

# Programa de Capacitación sobre Seguridad para Supervisores de Restaurantes

## ¡Bienvenido/a al Programa de Capacitación sobre Seguridad para Supervisores de Restaurantes!

Los materiales de este paquete le ayudarán a capacitar a sus empleados para aumentar la seguridad en su restaurante. Algunos de los materiales son para usted y otros son para sus empleados. No tenga reparo en usarlos como a usted le parezca mejor. ¡Sea creativo/a y diviértase!

## POR QUÉ USAR ESTE PROGRAMA

Los costos de atención médica a través del programa de compensación del trabajador son más altos para los empleadores en California que en la mayoría de los demás estados. Además, California tiene una de las tarifas de primas de compensación del trabajador más altas. Las lesiones y enfermedades laborales también causan que se pierdan días de trabajo y productividad. La mejor manera de reducir costos, retener empleos y mantener una fuerza laboral productiva es disminuyendo las lesiones.

Una de las mejores estrategias para prevenir las lesiones y enfermedades laborales es la capacitación periódica de los empleados sobre salud y seguridad. La capacitación regular les enseña a los empleados a evitar peligros, mantiene abierta la comunicación entre usted y sus empleados sobre peligros que tal vez usted desconozca, y le indica a los empleados que usted desea promover reglas y prácticas de seguridad acertadas en su restaurante.

Este breve programa de capacitación está diseñado para ayudarle a trabajar con su personal para crear un plan de salud y seguridad sencillo y creativo para su restaurante. Esta capacitación también puede ayudarle a satisfacer algunos de los requisitos del Programa de Prevención de Lesiones y Enfermedades de Cal/OSHA (*Cal/OSHA Injury and Illness Prevention Program*). Además de la capacitación, parte de su plan debe consistir en tener reuniones regulares sobre seguridad para hablar de los peligros en su restaurante y generar ideas para corregirlos.

Lo animamos a que use este nuevo programa de capacitación para mejorar la salud y la seguridad de sus empleados, aumentar la productividad y reducir los costos de compensación del trabajador. Un programa parecido a éste, usado en restaurantes en el estado de Washington, dio como resultado una disminución del 20% en lesiones y enfermedades laborales en todo el estado, en dos años.

## MATERIALES ADJUNTOS:

- **Guía de capacitación sobre seguridad en los restaurantes**

Una guía para llevar a cabo un curso práctico de salud y seguridad de una hora o varias reuniones de seguridad con sus empleados. Incluye las Hojas N° 1 – 3 para los participantes.

- **Hojas de consejos de seguridad**

Estas hojas están diseñadas para que los empleados las usen como parte de la actividad de Capacitación sobre Seguridad en los Restaurantes. Sin embargo, los gerentes o supervisores también las pueden usar para identificar nuevas medidas de protección que pueden adoptar o puntos que deben recalcar durante la capacitación de los empleados.

—*Evite las quemaduras con cosas calientes*

—*Evite las cortaduras con cosas filosas*

—*Evite las lesiones por resbalones y caídas*

—*Evite las lesiones causadas por los peligros ergonómicos*

—*Evite que haya heridos en los robos o los asaltos*

—*Haga planes para las emergencias en el trabajo*

—*Qué hacer cuando ocurren lesiones en el trabajo*

- **Lista de verificación de orientación de seguridad**

Este formulario se puede usar para los nuevos empleados, pero también para hacer repasos con los empleados actuales o al comenzar un nuevo procedimiento o proceso.

- **Ejemplo de reglas de calzado**

Los resbalones y caídas son una de las causas principales de lesiones en los restaurantes. Los empleadores pueden reducir mucho la posibilidad de esas lesiones si tienen reglas de calzado y hacen que se cumplan.

- **Más seguridad para los jóvenes en el trabajo**

Esta hoja de datos contiene información importante sobre la salud, la seguridad y las leyes del trabajo de menores. También contiene consejos para capacitar y supervisar a los empleados jóvenes.

- **Trabajos en restaurantes para los jóvenes de 14 a 17 años**

Esta hoja de datos da un resumen de los tipos de trabajo que están prohibidos para los jóvenes menores de 18 años, según la leyes laborales federales y de California.

- **Pegatinas que dicen “Rated R”**

Puede poner estas pegatinas en cualquier tipo de maquinaria que los jóvenes menores de 18 años tengan prohibido usar. Algunos ejemplos son las rebanadoras de carne, los montacargas de horquilla, las herramientas eléctricas, etc. (“Rated R” viene del sistema de clasificación de las películas; la R es de “Restricted” o prohibido para menores de 18 años). Usted mismo puede imprimir las pegatinas o puede pedir más copias llamando al (360) 902-5316.

# Lista de verificación de orientación de seguridad para empleados de restaurantes

**Instrucciones:** Todos los empleados deben recibir orientación en materia de seguridad antes de que empiecen a trabajar. Por favor marque cada punto que se trató durante la orientación.

Al empleado (nombre) \_\_\_\_\_ :

- se le dio información sobre los elementos del programa escrito de seguridad de la compañía.
- se le informó acerca de las reuniones regulares del personal sobre seguridad.
- se le dijo que debe reportar todas las lesiones de inmediato y se le enseñó cómo hacerlo.
- se le dijo que debe reportar todos los peligros a su supervisor/a de inmediato y se le enseñó cómo hacerlo.
- se le informó acerca de los siguientes peligros de la maquinaria y, si es menor de 18 años, se le indicó cuáles tareas tiene prohibidas.

\_\_\_\_\_

- se le informó sobre todos los demás peligros (sustancias químicas, escaleras, pisos resbalosos, etc.) y las formas de protegerse.
- se le enseñó dónde están los materiales de primeros auxilios y con quién/es comunicarse para obtener primeros auxilios.
- se le dijo qué hacer en cualquier emergencia que pueda ocurrir.
- se le enseñó cómo usar un extinguidor de incendios.
- se le dio información y capacitación sobre peligros químicos, de conformidad con los requisitos de capacitación en Comunicación de Riesgos de Cal/OSHA. Entre otras cosas, se le enseñó lo que es una hoja de información de seguridad de materiales (conocida como *MSDS*, por la sigla de su nombre en inglés), cómo leer una etiqueta y cuáles precauciones tomar.
- se le dio capacitación en los métodos seguros para hacer el trabajo específico que se le asignó. Por ejemplo, se le dio capacitación sobre todos los peligros relacionados con ese trabajo, como la forma correcta de levantar cargas; el uso de cuchillos, parrillas y freidoras; la limpieza de derrames; etc.

Trabajo inicial que se le asignó:

Capacitación formal inicial que se le dio:

Fecha: \_\_\_\_\_ Supervisor/a: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Empleado/a: \_\_\_\_\_

# Ejemplo de reglas de calzado para la seguridad en restaurantes

## PARA EVITAR RESBALONES Y CAÍDAS:

- Use zapatos con buenas suelas antideslizantes.
- Apriete y amarre bien las agujetas de los zapatos.
- No use suelas lisas o de cuero.
- No use calzado que no le cubra los dedos.
- No use zapatos de plataforma o de tacón alto.
- No use zapatos de vestir.
- El calzado no debe ser de tela porosa, como lona.

## RECURSOS

Algunos fabricantes de calzado tienen productos con suelas antideslizantes y también ofrecen arreglos especiales para venta a empleadores. La siguiente no es una lista completa de fabricantes y nosotros no respaldamos sus productos. Consulte también las páginas amarillas de su directorio telefónico. Vea “*Safety Equipment and Clothing*” (equipo y ropa de seguridad).

Iron Age Shoes: [www.ironageshoes.com](http://www.ironageshoes.com)

Shoes for Crews: [www.shoesforcrews.com](http://www.shoesforcrews.com)

# Trabajos en restaurantes para los jóvenes de 14 a 17 años: Cuáles están permitidos y cuáles no

## Jóvenes de 16 y 17 años

Los jóvenes de 16 y 17 años pueden hacer la mayoría de los trabajos de los restaurantes, pero tienen **prohibido** hacer los siguientes tipos de trabajos peligrosos:

- **Trabajar con máquinas eléctricas de elaboración de carnes.**

Ejemplos de esas máquinas son las rebanadoras, sierras, molinos, picadoras o máquinas para moldear hamburguesas y otras carnes. Los empleados menores de 18 años no deben operar, alimentar, armar, ajustar, reparar o limpiar esas máquinas.

- **Trabajar con batidoras comerciales y ciertas máquinas eléctricas de panadería o pastelería.**

Los empleados menores de 18 años no deben operar, alimentar, armar, ajustar, reparar o limpiar esas máquinas.

- **Conducir.**

Por lo general, ningún empleado menor de 18 años debe conducir en el trabajo ni debe trabajar como ayudante afuera de un vehículo motorizado en una vía pública. No obstante, los jóvenes de 17 años que llenan ciertos requisitos específicos pueden manejar en situaciones muy limitadas. Está prohibido que esos jóvenes hagan repartos en plazos de tiempo limitados (por ejemplo, repartos de pizzas u otros viajes que tengan que hacerse rápidamente). También está prohibido que manejen de noche.

Vea la Hoja de datos No. 34 del Departamento de Trabajo:

[www.dol.gov/esa/regs/compliance/whd/shdfs34.htm](http://www.dol.gov/esa/regs/compliance/whd/shdfs34.htm)

### Sin embargo:

- **No** está prohibido que cocinen en parrillas o freidoras.
- **No** está prohibido que usen cuchillos manuales (no eléctricos).
- **No** está prohibido que hagan ventas a automovilistas desde una ventanilla.

## Jóvenes de 14 y 15 años

---

Los jóvenes de 14 y 15 años pueden trabajar en restaurantes y establecimientos de comida rápida, pero sólo en ciertos trabajos:

- **Pueden** hacer trabajo de cocina y otras tareas necesarias para preparar alimentos y bebidas, como operar máquinas lavaplatos, tostadores, licuadoras de malteadas, molinos de café, etc.
- **Pueden** ser cajeros, atender o recoger mesas y hacer trabajo de limpieza con aspiradoras y enceradoras de pisos.
- **Pueden** hacer ciertas tareas que implican cocinar en parrillas eléctricas o de gas, siempre y cuando no se trate de cocinar a fuego abierto. También pueden cocinar con las freidoras que automáticamente meten y sacan las canastas del aceite o la grasa caliente. No deben operar asadores “*NIECO*”, rostizadores, ollas de presión o “*fryolators*”.
- **Pueden** servir alimentos de los mostradores y mesas de vapor de una cafetería y calentar alimentos en hornos de microondas que no tengan capacidad para calentar los alimentos a más de 140° F.
- **Pueden** limpiar las superficies de la cocina y el equipo de cocina manual (no eléctrico). También pueden filtrar, transportar y botar el aceite de cocina, pero sólo cuando la temperatura de la superficie y del aceite no sobrepase de 100° F.
- **No deben** hacer actividades de panadería o pastelería.
- **No deben** operar podadoras ni cortadores motorizados.
- **No deben** trabajar en frigoríficos de carne ni congeladores.
- Además, **no deben** hacer ninguno de los trabajos prohibidos para los jóvenes de 16 y 17 años, ya mencionados.

Vea la hoja de datos adjunta, *Información para los Empleadores: Más seguridad para los jóvenes en el trabajo*. Contiene información importante sobre los permisos de trabajo y las horas en que los jóvenes pueden trabajar.