# PPE Hospitality Meeting Kit – Spanish

## QUÉ ESTÁ EN RIESGO

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

## CUÁL ES EL PELIGRO

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

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

entornos.

# COMO PROTEGERSE

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

**Identificación de peligros y selección del EPP adecuado**

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

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

**EPP:**

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

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

**EPP:**

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

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

**EPP:**

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

**Consideraciones Adicionales:**

- En situaciones que impliquen la exposición a productos químicos de limpieza fuertes, puede ser necesario el uso de respiradores. Asegúrese de recibir la capacitación adecuada para seleccionar el tipo y el ajuste correctos de respirador

para el peligro específico.

- Las gafas de seguridad o los protectores faciales pueden proteger los ojos de salpicaduras de productos químicos, grasa o residuos que salgan despedidos.
- En entornos muy ruidosos, como cocinas o lavanderías, pueden utilizarse tapones para los oídos o auriculares con cancelación de ruido para evitar lesiones auditivas.
- Para tareas específicas, como las entregas nocturnas o el trabajo en aparcamientos, los chalecos o chaquetas reflectantes pueden mejorar la visibilidad del personal.

# CONCLUSIÓN

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