



INFOGRAFÍA RIESGOS ERGONÓMICOS EN HOSTELERÍA



El trabajo en hostelería implica esfuerzos físicos continuos importantes, repetitivos y en muchas ocasiones realizados en condiciones poco favorables, lo que genera riesgos musculoesqueléticos de elevada incidencia, numerosas bajas y enfermedades profesionales a largo plazo entre el personal.



PRINCIPALES RIESGOS:



Manipulación manual de cargas



Transporte de cajas, garrafas, bandejas cargadas, carros de limpieza, sartenes, ollas, vajilla, etc.



Posturas forzadas o mantenidas



Agacharse, levantar brazos por encima del hombro, girar el tronco, encorvarse.



Movimientos repetitivos



Cortar, batir, fregar, servir bebidas, recoger vajilla.



Trabajo prolongado de pie



En cocina, barra, comedor o recepción sin pausas adecuadas.

MEDIDAS PREVENTIVAS



Evaluaciones
ergonómicas
específicas por
puesto



Formación
práctica en
técnicas de
manipulación
manual de
cargas



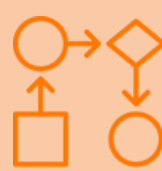
Rotación de
tareas o
descansos en la
medida posible
para evitar
sobrecargas



Diseño de los
puestos con
mobiliario
ergonómico



Alfombrillas
antifatiga en
zonas de
trabajo estático
prolongado



Revisión,
rediseño y
mantenimiento
adecuado de
flujos de trabajo