

# **Young Workers and Restaurant Safety Meeting Kit – Spanish**

## **QUÉ ESTÁ EN RIESGO**

El sector de la restauración es uno de los principales empleadores de jóvenes trabajadores de todo el mundo, a los que brinda la oportunidad de adquirir una valiosa experiencia laboral y obtener ingresos. Sin embargo, hay varias cosas en juego para los jóvenes trabajadores de esta industria, como la seguridad en el lugar de trabajo, salarios justos, oportunidades profesionales y salud mental.

## **CUÁL ES EL PELIGRO**

### **PELIGROS HABITUALES PARA LOS JÓVENES TRABAJADORES DE RESTAURANTES**

**Resbalones, tropiezos y caídas:** los jóvenes trabajadores de restaurantes pueden correr el riesgo de resbalar, tropezar o caerse debido a suelos mojados o resbaladizos, superficies irregulares o pasillos desordenados.

**Quemaduras y escaldaduras:** los jóvenes trabajadores de restaurantes pueden estar expuestos a superficies calientes, líquidos hirvientes y llamas abiertas, que pueden causar quemaduras y escaldaduras.

**Cortes y laceraciones:** los jóvenes trabajadores de restaurantes pueden correr el riesgo de sufrir cortes y laceraciones con cuchillos, rebanadoras y otros objetos afilados.

**Lesiones musculoesqueléticas:** los jóvenes trabajadores de restaurantes pueden sufrir lesiones musculoesqueléticas por levantar objetos pesados, movimientos repetitivos y posturas forzadas.

**Exposición a productos químicos:** los jóvenes trabajadores de

restaurantes pueden estar expuestos a productos químicos de limpieza, pesticidas y otras sustancias peligrosas.

## OTROS PELIGROS A LOS QUE SE ENFRENTAN LOS TRABAJADORES JÓVENES

1. **Riesgos ergonómicos:** los trabajadores jóvenes pueden tener que permanecer de pie durante largos períodos de tiempo, lo que provoca dolores de pies y espalda. También pueden tener que trabajar en posturas incómodas, lo que provoca trastornos musculoesqueléticos como el síndrome del túnel carpiano.
2. **Riesgos eléctricos:** los trabajadores jóvenes pueden utilizar aparatos eléctricos como hornos, batidoras o freidoras, que pueden presentar riesgos eléctricos si no se mantienen adecuadamente. También pueden entrar en contacto con cables con corriente, lo que puede provocar descargas eléctricas.
3. **Riesgos de incendio:** Los restaurantes tienen un alto riesgo de incendio debido a los equipos de cocina, las llamas abiertas y los materiales inflamables como aceites y grasas.
4. **Violencia:** Los trabajadores jóvenes pueden enfrentarse a abusos verbales o físicos por parte de clientes o compañeros de trabajo, lo que provoca estrés y ansiedad.
5. **Enfermedades infecciosas:** los jóvenes trabajadores pueden estar expuestos a enfermedades infecciosas como la hepatitis A, la norovirus o el COVID-19 debido al estrecho contacto con los clientes o a la manipulación de los alimentos.

## COMO PROTEGERSE

### PREVENIR LOS PELIGROS MÁS COMUNES PARA LOS JÓVENES TRABAJADORES DE RESTAURANTES

- **Proporcionar una capacitación adecuada:** Asegúrese de que los trabajadores jóvenes reciben una capacitación adecuada sobre las tareas que van a realizar, así como sobre los procedimientos de salud y seguridad, por ejemplo, cómo manipular superficies y equipos calientes, cómo utilizar correctamente cuchillos y otras herramientas afiladas, y cómo manipular productos químicos y productos de limpieza.

- **Utilice el equipo adecuado:** Asegúrese de que los jóvenes trabajadores dispongan de equipos y herramientas adecuados a su tamaño y fuerza.
- **Proporcione calzado adecuado:** Exija a los jóvenes trabajadores que lleven calzado antideslizante, cerrado y con buena sujeción para evitar resbalones, tropiezos y caídas.
- **Abordar la fatiga:** Asegúrese de que no se sobrecarga de trabajo a los trabajadores jóvenes y de que tienen descansos adecuados durante su turno para evitar la fatiga, que puede provocar accidentes y lesiones.
- **Abordar la violencia y el acoso en el lugar de trabajo:** Establezca políticas para prevenir la violencia y el acoso en el lugar de trabajo e imparta formación sobre cómo identificar y denunciar este tipo de incidentes.
- **Proporcionar supervisión:** Asegúrese de que los trabajadores jóvenes estén supervisados adecuadamente por personal con experiencia que pueda proporcionarles orientación y apoyo cuando lo necesiten.

## MÁS PROTECCIÓN PARA LOS TRABAJADORES JÓVENES DE RESTAURANTES

**Educación y más educación:** Infórmese sobre los derechos de los trabajadores y sobre lo que su empleador está obligado a ofrecer en términos de un entorno de trabajo seguro. Infórmese de las leyes y reglamentos de su zona que protegen a los trabajadores.

**No se quede callado:** Si se siente incómodo o inseguro en el trabajo, hable con su supervisor o jefe. Comuníquelas sus preocupaciones y pídale ayuda para resolver el problema. Si cree que no se toman en serio sus preocupaciones, puede denunciar la situación a las autoridades competentes.

**Utilice equipo de protección:** Cuando manipules materiales o sustancias potencialmente peligrosos, utiliza equipos de protección como guantes, mascarillas y gafas. Asegúrese de que sabe utilizarlos correctamente y de que son los adecuados para la tarea en cuestión.

**Haga pausas:** Asegúrese de hacer pausas periódicas y de tener

acceso a agua potable y aseos. Si se siente abrumado o estresado, tómese un descanso y hable con un compañero o supervisor de confianza.

**Manténgase informado:** Manténgase al día de los cambios en las políticas y procedimientos de su lugar de trabajo. Asista a las sesiones de capacitación pertinentes y aproveche los recursos que estén a la mano.

## **VISIÓN GENERAL DE LA SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES JÓVENES EN LOS RESTAURANTES**

1. La seguridad en el lugar de trabajo es una cuestión fundamental para los trabajadores jóvenes del sector de la restauración. Pueden enfrentarse a diversos peligros, como resbalones y caídas, quemaduras, cortes y exposición a productos químicos nocivos.
2. Los salarios justos son cruciales para los jóvenes trabajadores del sector de la restauración. Muchos de ellos ganan el salario mínimo o menos, lo que hace difícil llegar a fin de mes.
3. Las oportunidades profesionales pueden ser limitadas para los jóvenes trabajadores del sector de la restauración. Muchos de ellos trabajan a tiempo parcial o en empleos temporales mientras asisten a la escuela o persiguen otros intereses.
4. El entorno de estrés de la restauración puede afectar a la salud mental de los jóvenes trabajadores. Las largas jornadas laborales, los clientes difíciles y los jefes exigentes pueden contribuir al estrés y al agotamiento.

## **CONCLUSIÓN**

Es importante que los empresarios proporcionen capacitación y equipos de seguridad adecuados a los trabajadores jóvenes para minimizar estos riesgos y garantizar su seguridad en el trabajo.