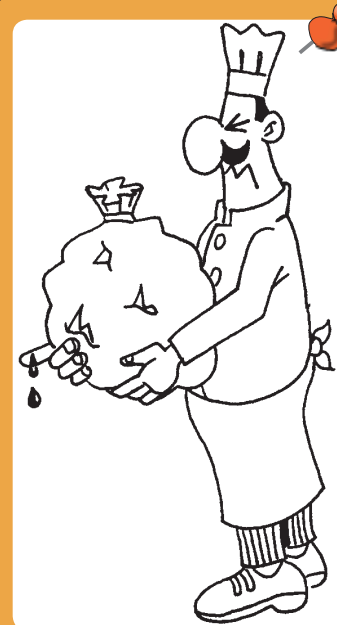


# PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN



## CORTES Y AMPUTACIONES

- Precaución al cortar. Proteger la parte cortante con resguardos regulables, móviles o retráctiles.
- Utilizar superficies adecuadas.
- Cuchillos adecuados a cada tarea, mango antideslizante y bien afilados. No usar con manos mojadas.
- Máquinas y utensilios marcados con CE.
- Usar Equipos Protección Individual (EPI): suelas antideslizantes, manoplas, pantallas, mandiles, gorros, manga larga, gafas, malla y guantes metálicos para deshuesar.



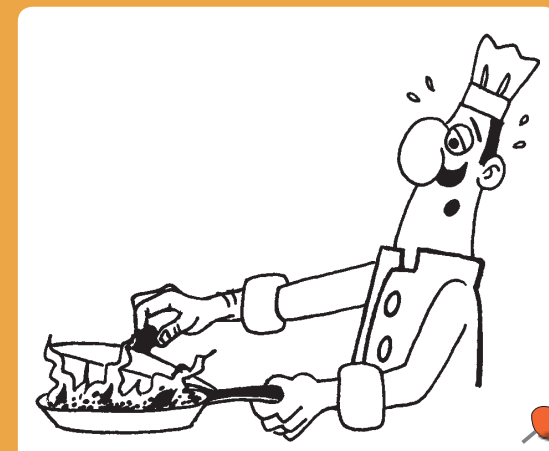
## CAIDAS

- Escaleras aseguradas, barandilla con altura adecuada. Instalar plintos en huecos.
- Calzado y suelo antideslizante. Usar alfombrillas de goma.
- Usar desengrasantes e iluminar obstáculos.
- Eliminar suciedad, grasas, desperdicios y obstáculos. Señalización de obstáculos y vías de acceso libres. Caminar sin correr.



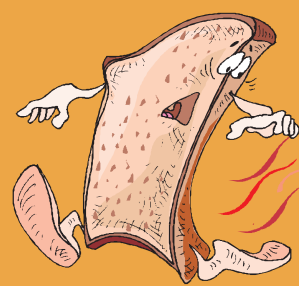
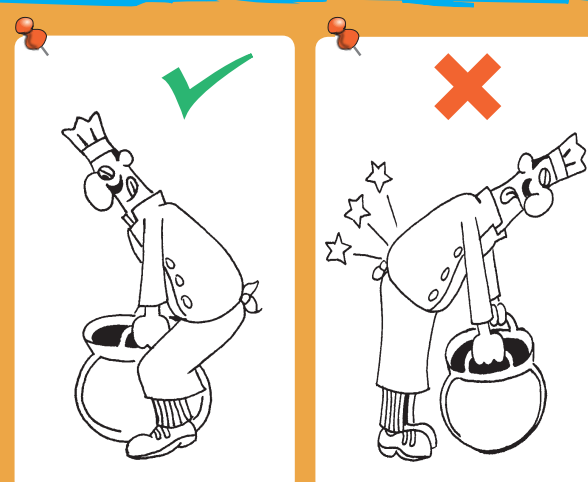
## INCENDIOS

- Revisar instalaciones eléctricas y de gas frecuentemente.
- Prohibir fumar. Señalar en planos los extintores de incendio y las salidas de emergencia.
- Decorar con materiales resistentes al fuego.
- Retirar materiales o combustibles inflamables no necesarios: cajas, envases, trapos, papeles. Almacenar en local, aislados y ventilados.
- Si se enciende una sartén con aceite, no echar agua, utilizar tapadera o extintora incombustible.



## CARGAS

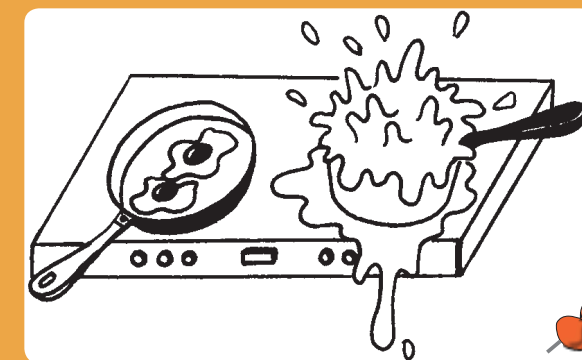
- Respetar cargas máximas según sexo y edad.
- Utilizar mangos, alargaderas y asientos graduables en altura.
- Colocar útiles al alcance de la mano.
- Utilizar medios de transporte o de elevación: carretillas (diablos) apiladores, racks, etc.
- Alternar posturas y descansos. Apoyar la pierna en banquetta.
- Precaución al cargar pesos: pegándolos al cuerpo, doblando las rodillas, manteniendo la espalda recta o con ayuda de otras personas.



*Y recuerda:  
La precaución es  
tu mejor ingrediente*

## QUEMADURAS

- Utilizar EPI marcados con CE.
- Efectuar el cambio de aceite y limpiar los fogones en frío.
- Limpiar grasas y aceites inmediatamente.
- Orientar los mangos de los recipientes hacia el interior de los fogones y no llenar los recipientes hasta arriba.



# PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN



## CAIDAS

- Escaleras aseguradas, barandilla con altura adecuada. Instalar plintos en huecos.
- Calzado y suelo antideslizante. Usar alfombrillas de goma.
- Usar desengrasantes e iluminar obstáculos.
- Eliminar suciedad, grasas, desperdicios y obstáculos. Señalización de obstáculos y vías de acceso libres. Caminar sin correr.



## CARGAS

- Respetar cargas máximas según sexo y edad.
- Utilizar mangos, alargaderas y asientos graduables en altura.
- Colocar útiles al alcance de la mano.
- Utilizar medios de transporte o de elevación: carretillas (diablos) apiladores, racks, etc.
- Alternar posturas y descansos. Apoyar la pierna en banqueta.
- Precaución al cargar pesos: pegándolos al cuerpo, doblando las rodillas, manteniendo la espalda recta o con ayuda de otras personas.

## QUEMADURAS

- Utilizar EPI marcados con CE.
- Efectuar el cambio de aceite y limpiar los fogones en frío.
- Limpiar grasas y aceites inmediatamente.
- Orientar los mangos de los recipientes hacia el interior de los fogones y no llenar los recipientes hasta arriba.

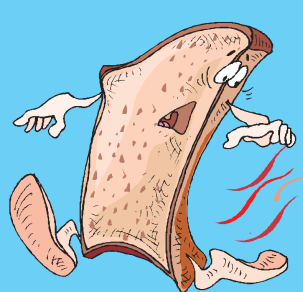
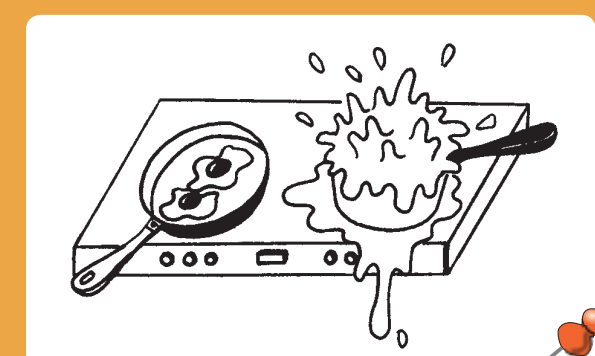
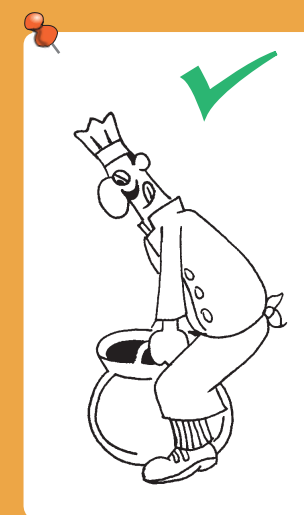
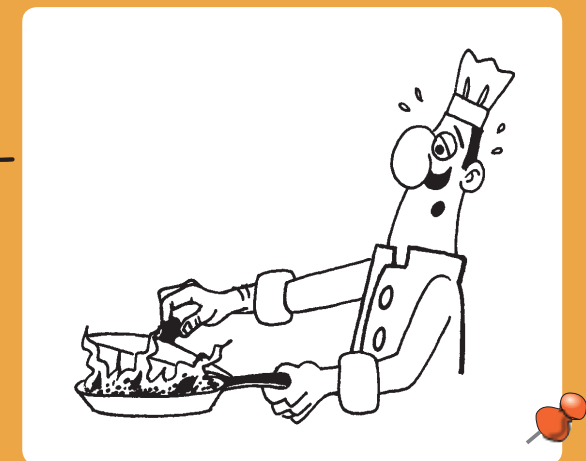
## CORTES Y AMPUTACIONES

- Precaución al cortar. Proteger la parte cortante con resguardos regulables, móviles o retráctiles.
- Utilizar superficies adecuadas.
- Cuchillos adecuados a cada tarea, mango antideslizante y bien afilados. No usar con manos mojadas.
- Máquinas y utensilios marcados con CE.
- Usar Equipos Protección Individual (EPI): suelas antideslizantes, manoplas, pantallas, mandiles, gorros, manga larga, gafas, malla y guantes metálicos para deshuesar.



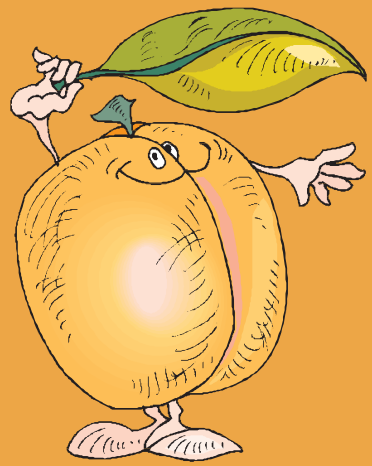
## INCENDIOS

- Revisar instalaciones eléctricas y de gas frecuentemente.
- Prohibir fumar. Señalar en planos los extintores de incendio y las salidas de emergencia.
- Decorar con materiales resistentes al fuego.
- Retirar materiales o combustibles inflamables no necesarios: cajas, envases, trapos, papeles. Almacenar en local, aislados y ventilados.
- Si se enciende una sartén con aceite, no echar agua, utilizar tapadera o extintora incombustible.

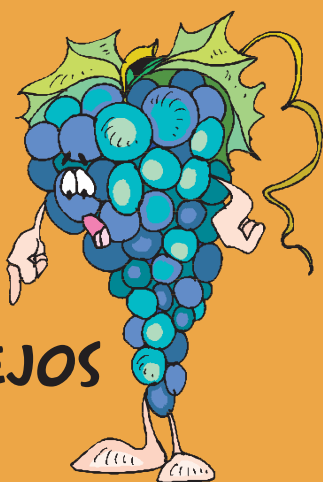


*Y recuerda:  
La precaución es  
tu mejor ingrediente*

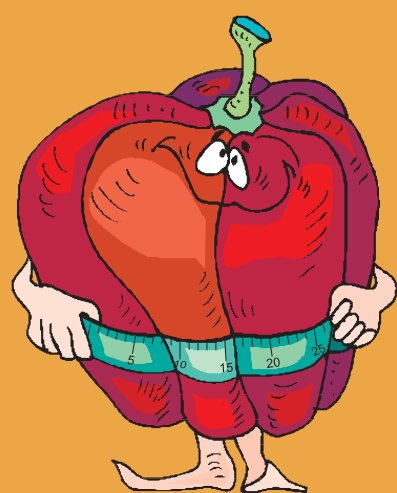
# PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN



MANIPULADORES



CONSEJOS



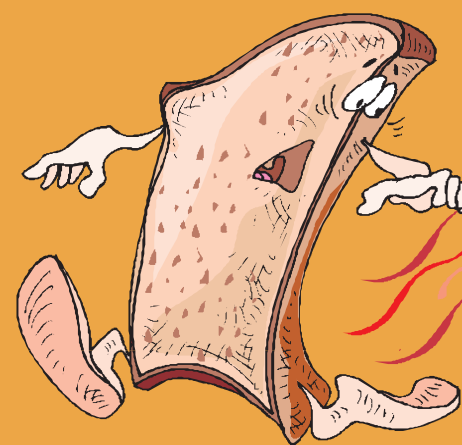
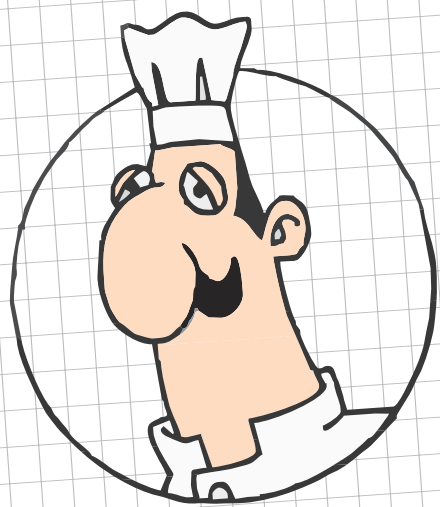
DISEÑO COCINAS



REQUISITOS

## ESPECIALIDAD DEL CHEF

- Los mangos de la sartén hacia el interior
- Calzado y suelo antideslizante
- Cambio de aceite en frío
- Retirar materiales inflamables
- Cuchillos con mango antideslizante
- Alternar posturas y descansos



*Y recuerda:  
La precaución es  
tu mejor ingrediente*



Junta de  
Castilla y León

