



Evaluación de Riesgos Laborales

Riesgos laborales para nuestros trabajadores en la cafetería

Riesgos de accidentes

Para prevenir los accidentes en nuestro espacio de trabajo debemos de ser conscientes y conocerlos a la perfección, tanto como los que son leves como los que son muy graves.

En estos tipos de accidentes podemos encontrar:

- Caídas al mismo o a diferente nivel. Para poder prevenir esto deberemos de señalizar en caso de que el suelo esté mojado y tener cuidado en caso de que éste también tenga desnivel.
- Golpes o cortes. Al manipular alimentos, mover cajas y entre otros, debemos de ser precavidos ya que podemos cortarnos con un utensilio cortante o chocarnos mientras movemos objetos.
- Incendios. En caso de que se produzca un incendio en el local éste deberá de ser inmediatamente notificado a través del botón de incendio colocado en los puntos del local. Después se procederá a abandonar el local de una forma organizada y tranquila para no desatar el pánico y poder llegar al punto de encuentro.

Riesgos de enfermedades

Las enfermedades son un factor presente en nuestra sociedad y debemos de tener precauciones para que éstas no supongan un motivo para empeorar nuestra salud.

- Exposición a riesgos físicos. El mayor riesgo de un trabajador en la hostelería es emplear malas prácticas que a la larga causan que nuestra salud física empeore. Para prevenir malas prácticas debemos caminar rectos y con una buena postura, hacer descansos cuando sea necesario, entre otros.

Riesgos de fatiga

La fatiga es uno de los problemas más comunes, y, al mismo tiempo, el más fácil de prevenir.

- Sobreesfuerzo. Siempre deberemos descansar lo necesario para no generar un sobreesfuerzo en nuestro cuerpo.
- Manipulación de cargas. En caso de que manipulemos cargas con mucho peso debemos de emplear máquinas para facilitarnos esta manipulación y evitar la fatiga y problemas físicos.

Riesgos identificados	Probabilidad			Gravedad			Valoración	Acción requerida
	B	M	A	LD	D	ED		
Caídas a distinto nivel		X			X		Valoramos la altura y el ángulo de la caída.	Formar bien a los empleados y disponer de letreros que alerten sobre el distinto nivel..
Golpes o cortes	X				X		Valoramos la altura y el peso del objeto.	Una buena protección para los empleados, que las correas de sujeción estén en buen estado, alertar a los empleados de las zonas en las que hay posibilidad de que haya un desprendimiento.
Sobreesfuerzos	X				X		Valoramos el peso de la carga.	Formar a los empleados sobre qué posturas son las correctas para realizar las distintas actividades, tomar descansos para evitar el sobreesfuerzo.
Incendios	X					X	Valoramos la intensidad de la electricidad.	Utilizar la protección y tecnología adecuada para prevenir al máximo los peligros de los incendios, a parte de la formación de los empleados con la maquinaria empleada.
Carga mental		X				X	Valoramos el esfuerzo mental necesario para el trabajo.	Descansos más frecuentes o duraderos y/o menos carga diaria en el trabajo.

Riesgos laborales para nuestros desarrolladores web

Riesgos de accidentes

Para prevenir los accidentes en nuestro espacio de trabajo debemos de ser conscientes y conocerlos a la perfección, tanto como los que son leves como los que son muy graves.

En estos tipos de accidentes podemos encontrar:

- Caídas al mismo o a diferente nivel. Para poder prevenir esto deberemos de señalizar en caso de que el suelo esté mojado y tener cuidado en caso de que éste también tenga desnivel.
- Contactos eléctricos. Los contactos eléctricos pueden ser comunes y, en caso de que suceda uno, se deberá de notificar cuanto antes para que los especialistas se encarguen de arreglar y prevenir la fuga eléctrica.
- Incendios. En caso de que se produzca un incendio en el local éste deberá de ser inmediatamente notificado a través del botón de incendio colocado en los puntos del local. Después se procederá a abandonar el local de una forma organizada y tranquila para no desatar el pánico y poder llegar al punto de encuentro.

Riesgos de fatiga

La fatiga es uno de los problemas más comunes, y, al mismo tiempo, el más fácil de prevenir.

- Movimientos repetitivos. Cada hora es aconsejable estirar y descansar unos minutos para prevenir dolores y tirones.
- Mala postura. Siempre deberemos adoptar una postura adecuada a nuestra silla de trabajo para no provocar un riesgo de salud en nuestra espalda.

Riesgos identificados	Probabilidad			Gravedad			Valoración	Acción requerida
	B	M	A	LD	D	ED		
Caídas a distinto nivel		X			X		Valoramos la altura y el ángulo de la caída.	Formar bien a los empleados y disponer de letreros que alerten sobre el distinto nivel.
Mala postura			X		X		Valoramos la posición del empleado	Una buena protección para los empleados, emplear sillas ergonómicas para mejorar su postura general, además de formarlos sobre qué posturas son las correctas para realizar las distintas actividades, tomar descansos para evitar el sobreesfuerzo.
Contacto eléctrico	X				X		Valoramos el lugar del contacto eléctrico	Utilizar la protección y tecnología adecuada para prevenir al máximo los peligros del contacto eléctrico, a parte de la formación de los empleados con la maquinaria empleada.
Incendios	X					X	Valoramos la intensidad de la electricidad.	Utilizar la protección y tecnología adecuada para prevenir al máximo los peligros de los incendios, a parte de la formación de los empleados con la maquinaria empleada.
Carga mental		X				X	Valoramos el esfuerzo mental necesario para el trabajo.	Descansos más frecuentes o duraderos y/o menos carga diaria en el trabajo.