



Guía Orientativa en materia de requisitos e obrigas legais en Prevención de Riscos Laborais no sector da hostalería

Índice

2 pag 1 Requirimentos e obrigas legais en Materia de P.R.L.

- 1.1 Conceptos Básicos.
- 1.2 Prevención de Riscos Laborais.
- 1.3 Equipos de Protección Individual
- 1.4 Sinalización

7 pag 2 Metodoloxía para a avaliación e valoración de Riscos Laborais no sector de hostalería

- 2.1. Método de valoración de Riscos laborais no sector de Hostalería
- 2.2. Plan de Control de Riscos

10 pag 3. Normas de Actuación en Caso de Emerxencias

- 3.1. Actuación en caso de accidente
- 3.2. Hemorragias e Feridas
- 3.3. Queimaduras e Desmaios

14 pag 4. Riscos Laborais Emerxentes: Os riscos Psicosociais





1

Requerimentos e obrigas legais





1.1 CONCEPTOS BÁSICOS

OBRIGAS XERAIS DO EMPRESARIO

- ✚ Garantir a seguridade e saúde dos traballadores ó seu servizo en todos os aspectos.
- ✚ Desenvolver unha acción permanente de seguimento da actividade preventiva.
- ✚ Adoptar cantas medidas sexan necesarias para a protección da seguridade e saúde dos traballadores.



OBRIGAS XERAIS DO TRABALLADOR

- ✚ Cooperar co empresario para que este poida garantir unhas condicións de traballo que non entrañen riscos para a seguridade e saúde dos traballadores.
- ✚ Velar pola súa seguridade e saúde no traballo.
- ✚ Usar correctamente os medios e equipos de protección facilitados polo empresario, solicitando a súa reposición en caso de deterioro.
- ✚ Usar adecuadamente máquinas, aparatos, ferramentas, sustancias perigosas, etc.
- ✚ Non por fora de funcionamento e utilizar correctamente os dispositivos de seguridade existentes nos medios relacionados coa súa actividade ou en lugares de traballo nos que esta teña lugar.





1.2 PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS

En cumprimento da lexislación vixente e como mostra da súa implicación activa coa política de prevención, **os establecementos hostaleiros** deben elaborar e conservar a disposición da autoridade laboral, a seguinte documentación:

- a) Documento de avaliación e planificación da actividade preventiva.
- b) Medidas de protección a adoptar e o material de protección que deba utilizarse.
- c) Práctica dos controis do estado da saúde (recoñecementos médicos, informe do facultativo). Estes controis só poderán levarse a cabo cando o traballador preste o seu consentimento.
- d) Relación de accidentes de traballo e enfermidades profesionais que causen ó traballador unha incapacidade laboral superior a un día de traballo.

Hai que recordar que **un risco non detectado a tempo, pode xerar un custe máis elevado si se produce un accidente.**





1.3 Equipos de Protección Individual

Definición de E.P.I.

Equipo destinado a ser levado ou suxeito polo traballador para que lle protexa dun ou varios riscos que poidan ameazar a súa seguridade ou a súa saúde, así como calquera complemento ou accesorio destinado a tal fin. Se exclúe da seguinte definición a roupa de traballo corrente e uniformes que non estean especificamente destinados a protexer a saúde ou a integridade física do traballador.



O empresario debe:

Determinar os postos de traballo nos que deba recorrerse á protección individual dos traballadores e en cada posto, os riscos laborais, partes do corpo a protexer e tipo de EPI.

Proporcionar gratuitamente os EPI que deban utilizar, repoñéndoos cando sexa necesario.

Velar pola correcta utilización dos EPI.

Asegurar un adecuado mantemento dos EPI.

O traballador debe:

Utilizar e coidar correctamente os EPI.

Colocar o EPI despois da súa utilización no lugar indicado para elo.

Informar ó seu inmediato superior de calquera defecto ou anomalía detectada na utilización dun EPI.



1.4 Sinalización

DISPOSICIÓN MÍNIMAS

1. Riscos, prohibicións e obrigas

A sinalización dirixida a advertir aos traballadores da presenza dun risco, ou a recordarlles a existencia dunha prohibición ou obriga, se realizará mediante sinais en forma de panel.

2. Riscos de caídas, choques e golpes

A delimitación de aquelas zonas dos locais de traballo ás que o traballador teña acceso con ocasión de este, nas que se presenten riscos de caída de persoas, caída de obxectos, choques ou golpes, se realizará mediante un cor de seguridade.



A sinalización por cor referida nos dous apartados anteriores se efectuará mediante franxas alternas amarelas e negras. As franxas deberán ter unha inclinación aproximada de 45º e ser de dimensións similares de acordo co seguinte modelo.

3. Vías de circulación

Cando sexa necesario para a protección dos traballadores, as vías de circulación de vehículos deberán estar delimitadas con claridade mediante franxas continuas dun cor ben visible, preferentemente branco ou amarelo, tendo en conta o cor do solo. A delimitación deberá respectar as necesarias distancias de seguridade entre vehículos e obxectos próximos, e entre peatóns e vehículos.

4. Equipos de protección contra incendios

Os equipos de protección contra incendios deberán ser de cor vermello, de forma que se poidan identificar polo seu cor propio.



2

Metodoloxía de Avaliación e Valoración de Riscos





2.1. Método de Avaliación e Valoración de Riscos Laborais no sector da hostalería

GRAVIDADE DO RISCO

FRECUENCIA DO RISCO

Lixeiramente Dañino

- Cortes e magulladuras pequenas.
- Irritación dos ollos por pó.
- Dor de Cabeza.

Dañino

- Cortes e queimaduras.
- Conmocións.
- Torceduras.
- Fracturas Menores.
- Sordera

Extremadamente Dañino

- Amputacións.
- Fracturas Maiores.
- Intoxicacións.
- Lesións Múltiples.

Baixa

- É moi raro que se produza o dano.

Media

- O dano ocorrerá nalgunhas ocasións.

Alta

- Sempre que se produza esta situación, o mais probable é que se produza o dano.



2.2. Plan de Control de Riscos

RISCO	¿Débense tomar novas accións preventivas?	¿ Cando hai que realizar as accións preventivas?
TRIVIAL	Non se require acción específica.	
TOLERABLE	Non se necesita mellorar a acción preventiva. Débense considerar situacións mais rentables ou melloras que non supoñan unha carga económica importante.	
MODERADO	Débense facer esforzos para reducir o risco, considerando a inversión. Cando se asocie a consecuencias moi dañinas se deberá precisar a probabilidade.	Fixe un período de tempo para implantar as medidas que reduzan o risco.
IMPORTANTE	Pode que se precisen recursos considerables para controlar o risco.	Débense tomar medidas para reducir o risco nun tempo inferior ao moderado. Non comezar o traballo ata reduci-lo.
INTOLERABLE	Debe prohibirse o traballo e se é posible reducir o risco.	Inmediatamente: Non debe comezar nin continuar o traballo ata que se reduza o risco



XUNTA
DE GALICIA

3 Normas de Actuación en caso de Emerxencia





3.1 Actuación en caso de accidente

Recomendacións

PROTEXER

AVISAR

SOCORRER

RECOÑECIMENTO DE
SIGNOS VITAIS

CONSCIENCIA,
RESPIRACIÓN E PULSO



Protege

Antes de actuar, temos de ter a seguridade de que tanto o accidentado como nosotres mesmos estamos fora de todo perigo.



Avisa

Avisar a los servicios sanitarios (médico, ambulancia, etc.) de la existencia del accidente, para después empezar a socorrer.



Socorre

Actuar sobre el accidentado, reconociendo primero sus signos vitales por el siguiente orden: conciencia, respiración y pulso.



HEMORRAXIAS

- Aplicar gasas ou panos limpos sobre o punto sangrante.
- Se non cede, engadir mais gasa enriba da anterior e facer mais compresión.
- Apretar cos dedos por riba da arteria sangrante.
- Traslado ó centro médico.



FERIDAS

- Non manipular a ferida.
- Lavala con auga e xabón.
- Non usar pomadas.
- Traslado ó centro médico.





QUEIMADURAS

- Auga abundante sobre a zona queimada un mínimo de 15 minutos.
- Quitar roupa, aneles, pulseiras, etc, impregnadas por líquidos quentes.
- Non usar Pomadas.
- Cubrir con gasa estéril.
- Traslado ó centro médico.



DESMAIOS

- Colocar tumbado coa cabeza mais baixa que o resto do corpo.





4 Riscos Laborais Emerxentes: Os riscos Psicosociais





4.1 Estrés Laboral

RECOMENDACIÓNS

- **Actuacións de xestión e comunicación:** aclarar os obxectivos da empresa e o papel de cada traballador; asegurar unha boa adecuación entre o nivel de responsabilidade e de control sobre o traballo, mellorar organización, procesos, condicións e entorno.
- **Formar á dirección e ós traballadores** co fin de chamar á atención acerca dos riscos psicosociais e a súa comprensión, as súas posibles causas e o xeito de facerlles fronte ou adaptarse ó cambio.
- **A información e a consulta** dos traballadores.
- **Fixar como principio xeral da empresa o compromiso de “tolerancia 0”**, xerando unha cultura de empresa asentada nese valor de respecto e recoñecemento do outro.
- **Definir unha política de actuación** centrada na formación específica da dirección - traballadores para identificar e evitar calquera mal trato, capacitándoos para solucionar estes problemas.





4.2 Síndrome do Queimado ou Burnout

Rasgos

- A persoa sente que ten unha baixa realización persoal no traballo, pola imposibilidade de por en práctica os seus coñecementos.

- Se sente cun especial cansancio ou esgotamento emocional ante esta situación, de modo que a súa resistencia vaise consumindo e se esgota a súa capacidade de entrega aos demais.

- A resposta ante este problema ou “conflito” é a despersonalización, é dicir, a aparición duns sentimentos e actitudes negativas e cínicas cara os suxeitos cos que traballa.



FINANCIADO POR



**XUNTA
DE GALICIA**

