeping at a restaurant:

Create a cleaning schedule: Establish a cleaning schedule that covers all areas of the restaurant, including the dining area, kitchen, and restrooms. Make sure to assign specific cleaning tasks to staff members and ensure that the schedule is followed consistently.

Train staff on proper cleaning procedures: Train all staff members on proper cleaning procedures, including the use of cleaning products and equipment, and the appropriate methods for cleaning different areas of the restaurant. Make sure to emphasize the importance of hygiene and safety.

Use appropriate cleaning products and equipment: Use appropriate cleaning products and equipment for each cleaning task. For

example, use a disinfectant solution for cleaning tables and chairs, and a degreaser for cleaning kitchen surfaces.

Monitor and inspect: Monitor and inspect the restaurant regularly to ensure that cleaning standards are being met. Check that cleaning products and equipment are being used correctly and that staff members are following the cleaning schedule.

Establish pest control measures: Implement pest control measures, such as regular pest inspections, to prevent infestations and ensure a safe and hygienic environment.

Regular maintenance: Regularly maintain the equipment, fixtures, and fittings, and replace any damaged or worn-out items to prevent any hygiene or safety hazards.

Set up a reporting system: Establish a reporting system to allow staff to report any cleaning or maintenance issues as soon as possible.

Be thorough in your cleaning and pay attention to details. Make sure to clean areas that are often overlooked, such as corners and baseboards.

Address spills and messes as soon as they occur. For example, clean up spills immediately, and address stains on tablecloths or upholstery promptly.

Encourage all staff members to participate in maintaining a clean and hygienic environment. Make sure that everyone understands the importance of housekeeping and is trained on proper cleaning procedures.

Keep cleaning supplies and equipment organized and easily accessible. This will help ensure that cleaning tasks can be completed efficiently and effectively.

Regularly evaluate your cleaning procedures. Stay up to date on best practices for restaurant housekeeping and make adjustments as needed.

FINAL WORD

Good housekeeping at a restaurant requires a commitment to maintaining a clean and hygienic environment through regular cleaning, organization, and following food safety protocols.

Housekeeping – Restaurants Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Una limpieza deficiente puede contaminar los alimentos y provocar enfermedades de transmisión alimentaria. Por ejemplo, si las superficies y los utensilios de cocina no se limpian correctamente, las bacterias pueden propagarse a los alimentos y causar enfermedades.
2. Los suelos mojados, los derrames y el desorden pueden crear riesgos de resbalones, tropiezos y caídas. Si los clientes o los miembros del personal resbalan, pueden sufrir lesiones que van desde cortes y contusiones leves hasta lesiones más graves, como fracturas óseas o traumatismos craneoencefálicos.
3. Una limpieza deficiente también puede crear riesgos de incendio. Por ejemplo, si la grasa y otros materiales inflamables no se limpian de las superficies de la cocina, pueden inflamarse y provocar un incendio.
4. Una limpieza deficiente puede atraer plagas, como roedores e insectos, que pueden propagar enfermedades y provocar riesgos para la salud. Las plagas pueden contaminar los alimentos, las superficies y el equipo, y sus excrementos y orina pueden causar problemas respiratorios y otros problemas de salud.

5. Las malas prácticas de limpieza dan lugar a infracciones y multas. Una limpieza deficiente da lugar a infracciones y multas.
6. Una limpieza deficiente en un restaurante puede suponer graves peligros para la salud y la seguridad de los clientes y el personal.

ESTADÍSTICAS

- Un estudio de los CDC descubrió que los trabajadores del sector alimentario eran la fuente de contaminación en el 60% de los brotes relacionados con restaurantes, lo que indica que unas prácticas deficientes de higiene y manipulación de alimentos por parte del personal del restaurante pueden contribuir a la propagación de enfermedades transmitidas por los alimentos.
- Una encuesta realizada por la Asociación Nacional de Restaurantes reveló que el 88% de los clientes afirman que la limpieza del restaurante es un factor primordial a la hora de decidir dónde comer, lo que indica que una limpieza deficiente puede repercutir negativamente en la reputación de un restaurante y en su cuenta de resultados.
- Un estudio de la consultora de seguridad alimentaria Diversey reveló que el 73% de los clientes no volvería a un restaurante si hubiera un problema de limpieza en su primera visita.
- Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), las enfermedades transmitidas por los alimentos causan cada año en Estados Unidos unos 48 millones de dolencias, 128.000 hospitalizaciones y 3.000 muertes. Las malas prácticas sanitarias, incluida la limpieza y desinfección inadecuadas, son una de las principales causas de brotes de enfermedades transmitidas por los alimentos en los restaurantes.
- En una encuesta realizada en 2020 por la Asociación Nacional de Restaurantes, el 91% de los clientes de restaurantes declararon que la limpieza y el saneamiento eran factores importantes en su decisión de visitar un restaurante.

- Unas prácticas de limpieza e higiene deficientes pueden dar lugar a críticas negativas por parte de los clientes y dañar la reputación de un restaurante. En una encuesta realizada a más de 1.000 comensales por la consultora de seguridad alimentaria Checkit, más del 90% de los encuestados afirmaron que no volverían a un restaurante que hubiera recibido una calificación de higiene alimentaria igual o inferior a 3 (sobre 5).

Housekeeping – Restaurants Fatality File – Spanish

William Kidd resbaló y se cayó cuando salía del baño de un restaurante El Pollo Loco en Bakersfield, California. William sufrió supuestamente un desgarro del tendón del cuádriceps de la rodilla derecha y una lesión cerebral traumática como consecuencia de la caída. William presentó una demanda por lesiones personales contra el restaurante El Pollo Loco. La demanda alegaba que los cocineros del restaurante estaban limpiando las parrillas, lo que provocó la sustancia resbaladiza en el suelo. La demanda alegó además que las parrillas tardan hasta tres horas en limpiarse, pero debido a que el restaurante sólo programó trabajadores una hora después del cierre, los trabajadores se vieron obligados a empezar a limpiar mientras el restaurante todavía tenía clientes presentes. Tras un breve juicio, un jurado de California declaró que el restaurante había sido negligente. Concedió a William más de 16 millones de dólares por daños y perjuicios.

Housekeeping – Restaurants Fatality File

William Kidd slipped and fell as he was leaving the bathroom of an El Pollo Loco restaurant in Bakersfield, California. William allegedly suffered a tear of the quadricep tendon of his right knee and a traumatic brain injury as a result of the fall. William filed a personal injury lawsuit against the El Pollo Loco restaurant. The lawsuit alleged that the restaurant cooks were cleaning the grills, which resulted in the slippery substance on the floor. The lawsuit further alleged that the grills take up to three hours to clean, but because the restaurant only scheduled workers one hour after closing, the workers were forced to start cleaning while the restaurant still had customers present. After a short trial, a California jury found that the restaurant was negligent. It awarded William more than $16 million in damages.

Housekeeping – Restaurants Infographic



Source: https://www.rcm.it

Housekeeping – Restaurants Infographic – Spanish



Fuente: https://www.rcm.it

Restaurant Ergonomics Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La ergonomía en restauración se refiere al estudio y la aplicación del diseño de espacios de trabajo, herramientas y equipos de restauración de forma que se optimice la eficacia, la

productividad y la seguridad tanto de los empleados como de los clientes.

CUÁL ES EL PELIGRO

RIESGOS ERGONÓMICOS EN LOS RESTAURANTES

- **Trastornos musculoesqueléticos (TME):** Uno de los riesgos más comunes de una mala ergonomía en la restauración es la aparición de TME, como tendinitis, síndrome del túnel carpiano y lumbalgia. Los movimientos repetitivos, las posturas forzadas y el levantamiento de cargas pesadas son algunos de los factores que pueden contribuir a la aparición de TME.
- **Riesgos de resbalones, tropiezos y caídas:** Una mala ergonomía en un restaurante también puede provocar riesgos de resbalones, tropiezos y caídas. Espacios de trabajo desordenados, suelos irregulares y equipos mal colocados pueden aumentar el riesgo de resbalones, tropiezos y caídas, que pueden provocar lesiones graves como fracturas óseas, esguinces y traumatismos craneoencefálicos.
- **Quemaduras y cortes:** Los trabajadores de restaurantes también corren el riesgo de sufrir quemaduras y cortes debido a la exposición a superficies calientes, cuchillos afilados y otros utensilios de cocina. Un equipo mal diseñado, una capacitación inadecuada y un uso incorrecto de los utensilios pueden contribuir a estos peligros.
- **Pérdida auditiva inducida por el ruido (NIHL):** Los trabajadores de restaurantes suelen estar expuestos a altos niveles de ruido procedentes de equipos de cocina como batidoras, trituradoras y lavavajillas. La exposición prolongada a estos niveles de ruido puede provocar una pérdida de audición inducida por ruido, que puede causar lesiones auditivas permanentes.
- **Tensión ocular:** Una iluminación deficiente y unos espacios de trabajo mal diseñados pueden provocar fatiga visual, que puede causar dolores de cabeza, visión borrosa y otros problemas de visión. Los trabajadores de restaurantes que pasan muchas horas en zonas mal iluminadas corren especial

riesgo de sufrir fatiga visual.

COMO PROTEGERSE

LA IMPORTANCIA DE LA ERGONOMÍA EN LA RESTAURACIÓN

- **Salud y seguridad de los empleados:** Una ergonomía adecuada para restaurantes puede ayudar a reducir el riesgo de lesiones musculoesqueléticas y esguinces, que son comunes en el sector de la restauración debido a los movimientos repetitivos y las posturas forzadas que conllevan tareas como picar, remover y levantar ollas y sartenes pesadas.
- **Productividad:** Una ergonomía eficaz en los restaurantes puede ayudar a mejorar la productividad de los empleados reduciendo el tiempo y el esfuerzo necesarios para realizar las tareas.
- **Satisfacción del cliente:** La ergonomía puede desempeñar un papel importante en la creación de un ambiente cómodo y acogedor que anime a los clientes a volver.
- **Cumplimiento:** Los restaurantes deben cumplir las normativas federales, estatales y locales relacionadas con la seguridad y la salud en el lugar de trabajo. Una ergonomía adecuada puede ayudar a garantizar el cumplimiento de estas normativas.
- **Reputación:** La reputación de un restaurante es esencial para su éxito. Es más probable que los clientes vuelvan y recomienden un restaurante que ofrece una experiencia gastronómica cómoda, segura y eficiente.

PREVENCIÓN DE LESIONES EN LOS RESTAURANTES

Dirigir un restaurante es un trabajo de equipo y cada trabajador tiene un papel que desempeñar. Aunque los riesgos pueden ser diferentes para cada función, los conceptos clave para la prevención de lesiones siguen siendo los mismos.

Camareros. Tomar pedidos y entregar comida a los clientes significa que los camareros suelen realizar mucha actividad a pie y se mueven con frecuencia.

Anime a los camareros a:

- Llevar las bandejas cerca del cuerpo y utilizar las dos manos siempre que sea posible. Procure no sobrecargar las bandejas.
- Evitar estirarse demasiado. Acerque las tazas y los vasos al cuerpo cuando rellene las bebidas y entregue los platos a los clientes para reducir los alcances.
- Alternar las manos para cargar.

Cómo ayudar al personal de cocina:

- Mantenga los cuchillos afilados. Los cuchillos desafilados aumentan la fuerza necesaria para cortar.
- Proporcione puestos de trabajo de altura regulable o elevadores. La altura de la mesa debe estar 2-3 pulgadas por debajo del codo del trabajador para mejorar la postura y reducir las lesiones.
- Utilice alfombras antifatiga con agujeros de drenaje para reducir los resbalones y la presión sobre los pies y las rodillas.
- Guarde los objetos de uso frecuente cerca del trabajador. Evite guardar los objetos por debajo del nivel de las rodillas o por encima del nivel de los hombros.

Lavavajillas y personal de limpieza

Durante el proceso de limpieza, los lavavajillas y el personal de limpieza pueden tener que manipular pesados estantes de platos y vasos, que pueden resultar difíciles de manejar. Asegúrese de capacitar a los trabajadores en el manejo adecuado de estas estanterías.

CÓMO ABORDAR LA ERGONOMÍA EN LOS RESTAURANTES

Realice ajustes en los puestos de trabajo: Ajuste los puestos de trabajo y los equipos a las necesidades individuales de los empleados. Proporcione sillas, mesas y monitores de ordenador ajustables para favorecer una postura correcta y reducir el riesgo de lesiones musculoesqueléticas.

Promueva los descansos y la rotación: Fomente pausas regulares para que los empleados descansen y estiren los músculos. Establezca programas de rotación de tareas para distribuir uniformemente las exigencias físicas entre los empleados y reducir las lesiones por uso excesivo.

Mantenimiento e inspecciones regulares: Inspeccione y mantenga periódicamente los equipos para asegurarse de que funcionan correctamente. Los equipos averiados o rotos pueden aumentar el riesgo de accidentes y lesiones.

Fomente la comunicación: Fomente la comunicación abierta entre los empleados y la dirección en relación con cualquier preocupación o sugerencia ergonómica. Escuche activamente los comentarios de los empleados y responda a sus preocupaciones con prontitud.

Manténgase informado: Manténgase al día de las últimas investigaciones y las mejores prácticas relacionadas con la ergonomía en los restaurantes. Asista a talleres, consulte a expertos y manténgase informado sobre las recomendaciones ergonómicas específicas del sector.

Supervise y evalúe: Supervise continuamente la eficacia de las medidas ergonómicas aplicadas en el restaurante. Evalúe su impacto en la salud de los empleados, la productividad y la satisfacción de los clientes.

CONCLUSIÓN

Al dar prioridad a una ergonomía adecuada, los restaurantes pueden crear un entorno de trabajo seguro y eficiente que favorezca el bienestar de los empleados y contribuya al éxito de la empresa.

Restaurant Ergonomics Stats and Facts – Spanish

HECHOS

1. Los movimientos repetitivos, las posturas incómodas y levantar objetos pesados pueden contribuir a lesiones como distensiones, esguinces y dolores de espalda.
2. Una mala ergonomía también puede aumentar el riesgo de resbalones, tropiezos y caídas, que pueden provocar lesiones graves tanto a los empleados como a los clientes.
3. Los empleados de restaurantes corren el riesgo de sufrir quemaduras por superficies calientes, líquidos hirviendo y llamas. Las cocinas mal diseñadas o los espacios de trabajo estrechos o desordenados pueden aumentar el riesgo de sufrir estas lesiones.
4. Una mala ergonomía puede disminuir la productividad de los empleados al hacer que las tareas sean más difíciles y lleven más tiempo.
5. Los empleados que experimentan dolor o malestar debido a una mala ergonomía pueden ser más propensos a dejar su trabajo.
6. Los clientes pueden percibir un restaurante con una ergonomía deficiente como poco profesional o preocupado por la salud y la seguridad de los empleados. Esto puede dañar la reputación del restaurante y provocar una disminución del negocio.
7. Una ergonomía deficiente puede afectar negativamente a la moral de los empleados al causarles dolor, incomodidad y fatiga. Esto puede reducir la satisfacción, la motivación y el compromiso en el trabajo.

ESTADÍSTICAS

- La Asociación Nacional de Restaurantes descubrió que más del 70 % de los empleados de restaurantes declararon experimentar molestias o dolor debido a su entorno de

trabajo.

- Según la Oficina de Estadísticas Laborales de Estados Unidos, los trastornos musculoesqueléticos (TME) representaron el 31% de todas las lesiones y enfermedades laborales en 2020. En el sector de la restauración, la tasa de incidencia de los TME es casi el doble de la media nacional.
- Las lesiones de espalda y hombro se encuentran entre los tipos más comunes de lesiones registradas en la industria de la restauración. Una encuesta realizada por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (NIOSH) reveló que el 75% de los trabajadores de restaurantes declararon haber sufrido dolor de espalda durante su carrera, mientras que el 53% declararon haber sufrido dolor de hombros.
- Según el Consejo Nacional de Seguridad, el coste medio de una lesión laboral relacionada con TME es de aproximadamente 21.000 dólares por incidente.
- Según la Occupational Safety and Health Administration (OSHA), los trabajadores con TME pierden una media de 12 días de trabajo por incidente.
- Una ergonomía deficiente contribuye a elevados índices de rotación de personal. Según la National Restaurant Association, la rotación de empleados en el sector de la restauración puede superar el 70% anual, siendo las lesiones y molestias relacionadas con el trabajo una de las principales causas.

Restaurant Ergonomics Stats and Facts

FACTS

1. Repetitive motions, awkward postures, and heavy lifting can all contribute to injuries such as strains, sprains, and back pain.
2. Poor ergonomics can also increase the risk of slips, trips, and falls, which can result in serious injuries for employees and customers alike.
3. Restaurant employees are at risk of burn injuries from hot surfaces, boiling liquids, and open flames. Poorly designed kitchens or workspaces that are cramped or cluttered can increase the risk of these injuries.
4. Poor ergonomics can decrease employee productivity by making tasks more difficult and time-consuming.
5. Employees who experience pain or discomfort due to poor ergonomics may be more likely to quit their job.
6. Customers may perceive a restaurant with poor ergonomics as unprofessional or uncaring about employee health and safety. This can damage the restaurant’s reputation and lead to decreased business.
7. Poor ergonomics can negatively impact employee morale by causing pain, discomfort, and fatigue. This can lead to reduced job satisfaction, motivation, and engagement.

STATS

- The National Restaurant Association found that over 70% of restaurant employees reported experiencing discomfort or pain due to their work environment.
- According to the US Bureau of Labor Statistics, musculoskeletal disorders (MSDs) accounted for 31% of all workplace injuries and illnesses in 2020. In the restaurant industry, the incidence rate of MSDs is nearly double the national average.
- Back and shoulder injuries are among the most common types of injuries reported in the restaurant industry. A survey conducted by the National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH) found that 75% of restaurant workers

reported experiencing back pain during their career, while 53% reported experiencing shoulder pain.
- According to the National Safety Council, the average cost of a workplace injury related to MSDs is approximately $21,000 per incident.
- According to the Occupational Safety and Health Administration (OSHA), workers with MSDs miss an average of 12 days of work per incident.
- Poor ergonomics contributes to high rates of employee turnover. According to the National Restaurant Association, employee turnover in the restaurant industry can exceed 70% annually, with work-related injuries and discomfort being a leading cause.

Restaurant Ergonomics Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Restaurant ergonomics refers to the study and application of designing restaurant workspaces, tools, and equipment in a way that optimizes efficiency, productivity, and safety for both employees and customers.

WHAT'S THE DANGER

RESTAURANT ERGONOMIC HAZARDS

- **Musculoskeletal Disorders (MSDs):** One of the most common hazards of poor restaurant ergonomics is the development of MSDs such as tendinitis, carpal tunnel syndrome, and lower back pain. Repetitive motions, awkward postures, and heavy lifting are some of the factors that can contribute to the

development of MSDs.

- **Slip, Trip, and Fall Hazards:** Poor restaurant ergonomics can also lead to slip, trip, and fall hazards. Cluttered workspaces, uneven floors, and poorly placed equipment can increase the risk of slips, trips, and falls, which can lead to serious injuries such as broken bones, sprains, and head injuries.
- **Burns and Cuts:** Restaurant workers are also at risk of burns and cuts due to exposure to hot surfaces, sharp knives, and other kitchen tools. Poorly designed equipment, inadequate training, and improper use of tools can all contribute to these hazards.
- **Noise-Induced Hearing Loss (NIHL):** Restaurant workers are often exposed to high levels of noise from kitchen equipment such as blenders, grinders, and dishwashers. Prolonged exposure to these noise levels can lead to NIHL, which can cause permanent hearing damage.
- **Eye Strain:** Poor lighting and poorly designed workspaces can lead to eye strain, which can cause headaches, blurred vision, and other vision problems. Restaurant workers who spend long hours in poorly lit areas are particularly at risk of eye strain.

HOW TO PROTECT YOURSELF

THE IMPORTANCE OF RESTAURANT ERGONOMICS

- **Employee Health and Safety:** Proper restaurant ergonomics can help reduce the risk of musculoskeletal injuries and strains, which are common in the restaurant industry due to the repetitive motions and awkward postures involved in tasks such as chopping, stirring, and lifting heavy pots and pans.
- **Productivity:** Effective restaurant ergonomics can help improve employee productivity by reducing the amount of time and effort required to perform tasks.
- **Customer Satisfaction:** Ergonomics can play a significant role in creating a comfortable and inviting atmosphere that encourages customers to return.

- **Compliance:** Restaurants must comply with federal, state, and local regulations related to workplace safety and health. Proper ergonomics can help ensure compliance with these regulations.
- **Reputation:** A restaurant’s reputation is essential to its success. Customers are more likely to return and recommend a restaurant that provides a comfortable, safe, and efficient dining experience.

INJURY PREVENTION AT RESTAURANTS

Running a restaurant is a team effort and every worker has a role to play. Even though the hazards may be different for each role, the key concepts for injury prevention remain the same.

Wait staff. Taking orders and delivering food to customers means that servers tend to get plenty of walking activity and move frequently.

Encourage servers to:

- Carry trays close to the body and use two hands whenever possible. Try not to overload the trays.
- Avoid overreaching. Bring cups and glasses close closer to your body when refilling drinks and hand plates to customers to reduce reaches.
- Alternate hands for carrying.

How to help the kitchen staff:

- Keep knives sharp. Dull knives increase the force required to cut.
- Provide adjustable height workstations or lifts. Table height should be 2-3 inches below the worker’s elbow to improve posture and reduce injury.
- Use anti-fatigue mats with drain holes to reduce slipping and reduce pressure on the feet and knees.
- Store frequently used items close to the worker. Avoid storing items below knee level or above shoulder level.

Dishwashers and clean-up staff

During the cleaning process, dishwashers and bussers may need to handle heavy racks of dishes and glasses, which can be difficult to handle. Ensure that you train workers in proper handling of these racks.

HOW TO ADDRESS RESTAURANT ERGONOMICS

Implement Workstation Adjustments: Adjust workstations and equipment to fit the individual needs of employees. Provide adjustable chairs, tables, and computer monitors to support proper posture and reduce the risk of musculoskeletal injuries.

Promote Breaks and Rotation: Encourage regular breaks for employees to rest and stretch their muscles. Implement task rotation schedules to distribute physical demands evenly among employees and reduce overuse injuries.

Regular Maintenance and Inspections: Regularly inspect and maintain equipment to ensure it is in proper working condition. Malfunctioning or broken equipment can increase the risk of accidents and injuries.

Foster Communication: Encourage open communication between employees and management regarding any ergonomic concerns or suggestions. Actively listen to employees' feedback and address their concerns promptly.

Stay Informed: Keep up with the latest research, and best practices related to restaurant ergonomics. Attend workshops, consult experts, and stay informed about industry-specific ergonomic recommendations.

Monitor and Evaluate: Continuously monitor the effectiveness of ergonomic measures implemented in the restaurant. Evaluate their impact on employee health, productivity, and customer satisfaction.

FINAL WORD

By prioritizing proper ergonomics, restaurants can create a safe and efficient work environment that supports employee well-being

and contributes to the success of the business.

Shiftwork – Restaurants Stats and Stats

FACTS

Shift work in a restaurant can pose hazards to workers' health and safety.

1. The nature of restaurant work involves standing for long periods of time, repetitive motions, and lifting heavy objects, which can lead to musculoskeletal disorders such as back pain, shoulder pain, and carpal tunnel syndrome. Working in a hot and noisy environment can cause heat stress and hearing loss.
2. Working irregular hours, including night shifts, can disrupt the body's natural circadian rhythm and lead to sleep deprivation and fatigue. This can affect a worker's ability to concentrate, react quickly to hazards, and make sound decisions.
3. Restaurant work can be fast-paced and stressful, with workers dealing with multiple tasks and customers simultaneously. Stress can lead to mental health problems such as anxiety and depression.
4. Restaurant workers may be exposed to chemicals and cleaning agents that can cause respiratory and skin problems. Workers may face burns and cuts while working with hot equipment and sharp knives.
5. Shift work can interfere with workers' personal and social lives, making it challenging to spend time with family and friends or pursue other interests.

STATS

- According to in the United States, 14% of all workers in the accommodation and food services industry (which includes restaurants) work part-time, and 27% work non-standard schedules, which often includes evening and weekend shifts.
- According to a survey conducted by 7shifts, a restaurant scheduling software company, the average employee tenure is just 110 days –a little over three months. Of employees who joined their team in September of 2021, just 38% are still with that team as of the time of writing—a 62% turnover rate.
- Shift work in restaurants can be challenging for employees. According to a survey conducted by 7shifts, a restaurant scheduling software company, nearly half of all restaurant employees are hovering in the range of $11-15/hour (45.8%). 73% of those employees still receive tips. It’s the main factor behind why restaurant employees quit their jobs, with 34.6% citing wages as a reason for leaving a job, or a reason for why they are planning to.
- Flexibility is the number one benefit for 66% of shift workers and advanced notice of working schedules is a top priority for 65% of respondents.
- A study published in the Journal of Occupational Health Psychology found that approximately 20-30% of workers in the food service industry work non-traditional hours, including evening, night, and rotating shifts.

Shiftwork – Restaurants Stats and Stats – Spanish

HECHOS

El trabajo por turnos en un restaurante puede entrañar riesgos para la salud y la seguridad de los trabajadores.

1. La naturaleza del trabajo en restaurantes implica permanecer de pie durante largos periodos de tiempo, realizar movimientos repetitivos y levantar objetos pesados, lo que puede provocar trastornos musculoesqueléticos como dolor de espalda, dolor de hombros y síndrome del túnel carpiano. Trabajar en un ambiente caluroso y ruidoso puede provocar estrés térmico y pérdida de audición.
2. Trabajar en horarios irregulares, incluidos los turnos de noche, puede alterar el ritmo circadiano natural del cuerpo y provocar falta de sueño y fatiga. Esto puede afectar a la capacidad del trabajador para concentrarse, reaccionar rápidamente ante los peligros y tomar decisiones acertadas.
3. El trabajo en restaurantes puede ser rápido y estresante, ya que los trabajadores tienen que hacer frente a múltiples tareas y clientes simultáneamente. El estrés puede provocar problemas de salud mental como ansiedad y depresión.
4. Los trabajadores de restaurantes pueden estar expuestos a productos químicos y de limpieza que pueden causar problemas respiratorios y cutáneos. Los trabajadores pueden sufrir quemaduras y cortes al trabajar con equipos calientes y cuchillos afilados.
5. El trabajo por turnos puede interferir en la vida personal y social de los trabajadores, dificultándoles pasar tiempo con la familia y los amigos o dedicarse a otros intereses.

ESTADÍSTICAS

- Según datos de Estados Unidos, el 14% de todos los trabajadores del sector de servicios de alojamiento y alimentación (que incluye los restaurantes) trabajan a tiempo parcial, y el 27% tienen horarios atípicos, que suelen incluir turnos de noche y fines de semana.
- Según una encuesta realizada por 7shifts, una empresa de

software de programación de horarios para restaurantes, la permanencia media de los empleados es de apenas 110 días, poco más de tres meses. De los empleados que se incorporaron a su equipo en septiembre de 2021, sólo el 38% sigue en él en el momento de escribir estas líneas, lo que supone una tasa de rotación del 62%.

- El trabajo por turnos en los restaurantes puede ser un reto para los empleados. Según una encuesta realizada por 7shifts, una empresa de software de programación de restaurantes, casi la mitad de todos los empleados de restaurantes rondan el rango de 11-15 $/hora (45,8%). El 73% de esos empleados sigue recibiendo propinas. Es el principal factor por el que los empleados de restaurantes abandonan sus puestos de trabajo, con un 34,6% citando los salarios como una razón para dejar un trabajo, o una razón de por qué están planeando hacerlo.
- La flexibilidad es el beneficio número uno para el 66% de los trabajadores por turnos y el aviso previo de los horarios de trabajo es una de las principales prioridades para el 65% de los encuestados.
- Un estudio publicado en el Journal of Occupational Health Psychology reveló que aproximadamente entre el 20% y el 30% de los trabajadores del sector de la restauración trabajan en horarios no tradicionales, como por la tarde, por la noche o en turnos rotativos.

Shiftwork – Restaurants Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El trabajo por turnos en un restaurante suele implicar trabajar en

horarios no tradicionales, como noches, fines de semana y festivos. Los turnos en los restaurantes pueden variar en duración, ya que algunos duran solo unas horas y otros hasta 12 horas o más.

CUÁL ES EL PELIGRO

RIESGOS DEL TRABAJO POR TURNOS EN RESTAURANTES

- **Fatiga física:** Los turnos largos y los horarios irregulares pueden provocar fatiga y agotamiento, lo que puede aumentar el riesgo de accidentes y lesiones laborales.
- **Mayor riesgo de lesiones:** Trabajar en un entorno de ritmo rápido con cuchillos afilados, superficies calientes y equipos pesados puede poner a los trabajadores en riesgo de cortes, quemaduras y otras lesiones.
- **Exposición a sustancias peligrosas:** Los trabajadores de restaurantes pueden estar expuestos a sustancias peligrosas como productos químicos de limpieza, humos de cocina y alimentos potencialmente contaminados.
- **Mala alimentación:** El trabajo por turnos puede dificultar el mantenimiento de una dieta saludable, y los trabajadores pueden depender de la comida rápida o los tentempiés durante sus turnos.
- **Alteración de los patrones de sueño:** Los horarios de trabajo irregulares pueden alterar el ritmo circadiano y provocar fatiga, insomnio y otros trastornos del sueño.
- **Problemas de salud mental:** El trabajo por turnos puede aumentar el riesgo de ansiedad, depresión y otros problemas de salud mental, debido a la alteración de los ritmos sociales normales y al estrés de trabajar en un entorno de ritmo rápido y alta presión.
- **Mayor riesgo de abuso de sustancias:** Los trabajadores por turnos pueden ser más propensos a consumir alcohol o drogas para hacer frente al estrés, la fatiga o los trastornos del sueño.

COMO PROTEGERSE

TAREAS HABITUALES DE LOS TRABAJADORES POR TURNOS DE RESTAURANTE

Preparar alimentos: Los trabajadores por turnos en un restaurante pueden ser responsables de preparar ingredientes, cocinar alimentos y emplatar platos de acuerdo con las especificaciones del menú.

Servir a los clientes: Los trabajadores por turnos en un restaurante pueden tomar pedidos, servir alimentos y bebidas, y proporcionar asistencia a los clientes según sea necesario.

Limpieza y mantenimiento: El trabajo por turnos en un restaurante puede ser responsable de la limpieza de mesas, platos y equipos de cocina, así como de realizar tareas de mantenimiento general como barrer y fregar los suelos.

Manejo de efectivo y transacciones: El trabajo por turnos en un restaurante puede manejar las transacciones de dinero en efectivo, procesar los pagos y equilibrar las cajas registradoras al final de un turno.

Gestión de inventario: El trabajo por turnos en un restaurante puede ser responsable de controlar los niveles de inventario, pedir suministros y asegurarse de que los ingredientes y el equipo estén debidamente abastecidos.

Trabajo en equipo y comunicación: El trabajo por turnos en un restaurante puede necesitar trabajar en estrecha colaboración con otros miembros del equipo para garantizar que los pedidos se cumplan y los clientes queden satisfechos.

IMPORTANCIA DEL TRABAJO POR TURNOS EN UN RESTAURANTE

Horario ampliado: Los restaurantes que ofrecen trabajo por turnos pueden ampliar el horario de funcionamiento, lo que puede aumentar los ingresos y atender a los clientes que prefieren comer a horas no tradicionales.

Flexibilidad: El trabajo por turnos puede proporcionar

flexibilidad tanto para los trabajadores como para los empleadores, permitiendo una variedad de horarios y acomodándose a las preferencias y necesidades individuales.

Atención al cliente: El personal de los restaurantes que trabaja por turnos puede ofrecer un mejor servicio al cliente asegurándose de que hay suficiente personal disponible durante las horas punta y prestando un servicio atento a los clientes.

Trabajo en equipo: Trabajar por turnos puede fomentar el trabajo en equipo y la colaboración entre los miembros del personal, ya que trabajan juntos para garantizar que el restaurante funcione sin problemas y que los clientes queden satisfechos.

Desarrollo de habilidades: Trabajar en un restaurante, especialmente durante los turnos, puede ofrecer oportunidades para el desarrollo de habilidades, como la comunicación, la gestión del tiempo y la resolución de problemas.

Oportunidades de empleo: El trabajo por turnos en un restaurante puede ofrecer oportunidades de empleo a personas que prefieren horarios de trabajo no tradicionales o que tienen otros compromisos durante el día.

CONSEJOS PARA LOS TRABAJADORES POR TURNOS DE RESTAURANTES

- **Sea puntual y fiable:** Llegue a tiempo a sus turnos y sea constante en su asistencia. Sus compañeros y jefes confían en que usted esté allí cuando está programado para trabajar.
- **Comuníquese con eficacia:** La buena comunicación es clave para trabajar en un restaurante. Mantenga a sus compañeros y jefes informados de cualquier problema o preocupación y pida ayuda cuando la necesite.
- **Organícese:** Mantenga su zona de trabajo limpia y ordenada y no se olvide de sus tareas para que todo funcione correctamente durante su turno.
- **Trabaje en equipo:** Trabajar en un restaurante requiere trabajo en equipo. Ayude a sus compañeros siempre que pueda.
- **Concéntrese y sea eficiente:** Durante los turnos ajetreados, es importante mantener la concentración y trabajar con

eficiencia.
- **Cuídese:** Cuídese hidratándose, comiendo alimentos sanos y descansando lo suficiente.

ESTRATEGIAS PARA QUE LOS TRABAJADORES POR TURNOS AFRONTEN LOS PROBLEMAS HABITUALES

- **Gestión del sueño:** Los trabajadores pueden dar prioridad a una buena higiene del sueño creando un horario de sueño coherente, utilizando cortinas opacas o tapones para los oídos para bloquear el ruido y evitando la cafeína y el alcohol antes de acostarse.
- **Gestión de la tensión física:** Para minimizar el riesgo de lesiones, los trabajadores deben practicar técnicas de levantamiento adecuadas, hacer descansos frecuentes y utilizar calzado de apoyo.
- **Gestión de las condiciones peligrosas:** Los trabajadores pueden protegerse de las condiciones peligrosas llevando el equipo de protección adecuado, siguiendo los protocolos de seguridad e informando a la dirección de cualquier riesgo para la seguridad.
- **Gestión del estrés:** Para controlar el estrés, los trabajadores pueden practicar técnicas de relajación como la respiración profunda o la meditación, hacer pausas regulares a lo largo del turno y buscar el apoyo de los compañeros.

CONCLUSIÓN

El trabajo por turnos en un restaurante es un componente importante del sector de la restauración, ya que ofrece oportunidades de empleo y satisface las diversas necesidades y preferencias de los clientes. También contribuye a la economía local y proporciona una valiosa experiencia y competencias a los trabajadores del sector.

Shiftwork – Restaurants Meeting Kit

WHAT'S AT STAKE

Shift work in a restaurant typically involves working non-traditional hours, including evenings, weekends, and holidays. Restaurant shifts can vary in length, with some shifts lasting only a few hours and others lasting up to 12 hours or more.

WHAT'S THE DANGER

RESTAURANT WORKER SHIFTWORK HAZARDS

- **Physical fatigue:** Long shifts and irregular hours can lead to fatigue and exhaustion, which can increase the risk of workplace accidents and injuries.
- **Increased risk of injury:** Working in a fast-paced environment with sharp knives, hot surfaces, and heavy equipment can put workers at risk of cuts, burns, and other injuries.
- **Exposure to hazardous substances:** Restaurant workers may be exposed to hazardous substances such as cleaning chemicals, cooking fumes, and potentially contaminated food.
- **Poor nutrition:** Shift work can make it difficult to maintain a healthy diet, and workers may rely on fast food or snacks during their shifts.
- **Disrupted sleep patterns:** Irregular working hours can disrupt circadian rhythms, leading to fatigue, insomnia, and other sleep disorders.
- **Mental health issues:** Shift work can increase the risk of anxiety, depression, and other mental health issues, due to the disruption of normal social rhythms and the stress of working in a fast-paced, high-pressure environment.
- **Increased risk of substance abuse:** Shift workers may be more likely to use alcohol or drugs to cope with stress, fatigue,

or disrupted sleep patterns.

HOW TO PROTECT YOURSELF

COMMON RESTAURANT SHIFTWORKER TASKS

Prepare food: Shiftwork at a restaurant may be responsible for preparing ingredients, cooking food, and plating dishes according to menu specifications.

Serve customers: Shiftwork at a restaurant may take orders, serve food and beverages, and provide assistance to customers as needed.

Cleaning and maintenance: Shiftwork at a restaurant may be responsible for cleaning tables, dishes, and cooking equipment, as well as performing general maintenance tasks such as sweeping and mopping floors.

Cash handling and transactions: Shiftwork at a restaurant may handle cash transactions, process payments, and balance cash registers at the end of a shift.

Inventory management: Shiftwork at a restaurant may be responsible for monitoring inventory levels, ordering supplies, and ensuring that ingredients and equipment are properly stocked.

Teamwork and communication: Shiftwork at a restaurant may need to work closely with other team members to ensure that orders are fulfilled, and customers are satisfied.

IMPORTANCE OF SHIFTWORK AT A RESTAURANT

Extended operating hours: Restaurants that offer shift work can provide extended operating hours, which can increase revenue and cater to customers who prefer to eat at non-traditional hours.

Flexibility: Shift work can provide flexibility for both workers and employers, allowing for a variety of schedules and accommodating individual preferences and needs.

Customer service: Restaurant staff who work shifts can provide better customer service by ensuring that there are enough staff

available during peak hours and by providing attentive service to customers.

Teamwork: Working in shifts can promote teamwork and collaboration among staff members, as they work together to ensure that the restaurant runs smoothly, and customers are satisfied.

Skill development: Working in a restaurant, especially during shift work, can provide opportunities for skill development, such as communication, time management, and problem-solving.

Employment opportunities: Shift work in a restaurant can provide employment opportunities for individuals who prefer non-traditional work hours or who have other commitments during the day.

TIPS FOR RESTAURANT SHIFT WORKERS

- **Be punctual and reliable:** Arrive on time for your shifts and be consistent in your attendance. Your coworkers and managers rely on you to be there when you're scheduled to work.
- **Communicate effectively:** Good communication is key to working in a restaurant. Keep your coworkers and managers informed of any issues or concerns and ask for help when you need it.
- **Stay organized:** Keep your work area clean and tidy and stay on top of your tasks to ensure that everything runs smoothly during your shift.
- **Be a team player:** Working in a restaurant requires teamwork. Help out your coworkers when you can.
- **Stay focused and efficient:** During busy shifts, it's important to stay focused and work efficiently.
- **Take care of yourself:** Take care of yourself by staying hydrated, eating healthy foods, and getting enough rest.

STRATEGIES FOR SHIFTWORKERS TO DEAL WITH COMMON PROBLEMS

- **Sleep management:** Workers can prioritize good sleep hygiene by creating a consistent sleep schedule, using blackout curtains or earplugs to block out noise, and avoiding

caffeine and alcohol before bed.

- **Physical strain management:** To minimize the risk of injury, workers should practice proper lifting techniques, take frequent breaks, and use supportive footwear.
- **Hazardous condition management:** Workers can protect themselves from hazardous conditions by wearing appropriate protective gear, following safety protocols, and reporting any safety hazards to management.
- **Stress management:** To manage stress, workers can practice relaxation techniques like deep breathing or meditation, take regular breaks throughout the shift, and seek support from colleagues.

FINAL WORD

Shiftwork at a restaurant is an important component of the food service industry, providing employment opportunities and meeting the diverse needs and preferences of customers. It also contributes to the local economy and provides valuable experience and skills for workers in the industry.