

Preventing Lifting Injuries – Restaurant Safety Infographic – Spanish

COCINERO CARGA FÍSICA

POSTURAS FORZADAS



Alcanzar
elementos
situados en altura



Remover
contenido grandes
ollas



Posturas de rodillas
Coger objetos situados
en estantes muy bajos y
profundos

MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS



Manipular cubos,
ollas pesadas...



Volcar recipientes
pesados



Manipular en
almacén y cámaras

REPETITIVIDAD MANO-MUÑECA



Cortar verduras,
uso de ralladores,
loncheadoras...



Limpiar banco de
trabajo



Amasar

Fuente: <https://www.hosteleriadigital.es>