



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 16 – MARZO DE 2009

“RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN HOSTELERIA”

AUTORÍA MIGUEL ÁNGEL GIL SÁNCHEZ
TEMÁTICA RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN HOSTELERIA.
ETAPA CICLOS FORMATIVOS DE GRADO MEDIO DE HOSTELERIA

Resumen

Actividad práctica llevada a cabo entre profesores y alumnos del ciclo en la cual los alumnos desarrollan una serie de medidas a adoptar en la práctica diaria a desarrollar. La encontramos muy interesante y constructiva para nuestros alumnos ya que ellos participan de una forma activa, además se les plantea al principio del curso, cuando todavía no tienen nociones sobre el ciclo que van a realizar y así desarrollan sus ideas.

Palabras clave en las que se centra el artículo:

- Riesgos.
- Prevención.
- Limpieza.
- Seguridad.
- Prácticas higiénicas sanitarias.
- Almacenamiento.
- Concienciación.

1. MOTIVOS PARA LA REALIZACIÓN DE ESTA ACTIVIDAD:

La práctica de esta actividad se lleva a cabo con alumnos de ciclo medio de cocina, pastelería y servicios de restaurante bar.

A nuestros alumnos se les plantean una serie de riesgos que podemos encontrarnos en la práctica diaria en nuestros talleres y que también después encontrarán en el mundo laboral. Ellos desarrollan en grupos de 4 personas, posibles medidas preventivas a adoptar ante una serie de riesgos que nosotros les aportamos previamente.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO DE 2009

Después en clase se hace una puesta en común y se recogen aquellas medidas preventivas acordes para nuestros talleres y actividad. En esta actividad hemos desarrollado medidas preventivas generales, tanto para cocina como para restaurante, medidas preventivas específicas en cocina, medidas preventivas específicas en restaurante y bar y una serie de medidas higiénico – sanitarias a adoptar en cocina y restaurante.

Esta actividad se ha llevado a cabo porque pensamos que es muy necesaria en el trabajo que van a realizar después nuestros alumnos, en la vida real.

Se van concienciando con que es muy importante respetar y cumplir esta serie de medidas y de hecho ya las van poniendo en práctica en nuestros propios talleres durante las clases prácticas que realizan durante la semana.

2. RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES

2.1 Riesgos generales. (Aportados por el profesor para que los alumnos los desarrollen)

Trataremos los siguientes focos de riesgos:

- 1º. Orden y limpieza en los lugares de trabajo.
- 2º. Manipulación de cargas.
- 3º. Seguridad frente a riesgos eléctricos.
- 4º. Riesgo de explosión por acumulación de gas.
- 5º. Equipos de trabajo.
- 6º. Manejo de productos de limpieza.

• 2.2 **Orden y limpieza en los lugares de trabajo:** (Riesgos)

- Caídas al mismo nivel por resbalones y tropiezos durante el trabajo.
- Golpes contra objetos y zonas salientes del lugar de trabajo que normalmente ocupan zonas de paso para los trabajadores.
- Caídas de objetos almacenados y durante la manipulación de estos objetos durante el trabajo.
- Posibles incendios.

Medidas preventivas. (Aportadas por los grupos de alumnos)

- Limpieza en todas las zonas y lugares de trabajo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 16 – MARZO DE 2009

- Caminar despacio y sin correr para evitar resbalones en zonas estén húmedas ó mojadas por salpicaduras de agua ó algún líquido.
 - Eliminar lo más rápido posibles manchas, residuos, desperdicios, etc.
 - Las zonas de paso de los trabajadores deben de estar libres de cualquier obstáculo que interrumpa el buen paso.
 - Informar a los compañeros cuando los suelos estén recién fregados o recién encerados para evitar resbalones.
- **2.3 Manipulación de cargas:** (Riesgos)
 - Lesiones en la espalda y por sobreesfuerzos
 - Caídas de objetos en manipulación
 - Cortes en las manos por la manipulación de vasos, copas, botellas.
 - Posibles golpes contra objetos durante las operaciones de reposición de cámaras refrigeradas, congeladoras, etc., estanterías.
 - Siempre en la manipulación de cargas , para evitar sobreesfuerzos, se deben adoptar posturas y movimientos adecuados

Medidas preventivas. (Aportadas por los grupos de alumnos)

- Si vemos que el peso de la carga que vamos a manipular es demasiado grande o si su volumen dificulta la manipulación pedir siempre ayuda a nuestros compañeros.
 - Utilizar siempre que nos sea posible medio auxiliar para transportar objetos, como pueden ser carritos, camareras, bandejas, etc.
 - Comprobar siempre con anterioridad que dispones del espacio suficiente para el manejo de la carga antes de iniciar el desplazamiento y también comprobar que el recorrido a realizar esta libre.
 - Evitar los movimientos bruscos de la espalda, en especial los giros, incluso cuando manejes cargas ligeras, y en elevaciones con giro, intentar mover los pies en vez de girar la cintura.
- **2.4 Seguridad frente a riesgos eléctricos.**
 - Contactos eléctricos directos, con partes de la instalación habitualmente en tensión.
 - Contactos eléctricos indirectos, con partes ó elementos metálicos accidentalmente puestos bajo tensión.
 - Quemaduras por arco eléctrico.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 16 – MARZO DE 2009

Medidas preventivas.

- Nunca manipules las instalaciones eléctricas.
- Nunca poner cables en zonas de paso de trabajadores.
- No utilices equipos eléctricos con las manos húmedas, mantener los pies secos y usar un calzado adecuado a las condiciones de trabajo.
- No utilizar nunca cables, enchufes ó alargaderas cerca de fregaderos y zonas húmedas o mojadas.
- Cortar la corriente siempre que lo consideremos oportuno.

• **2.5 Riesgo de explosión por acumulación de gas.**

- Que las rejillas de ventilación estén atoradas ó obstruidas.
- Que los quemadores de los fogones estén sucios e incluso obstruidos por acumulación de residuos.
- Uso indebido ó encendido incorrecto de calentadores y hornos a gas.

Medidas preventivas.

- Siempre al terminar la jornada laboral hay que revisar que todas las válvulas de paso del gas están cerradas.
- Mantener alejadas las botellas de gases de las fuentes de calor.
- Revisión y limpieza periódica de todas las rejillas de ventilación.

• **2.6 Riesgos por equipos de trabajo.**

- Cortes con maquinaria de cuchillas.
- Atrapamientos por contacto con máquinas de órganos móviles. (Tipo picadora, amasadora, etc.).
- Posibles contactos eléctricos con algún tipo de maquinaria.

Medidas preventivas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 16 – MARZO DE 2009

- Utilizar siempre los medios de protección específicos que tengan las máquinas. Pueden ser mazos, guantes de malla, etc.
- Siempre utilizar cada máquina para el trabajo que ha sido diseñada.
- Cuando manipulemos este tipo de maquinaria nunca usar anillos, pulseras, etc, que puedan engancharse con los órganos móviles de dicha máquina.
- Comunicar cualquier anomalía que observes durante la utilización del equipo.

• **2.7 Manejo de utensilios de limpieza.**

- Ingestión accidental de algún producto de limpieza.
- Quemaduras e irritaciones cutáneas.
- Inhalación de gases tóxicos ó nocivos.
- Salpicaduras en ojos.

Medidas preventivas.

- Nunca utilizar el olfato para identificar productos contenidos en envases que se encuentren sin etiquetar.
- No efectuar trasvases de productos de limpieza salvo a recipientes adecuados en los que se mantenga el etiquetado del envase original.
- Nunca deposites productos de limpieza (detergentes, lejías), aun en pequeñas cantidades, en recipientes de menaje (copas, vasos), o de cocina.
- Utiliza siempre recipientes señalizados que nunca puedan, por confusión, entrar en contacto con alimentos o bebidas.

3. RIESGOS Y MEDIDAS ESPECÍFICAS EN COCINA.

Trataremos los siguientes focos de riesgos:

- 1º. Utilización de herramientas manuales.
- 2º. Quemaduras.
- 3º. Trabajos con permanencia en el interior de cámaras frigoríficas.

• **3.1 Utilización de herramientas manuales.**

- Cortes con cuchillos, tijeras, etc.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO DE 2009

- Micro traumatismos en procesos de corte que sean repetitivos.

Medidas preventivas.

- No dejar nunca cuchillos debajo de desechos, trapos, en la pila de fregar, o entre otras herramientas.
- Seleccionar siempre la herramienta adecuada al trabajo que vamos a realizar.
- Utilizar siempre que podamos guantes de protección en operaciones específicas como pueden ser deshuesado de carnes, troceado de piezas de gran volumen, etc.

*** 3.2 Quemaduras.**

- Contacto con llamas o superficies que se encuentran calientes.
- Posibles salpicaduras de aceite u de otros líquidos que se encuentran a muy altas temperaturas.
- Quemaduras por coger utensilios muy calientes.

Medidas preventivas.

- Avisar siempre al resto de compañeros cuando dejamos objetos o platos calientes.
- Utilizar guantes térmicos si tienes que abrir la puerta de un horno o para mover recipientes que están calientes.
- A la hora de freír alimentos evitar dejar caer los alimentos sobre el aceite caliente, siempre depositarlos en el cestillo y luego sumergir este en el aceite caliente.

*** 3.3 Trabajos con permanencia en el interior de cámaras frigoríficas.**

- Caídas por la existencia de agua o hielo en el suelo, así como por la acumulación de mercancías sin orden alguno.
- Hipotermias por permanencias largas sin estar preparado.

Medidas preventivas.

- Evitar la acumulación de agua en el suelo.
- Retirar las placas de hielo que se originen en las zonas de paso y también las posibles placas que se puedan formar por todo el suelo de la cámara.
- Ordenar la mercancía almacenada al recibirla de los proveedores.
- Utilizar ropa de protección frente al frío (chaquetón, guantes, etc.), aunque la permanencia en la cámara sea corta.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 16 – MARZO DE 2009

- Verificar que los dispositivos de seguridad de la cámara se encuentran en perfecto estado.

4. RIESGOS Y MEDIDAS ESPECÍFICAS EN RESTAURANTE.

Trataremos los siguientes focos de riesgo:

- 1º. Caídas con resbalones y tropiezos con objetos.
- 2º. Cortes con vidrios y roturas de botellas durante su manipulación.

• 4.1 Caídas con resbalones y tropiezos con objetos.

- Posibles accidentes por una mala uniformidad.
- Daños corporales por caídas fuertes.

Medidas preventivas.

- Nunca te apresures más de lo justo cuando vayas cargado con bandejas o platos.
- Utilizar el calzado adecuado para el trabajo a realizar.
- Mantén en lo posible las zonas de circulación libres de obstáculos.

• 4.2 Cortes con vidrios y roturas de botellas durante su manipulación.

- Cortes con posibles elementos o restos de roturas de cristalería.
- Cortes con cuchillos y elementos de corte.

Medidas preventivas.

- Si se rompe algún recipiente delimita en primer lugar la zona y recoge los fragmentos con la ayuda de un cepillo y un recogedor, nunca lo hagas con las manos.

5. PRÁCTICAS HIGIENICO – SANITARIAS.

En este apartado se les da a los alumnos una serie de puntos en los que ellos aportan una Serie de conductas higiénico – sanitarias correctas a desarrollar.

Los puntos son los siguientes:

- 1º. Almacenamiento y conservación de materias primas e ingredientes.
- 2º. Preparación de materias primas y productos intermedios.

C/ Recogidas N° 45 - 6ºA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO DE 2009

3º.Cocinado de alimentos.

4º.Almacenamiento de platos preparados.

5º.Regeneración de alimentos.

6º.Emplatado y servicio de comidas.

• **5.1 Almacenamiento y conservación de materias primas e ingredientes.**

- Se almacenaran inmediatamente los productos que necesiten refrigeración ó congelación.
- Se comprobaran periódicamente las temperaturas de los productos.
- La congelación de los alimentos se hará de una forma rápida.
- Las materias primas se ordenaran para evitar contaminaciones cruzadas.
- El almacenamiento de productos de limpieza se hará de forma independiente.
- Los alimentos en las cámaras y almacenes se mantendrán en orden para permitir la rotación de existencias.

• **5.2 Preparación de materias primas y productos intermedios.**

- Los alimentos se descongelaran de una forma lenta.
- Los alimentos previamente congelados no se volverán a congelar.
- Se evitará toda posibilidad de contaminación cruzada durante la manipulación.
- Los productos intermedios se almacenaran a la temperatura especificada para cada uno de ellos y nunca se dejaran a temperatura ambiente durante largos periodos de tiempo.

• **5.3 Cocinado de los alimentos.**

- Los alimentos se cocinaran respetando los tiempos y temperaturas de cocinado.
- Los restos de comida serán eliminados utilizando recipientes adecuados para tal tarea como son cubos de pedal con tapadera.

• **5.4 Almacenamiento de platos preparados.**

- Siempre se comprobarán las temperaturas de almacenamiento.
- El almacenamiento de platos preparados se hará en recipientes cerrados para evitar contaminaciones posteriores.
- Los platos cocinados se almacenaran aparte de materias primas crudas.

• **5.5 Regeneración de alimentos cocinados.**

- Los alimentos serán descongelados lentamente.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 16 – MARZO DE 2009

- Los alimentos regenerados se consumirán en el día.
- Los restos de alimentos regenerados se eliminarán el mismo día
- **5.6 Emplatado y servicio.**
 - Los alimentos se consumirán enseguida.
 - Las comidas en exposición se mantendrán a temperatura caliente o refrigerada según proceda.
 - Se mantendrá una extrema higiene personal de los útiles y de las instalaciones.

6º. BIBLIOGRAFIA.

- Enrique Cano. Cocina y Actividades. Editorial: McGraw-Hill

Autoría

- Nombre y Apellidos: Miguel Ángel Gil Sánchez
- Centro, localidad, provincia: IES Hurtado de Mendoza, Granada, Granada.
- E-mail: migueoscar41@hotmail.com