



**Traballa En Orde: Guía De Implantación
De Hábitos Saudables De Orde E Limpeza
No Posto De Traballo**



ASOCIACION
PROVINCIAL
EMPRESARIOS
HOSTELERIA
LUGO



XUNTA
DE GALICIA



PARA
COMER,
LUGO

Presentación

A “Guía de Implantación de Hábitos Saudables de Orde e Limpeza no Posto de Traballo”, elaborada pola Asociación Provincial de Empresarios de Hostelería de Lugo, coa colaboración da Concellería de Traballo e Benestar da Xunta de Galicia, ten como obxectivo principal o de ofrecer ó profesional de hostalería unha serie de pautas básicas que contribúan en gran medida a evitar riscos innecesarios ocasionados en moitos casos pola falta de organización, hixiene e a presión do ritmo de traballo no noso sector.

Na casa ou no traballo, nas actividades laborais ou de tempo libre, con frecuencia colleccionamos elementos, ferramentas, caixas con produtos, útiles, papeis, libros, etc. Asumimos que nos farán falla nun futuro próximo cando a realidade é que dificultan a nosa labor, ou poden conlevar riscos innecesarios no desempeño laboral, que intentaremos prever coa utilización de esta guía.



Un Método Práctico Para Organizar E Facer Mais Seguro O Noso Traballo

Para elaborar esta guía de implantación de hábitos saudables de orde e hixiene no posto de traballo basémonos nun método práctico e orixinal que pretende organizar certos procedementos e rutinas no noso traballo co obxectivo de facelo mais seguro.

O MÉTODO DAS CINCO ESES (5S) é unha técnica de xestión xaponesa baseada en principios de sinxela comprensión, onde as palabras en xaponés comezan todas por S. Cada unha de estas palabras representa unha mellora nas condicións e organización do traballo.



Eliminar

**Retira da área de traballo aqueles
elementos non necesarios**



Para organizar un espazo de traballo, o mais importante é eliminar todo aquilo que non sexa necesario ou non teña o seu sitio definido. As frecuentes caídas ou golpes nas barras e cociñas dos establecementos hostaleiros son provocados por encontrarnos con obxectos inesperados e innecesarios no noso entorno de traballo.

RECOMENDACIÓNS:

- ✓ Elimínase todo o que se usa menos dunha vez ó ano.
- ✓ Do restante, todo o que se utilice unha vez o mes, gárdase no almacén .
- ✓ Do restante, todo o que se utiliza unha vez a semana, gárdase nun armario .

- ✓ Todo o que se utiliza unha vez ó día, gárdase nunha estantería ou caixón.
- ✓ Do restante, todo o que se usa menos dunha vez por hora está no posto de traballo.
- ✓ Por último, o que se usa ó menos unha vez a hora, lévase encima ou tense controlado visualmente.

O primeiro paso é saber renunciar ó que non necesitamos.

Clasificar

**Gardar as cousas no seu sitio
para atopalas de forma sinxela**



Esta etapa consiste en clasificar os diferentes elementos necesarios para o desenvolvemento diario do traballo. De este xeito, evítanse algúns dos accidentes máis graves que se producen na hostalería como son os cortes que provocan os coitelos ou ferramentas abandonadas, ou que non están no seu sitio.

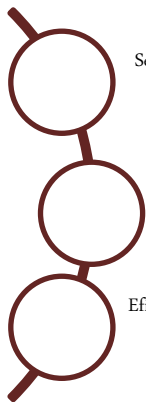
Para clasificar se poden usar diferentes métodos pero cun mesmo obxectivo prioritario: un lugar para cada obxecto, e ter cada obxecto no seu lugar.



Clasificar, (Seiton para a cultura xaponesa) é organizar o espazo de traballo con obxecto de evitar tanto as perdas de tempo para a busca de obxectos como de prevención de todo tipo de riscos innecesarios.

Para isto debemos organizar o entorno de traballo, definindo as regras de clasificación e organizando os distintos espazos cos que contamos para gardar os obxectos: caixóns, estanterías, armarios, cámaras e almacéns.

Para clasificar o entorno de traballo temos que aplicar criterios de:



Seguridade: que non se poidan caer, nin mover, e que non estorben.

Calidade: que non se oxiden, golpeen, e que non se poidan mesturar.

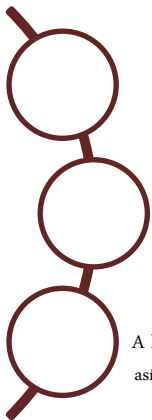
Eficacia: minimizar o tempo que temos que dedicar a súa localización e desplazamento.

Limpar

Evitar a Suciedade



No noso sector, a limpeza é fundamental para evitar accidentes no posto de traballo, mais da metade de estes os provocan os resbalóns de manchas de graxa ou os chans húmidos. A limpeza resulta moito mais sinxela cando tiramos o que non necesitamos no lugar de traballo e todo está organizado e colocado onde corresponde.



Limpa o lugar de traballo e prevén a suciedade e o desorde.

Elimina o po e a suciedade dos elementos do entorno de traballo, é fundamental para o bo funcionamento dos establecementos hostaleiros.

A limpeza permite o bo funcionamento dos equipos e maquinaria, así como asegura a calidade do xénero e dos produtos elaborados.



TERCEIRO PASO: SEISO

Establecer Pautas

Creación de rutinas de limpieza



A importancia de este paso radica na creación e especialmente no mantemento diario de hábitos de orde e limpeza que permitan conservar o entorno de traballo en perfectas condicións.



Agora que xa temos o noso entorno de traballo en orde e limpo debemos traballar para que esta actividade se converta nun hábito diario. Se non mantemos unhas costumes e normas en canto a cómo traballar todos os días mantendo o orde e a limpeza, o noso posto de traballo volverá pronto a estar sucio e desordeado outra vez.

Este paso supón conseguir que a limpeza e o orde sexa algo constante no noso día a día. A incorporación de estas rutinas mellora o bo mantemento dos utensilios e maquinaria de traballo evitando os perigosos erros no seu funcionamento e axuda tamén a prever os accidentes provocados polo seu uso inadecuado.

Para conseguir isto é necesario que:

1. Cada persoa coñeza cáles son as normas mínimas de orde e limpeza que deben seguirse.
2. Definir claramente qué persoas, pola súa experiencia, están preparadas para utilizar as diferentes maquinarias e utensilios.
3. Empresarios e encargados deberán por os medios e facilitar os recursos para que os pasos anteriores sexan algo sinxelo e constante no noso traballo diario.

Verificar



Controlar os hábitos e normas establecidas

Asegúrate que estas accións non se quedan en boas intencións, senón en condutas que realmente se levan a cabo a longo prazo.

O mellor método non ten validez se non existe un seguimento e control das rutinas e normas establecidas.

Debe existir un compromiso e un respecto das normas, todos somos responsables de conseguir un nivel de seguridade adecuado para todos.



Deberá existir un cumprimento estrito das normas implantadas para fomentar o orde e a limpeza, debendo controlar de forma habitual para asegurarnos que vamos polo bon camiño. Calquera momento pode aproveitarse para comprobar que se cumpren as normas establecidas.

A forma mais eficaz para garantir o control das rutinas e normas de actuación é integralas no organigrama de responsabilidades da empresa que incluírá o reparto das funcións sobre limpeza e organización a desenvolver en cada posto de traballo.

O esforzo por comprobar que se traballa conforme o acordado asegurará que o orde e a limpeza sexa algo habitual no noso entorno de traballo.

Recomendacións Finais



A limpeza non só permite usar os equipos de traballo dun modo mais seguro ó conservalos en mellores condicións de uso; tamén evita resbalóns e caídas. Ademais, un lugar de traballo limpo nos permite identificar sinxelamente calquera problema que se produza.



Se creamos os nosos hábitos e facemos as actividades sempre do mesmo xeito, evitaremos os accidentes provocados por encontrarnos as cousas fora de lugar. Facer o noso traballo de acordo a unhas normas establecidas non só aporta calidade ó servizo ó cliente senón que contribúe a crear un entorno de traballo mais seguro.



Afortunadamente, os riscos laborais na hostalería son menores e os accidentes mortais son escasísimos; sen embargo, os incidentes menores (golpes, torceduras, etc.) xunto cos nervos e o estrés son moi frecuentes entre os traballadores de hostalería. Se repasamos esta guía, darémonos conta enseguida de que a mala organización dificulta e entorpece o noso traballo e produce tensións e, ademais, é a responsable da maioría de accidentes.



EDITA:

**ASOCIACIÓN PROVINCIAL DE
EMPRESARIOS
DE HOSTELERIA Y TURISMO DE LUGO (APEHL)**

R/Ramón Montenegro, 15- entlo.
27002 Lugo

Delegación Zona Sur

R/Zapaterías s/n
Torreón da Cárcere Vella
27400 Monforte de Lemos

AUTOR: FUNDACIÓN EQUIPO HUMANO.
Dirección: David López Bao

**ASOCIACIÓN PROVINCIAL DE
EMPRESARIOS
DE HOSTELERIA Y TURISMO DE LUGO
(APEHL)**

COORDINACIÓN:

María Castro Núñez

DEPÓSITO LEGAL: LU 152-2014



CO FINANCIAMENTO DE:

