



# Evaluación de Riesgos Laborales

## Riesgos laborales para nuestros trabajadores en la cafetería

Riesgos laborales del trabajo en The Coffee Tub en sus diferentes profesiones: cocina, camareros, limpieza, mantenimiento y otro personal auxiliar de hoteles y restaurantes:

Personal de cocina: prevención de riesgos laborales para trabajo con calor y herramientas peligrosas:

- Resbalones y caídas por suelos resbaladizos.
- Accidentes con herramientas de corte en la preparación de alimentos; con máquinas auxiliares como cortadoras de carne y embutido, picadoras y amasadoras.
- Quemaduras con llama abierta, en los fuegos de la cocina o superficies calientes: pucheros, sus tapas, hornos y sus puertas. También con derrames o proyecciones de líquidos hirviendo, como agua, aceite o salsas, al mover pucheros.
- Choques y golpes en la recepción, almacenamiento y manipulación de los alimentos.
- Contactos eléctricos.
- Incendios por sobrecalentamiento de aceite hirviendo.
- Riesgo de explosión de gas.
- Inhalación de sustancias irritantes de muy diversa índole procedentes de la descomposición de productos de limpieza; humos por calentamiento de los aceites y los alimentos; o por los vapores de la cocción.

Camareros: prevenir los riesgos de trabajo en hostelería

- Fatiga física y mental: debida a la prisa, precipitación, esfuerzos intermitentes, y horarios variables que pueden ser nocturnos.
- Reumatológicos: largos periodos de tiempo de pie, recorridos excesivos.
- En algunos casos problemas térmicos, de iluminación y de ruido.

Personal auxiliar de hostelería: riesgos del trabajo en lavanderías, limpieza, mantenimiento y otros

- Lavado de vajilla y menaje. Realizan trabajos con agua, sobre suelos deslizantes, manipulando productos detergentes. Estas tareas generan problemas derivados de la humedad, del ambiente térmico y del contacto con sustancias químicas. Sin olvidar resbalones, caídas y riesgos eléctricos.
- Lavandería y planchado. Las operaciones de lavado y planchado las realizan las máquinas correspondientes. La carga y descarga de esas máquinas se realizan a mano. Deben tenerse en cuenta los riesgos de la maquinaria en el enganche de ropas o de cabello en elementos giratorios; las contusiones en dedos por atrapamiento entre partes giratorias y fijas. Los problemas reumatológicos, por la posición de trabajo, la humedad y los esfuerzos que se realizan durante la carga y descarga de las máquinas.
- Limpieza. Grupo profesional mayoritariamente femenino cuyos riesgos más comunes son los trastornos musculoesqueléticos debidos a las posturas forzadas y repetitivas; los esfuerzos físicos repetidos y sobreesfuerzos.
- Personal de oficinas. Debe distinguirse entre el personal que trabaja en la atención al cliente y el interno. La atención al cliente exige atender cantidad de informaciones distintas y elaborar una respuesta en breve tiempo. Esto puede producir el desbordamiento de la capacidad de respuesta de la persona. La carga mental puede ser un problema para el personal de recepción, conserjería y restaurantes. La carga física por la permanencia en pie, en posición casi estática, también puede ser importante.
- Personal de mantenimiento. Suele ser polivalente, pero especializado en trabajos en las instalaciones técnicas de los centros. El manejo de herramientas muy variadas, el

trabajo en los distintos lugares donde se encuentran los equipos técnicos y las averías, imprevistas por su propia naturaleza, añaden a los riesgos habituales, los de la precipitación, posiciones forzadas y sobreesfuerzos, entre otros.

Riesgos con agentes biológicos en algunos trabajos de hostelería:

- Manipulación de alimentos.
- Manipulación de restos en las papeleras o servicios higiénicos.
- Mantenimiento y limpieza de filtros de aire acondicionado.
- Mantenimiento de jardines en contacto con tierra o agua en aerosol

Desarrolladores web:

- Problemas musculoesqueléticos debido a posturas estáticas prolongadas y movimientos repetitivos.
- Fatiga visual por el uso prolongado de pantallas y exposición a la luz azul.
- Estrés y carga mental debido a plazos ajustados, alta demanda de trabajo y presión por resultados.
- Lesiones por movimientos repetitivos, como el síndrome del túnel carpiano, debido al uso intensivo del teclado y el ratón.
- Trastornos ergonómicos por una configuración inadecuada del lugar de trabajo, como la altura de la silla y la posición del monitor.
- Exposición a radiación electromagnética de dispositivos electrónicos, como computadoras y teléfonos móviles.
- Riesgo de incendio o daño eléctrico por cables defectuosos, sobrecargas de enchufes o mal funcionamiento de equipos.
- Problemas de salud mental debido a la naturaleza sedentaria del trabajo, el aislamiento social y la falta de actividad física.
- Exposición a riesgos cibernéticos, como ataques de hackers, malware o robo de datos confidenciales.
- Riesgo de lesiones por caídas o tropiezos en cables sueltos u objetos en el entorno de trabajo.

Personal de cocina:

Riesgos identificados	Probabilidad			Gravedad			Valoración	Acción requerida
	B	M	A	LD	D	ED		
Resbalones y caídas por suelos resbaladizos.	X			X			Valoramos la altura y el ángulo de la caída.	Colocar señalización de advertencia, utilizar antideslizantes y mantener los suelos limpios y secos.
Accidentes con herramientas de corte en la preparación de alimentos; con máquinas auxiliares como cortadoras de carne y embutido, picadoras y amasadoras.		X			X		Se considera la posibilidad de accidentes al utilizar herramientas de corte en la preparación de alimentos.	Proporcionar entrenamiento adecuado en el uso seguro de las herramientas, utilizar equipos de protección personal y mantener las herramientas afiladas y en buen estado.
Quemaduras con llama abierta, en los fuegos de la cocina o superficies calientes			X			X	Existe el riesgo de quemaduras debido a la exposición a llamas abiertas o superficies calientes.	Implementar medidas de seguridad como el uso de guantes térmicos, supervisar de cerca los fuegos y proporcionar capacitación en el manejo seguro de líquidos calientes.
Choques y golpes en la recepción, almacenamiento y manipulación de los alimentos		X			X		Se considera la posibilidad de choques y golpes al manipular los alimentos.	Establecer procedimientos de manipulación segura, utilizar equipos de protección personal y proporcionar capacitación en la manipulación adecuada de cargas.
Contactos eléctricos.		X			X		Existe el riesgo de contactos eléctricos durante el manejo de equipos eléctricos.	Realizar inspecciones regulares de los equipos eléctricos, proporcionar capacitación en seguridad eléctrica y utilizar equipos de protección personal adecuados.
Incendios por sobrecalentamiento de aceite hirviendo	X			X			Se evalúa la posibilidad de incendios debido al sobrecalentamiento del aceite.	Mantener un control adecuado de la temperatura, utilizar equipos de extinción de incendios y seguir las prácticas de seguridad en la cocina.
Riesgo de explosión de gas		X				X	Existe el riesgo de explosión debido a fugas de gas.	Realizar inspecciones regulares del sistema de gas, mantener una ventilación adecuada y capacitar al personal sobre la detección y respuesta ante fugas de gas.

Inhalación de sustancias irritantes		X			X		Se considera el riesgo de inhalación de sustancias irritantes en el entorno de trabajo.	Utilizar equipos de protección personal, mantener una buena ventilación y capacitar al personal sobre el manejo seguro de sustancias irritantes.
-------------------------------------	--	---	--	--	---	--	---	--

Riesgos identificados	Probabilidad			Gravedad			Valoración	Acción requerida
	B	M	A	LD	D	ED		
Resbalones y caídas por suelos resbaladizos.	X			X			Valoramos la altura y el ángulo de la caída.	Colocar señalización de advertencia, utilizar antideslizantes y mantener los suelos limpios y secos.
Accidentes con herramientas de corte en la preparación de alimentos; con máquinas auxiliares como cortadoras de carne y embutido, picadoras y amasadoras.		X			X		Se considera la posibilidad de accidentes al utilizar herramientas de corte en la preparación de alimentos.	Proporcionar entrenamiento adecuado en el uso seguro de las herramientas, utilizar equipos de protección personal y mantener las herramientas afiladas y en buen estado.
Quemaduras con llama abierta, en los fuegos de la cocina o superficies calientes			X			X	Existe el riesgo de quemaduras debido a la exposición a llamas abiertas o superficies calientes.	Implementar medidas de seguridad como el uso de guantes térmicos, supervisar de cerca los fuegos y proporcionar capacitación en el manejo seguro de líquidos calientes.
Choques y golpes en la recepción, almacenamiento y manipulación de los alimentos		X			X		Se considera la posibilidad de choques y golpes al manipular los alimentos.	Establecer procedimientos de manipulación segura, utilizar equipos de protección personal y proporcionar capacitación en la manipulación adecuada de cargas.
Contactos eléctricos.		X			X		Existe el riesgo de contactos eléctricos durante el manejo de equipos eléctricos.	Realizar inspecciones regulares de los equipos eléctricos, proporcionar capacitación en seguridad eléctrica y utilizar equipos de protección personal adecuados.

Incendios por sobrecalentamiento de aceite hirviendo	X			X			Se evalúa la posibilidad de incendios debido al sobrecalentamiento del aceite.	Mantener un control adecuado de la temperatura, utilizar equipos de extinción de incendios y seguir las prácticas de seguridad en la cocina.
Riesgo de explosión de gas		X				X	Existe el riesgo de explosión debido a fugas de gas.	Realizar inspecciones regulares del sistema de gas, mantener una ventilación adecuada y capacitar al personal sobre la detección y respuesta ante fugas de gas.
Inhalación de sustancias irritantes		X			X		Se considera el riesgo de inhalación de sustancias irritantes en el entorno de trabajo.	Utilizar equipos de protección personal, mantener una buena ventilación y capacitar al personal sobre el manejo seguro de sustancias irritantes.

Personal auxiliar de hostelería:

Riesgos identificados	Probabilidad			Gravedad			Valoración	Acción requerida
	B	M	A	LD	D	ED		
Lavado de vajilla y menaje.		X			X		Se evalúa la probabilidad de riesgos derivados del lavado de vajilla y menaje, como humedad, ambiente térmico y químicos.	Proporcionar equipos de protección personal adecuados, como guantes, mantener los suelos limpios y secos, garantizar una buena ventilación y capacitación en el manejo seguro de sustancias químicas y riesgos eléctricos.
Lavandería y planchado.		X			X		Existe el riesgo de accidentes relacionados con la maquinaria, así como problemas reumatológicos debido a las tareas realizadas.	Implementar medidas de seguridad en las máquinas, como protecciones para evitar atrapamientos, proporcionar capacitación en el uso seguro de la maquinaria, mantener un entorno de trabajo ergonómico y proporcionar descansos adecuados para minimizar los problemas reumatológicos.

Limpieza.		X			X		Se considera la posibilidad de trastornos musculoesqueléticos y esfuerzos físicos repetitivos en el personal de limpieza.	Proporcionar capacitación en ergonomía y técnicas de levantamiento seguro, ofrecer descansos regulares, implementar medidas para evitar posturas forzadas y utilizar equipos y productos ergonómicos.
Personal de oficinas.		X			X		Existen riesgos relacionados con la carga mental y física, así como la permanencia en posiciones estáticas.	Promover pausas regulares, proporcionar capacitación en manejo del estrés y técnicas de gestión del tiempo, fomentar la actividad física y ergonomía en los espacios de trabajo.
Personal de mantenimiento.		X			X		Se evalúa la probabilidad de riesgos asociados a la manipulación de herramientas, trabajos en distintos lugares y averías.	Proporcionar equipos de protección personal adecuados, capacitar en el uso seguro de herramientas, fomentar la planificación y organización del trabajo, y promover una comunicación efectiva para minimizar la precipitación y los esfuerzos físicos innecesarios.

#### Riesgos con agentes biológicos en algunos trabajos de hostelería

Riesgos identificados	Probabilidad			Gravedad			Valoración	Acción requerida
	B	M	A	LD	D	ED		
Manipulación de alimentos.		X			X		Se evalúa la probabilidad de riesgos asociados a la manipulación de alimentos.	Implementar prácticas de higiene adecuadas, como el lavado de manos, mantener la temperatura adecuada de almacenamiento, utilizar equipos de protección personal y proporcionar capacitación en manipulación segura de alimentos.
Manipulación de restos en las papeleras o servicios higiénicos.	X			X			Existe la posibilidad de riesgos al manipular restos en las papeleras o servicios higiénicos.	Proporcionar equipos de protección personal adecuados, como guantes y mascarillas, implementar procedimientos de manipulación segura de residuos, mantener una

								buena ventilación en los espacios y proporcionar capacitación sobre manejo de desechos.
Mantenimiento y limpieza de filtros de aire acondicionado.	X				X		Se considera la posibilidad de riesgos asociados al mantenimiento y limpieza de filtros de aire acondicionado.	Utilizar equipos de protección personal adecuados, como mascarillas y guantes, seguir los procedimientos de seguridad para el mantenimiento y limpieza de los filtros, y proporcionar capacitación en el manejo seguro de los equipos de aire acondicionado.
Mantenimiento de jardines en contacto con tierra o agua en aerosol.		X			X		Existe el riesgo de exposición a sustancias químicas, contacto con tierra y agua en aerosol durante el mantenimiento de jardines.	Utilizar equipos de protección personal adecuados, como guantes y mascarillas, seguir las instrucciones de seguridad al manipular sustancias químicas, lavar las manos después de la manipulación y proporcionar capacitación en el manejo seguro de los jardines.

Desarrolladores web:

Riesgos identificados	Probabilidad			Gravedad			Valoración	Acción requerida
	B	M	A	LD	D	ED		
Problemas musculoesqueléticos		X			X		Evaluar la probabilidad de trastornos musculoesqueléticos debido a posturas estáticas y repetitivas	Promover pausas regulares, ejercicios de estiramiento, configuración ergonómica del lugar de trabajo y capacitación en ergonomía
Fatiga visual		X			X		Evaluar la probabilidad de fatiga visual debido al uso prolongado de pantallas	Promover descansos oculares, ajustar la configuración del monitor, utilizar iluminación adecuada y fomentar pausas regulares



Estrés y carga mental		X			X		Evaluar la probabilidad de estrés y carga mental debido a plazos ajustados y alta demanda de trabajo	Implementar técnicas de gestión del estrés, establecer plazos realistas y promover un equilibrio trabajo-vida adecuado
Lesiones por movimientos repetitivos	X			X			Evaluar la probabilidad de lesiones por movimientos repetitivos, como el síndrome del túnel carpiano	Capacitar en técnicas de ergonomía, promover el uso de dispositivos ergonómicos y fomentar pausas activas
Trastornos ergonómicos	X			X			Evaluar la probabilidad de trastornos ergonómicos debido a una configuración inadecuada del puesto	Proporcionar orientación sobre ergonomía, ajustar la configuración del lugar de trabajo y proporcionar mobiliario ergonómico
Exposición a radiación electromagnética	X			X			Evaluar la probabilidad de exposición a radiación electromagnética de dispositivos electrónicos	Promover el uso de protectores de pantalla, utilizar dispositivos con certificación de seguridad y capacitar en salud tecnológica
Riesgo de incendio o daño eléctrico	X			X			Evaluar la probabilidad de riesgos de incendio o daño eléctrico en el entorno de trabajo	Realizar inspecciones eléctricas regulares, mantener los cables en buen estado y seguir las normas de seguridad eléctrica
Problemas de salud mental		X			X		Evaluar la probabilidad de problemas de salud mental debido a factores laborales	Promover un entorno de trabajo saludable, proporcionar recursos de apoyo emocional y fomentar el equilibrio trabajo-vida
Exposición a riesgos cibernéticos			X			X	Evaluar la probabilidad de exposición a riesgos cibernéticos, como ataques de hackers o malware	Implementar medidas de seguridad cibernética, proporcionar capacitación en seguridad informática y utilizar software actualizado

Riesgo de lesiones por caídas o tropiezos	X			X			Evaluar la probabilidad de lesiones por caídas o tropiezos en el entorno de trabajo	Mantener el área de trabajo libre de obstrucciones, asegurar cables y utilizar señalización de advertencia
---	---	--	--	---	--	--	---	--