

FACULTAD DE MEDICINA
UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ



TRABAJO FIN DE MÁSTER

**Título: “Evaluación de Riesgos Laborales y
Planificación en restauración”**

Alumno (Apellidos, nombre): FERNÁNDEZ SÁNCHEZ, FRANCISCA

Tutor (Apellidos, nombre): SEMPERE LÓPEZ, VICENTE BLAS

**Master Universitario en PREVENCIÓN DE RIESGOS
LABORALES**

Curso: 2023-2024



Información adicional:

- En caso de que la presente actividad se desarrolle total o parcialmente en otras instituciones es responsabilidad del investigador principal solicitar cuantas autorizaciones sean pertinentes, de manera que se garantice, al menos, que los responsables de las mismas están informados.
- Le recordamos que durante la realización de este trabajo debe cumplir con las exigencias en materia de prevención de riesgos laborales. En concreto: las recogidas en el plan de prevención de la UMH y en las planificaciones preventivas de las unidades en las que se integra la investigación. Igualmente, debe promover la realización de reconocimientos médicos periódicos entre su personal; cumplir con los procedimientos sobre coordinación de actividades empresariales en el caso de que trabaje en el centro de trabajo de otra empresa o que personal de otra empresa se desplace a las instalaciones de la UMH; y atender a las obligaciones formativas del personal en materia de prevención de riesgos laborales. Le indicamos que tiene a su disposición al Servicio de Prevención de la UMH para asesorarle en esta materia.

La información descriptiva básica del presente trabajo será incorporada al repositorio público de Trabajos fin de Grado y Trabajos Fin de Máster autorizados por la Oficina de Investigación Responsable de la Universidad Miguel Hernández. También se puede acceder a través de <https://oir.umh.es/solicitud-de-evaluacion/tfg-tfm/>





INFORME DEL DIRECTOR DEL TRABAJO FIN MASTER DEL MASTER UNIVERSITARIO EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

D Vicente Sempere López, Tutor del Trabajo Fin de Máster, titulado “Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en restauración”, realizado por la estudiante Dña. Francisca Fernández Sánchez,

hace constar que el TFM ha sido realizado bajo mi supervisión y reúne los requisitos para ser evaluado.

Fecha de la autorización: 8/7/2024

Firmado por Vicente Blas Sempere López, el
08/07/2024 14:16:48



Fdo.: Vicente Sempere López
Tutor TFM



MASTER UNIVERSITARIO EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES
Campus de Sant Joan - Carretera Alicante-Valencia Km. 87
03550 San Juan (Alicante) ESPAÑA Tfno: 965919525
Fax: 965919333 E-mail: meditrab@umh.es

RESUMEN

Este trabajo actual, elaborado como Proyecto Final de Máster dentro del programa de estudios del Máster Universitario en Prevención de Riesgos Laborales de la UMH, aborda de manera secuencial el proceso de evaluación de riesgos laborales y la planificación de la actividad preventiva, centrándose en un restaurante específico. Se aplican metodologías específicas de evaluación, tomando en cuenta las disciplinas preventivas, pero centrándonos en la disciplina de seguridad para analizar las condiciones de trabajo y los riesgos identificados en cada puesto.

Considerando la organización de los puestos de trabajo y la diversidad de actividades en el establecimiento, se examinan los factores que podrían afectar negativamente la seguridad y salud de los trabajadores, atendiendo a la naturaleza de las tareas asociadas a cada puesto. Se describen detalladamente las instalaciones, procesos, máquinas, medios de trabajo, así como los productos o materiales utilizados por los trabajadores para identificar adecuadamente los factores de riesgo.

Una vez identificados los peligros, se procede a evaluarlos, utilizando el método General de Evaluación de Riesgos del INSST para la disciplina de Seguridad en el Trabajo. En cuanto a la higiene industrial, solo entramos a enumerar ciertos estudios necesarios como puede ser el nivel de iluminación, estudio del ruido etc. Para la disciplina preventiva de Ergonomía y Psicosociología, particularmente en lo referente a la manipulación manual de cargas, se debería llevar a cabo una evaluación de riesgos siguiendo la Guía Técnica para la evaluación y prevención de riesgos en la Manipulación Manual de Cargas (RD 487/1997) publicada por el INSST.

Con base en los resultados obtenidos y su magnitud, se establece la planificación de la actividad preventiva, adaptando los plazos para la implementación de medidas preventivas, correctivas o de control, con el objetivo de eliminar o reducir los riesgos, todo ello en concordancia con los principios de acción preventiva.

PALABRAS CLAVE: EVALUACIÓN, PLANIFICACIÓN, REVISIÓN, SEGURIDAD, RESTAURACIÓN.

INDICE:

Resumen	4
1. Exposición de motivos	6
1.1 ¿Por qué este sector?	
1.2 ¿Qué se pretende con este trabajo?	
1.3 Objetivo académico para el alumno	
2. Metodología	8
3. Descripción de la actividad, sector, medios y estructura de la empresa	9
3.1 Descripción de la empresa	
3.2 Mapa organizativo	
3.3 Características y mapa físico	
3.4 Descripción de puestos y personal. Horarios	
3.5 Inventario de instalaciones, maquinaria y equipos	
4. Estudio de los puestos de trabajo, identificación y evaluación de riesgos	17
4.1 Disciplina de seguridad en el trabajo	
5. Medidas preventivas a adoptar	61
6. Planificación de la actividad preventiva	63
7. Conclusiones	67
8. Biografía, normativa, anexos	69

1. Exposición de motivos.

1.1. ¿POR QUÉ ESTE SECTOR?

En la región de Murcia, específicamente en Caravaca de la Cruz, se ubica el restaurante al que se destina este TFM, he decidido centrarme en mi entorno geográfico ya que es donde me muevo habitualmente. La zona del Noroeste de la Región de Murcia acoge tanto turismo rural, cultural y religioso y desempeña un papel significativo en el desarrollo socioeconómico de la comarca.

Después de las circunstancias asociadas a la pandemia que hemos vivido, los sectores de hostelería y restauración han experimentado un boom de consumo superior al que venía desarrollándose en la zona afectando considerablemente la actividad en el sector, especialmente el flujo turístico.

Cabe destacar que la ciudad de Caravaca es una de las cinco ciudades santas del mundo, junto a Jerusalén, Roma, Santiago de Compostela y Santo Toribio de Liébana. El Año Jubilar de Caravaca de la Cruz 2024, que ha celebrado su solemne apertura en la Basílica de la Vera Cruz, podría traer a la Región de Murcia un millón de peregrinos.

La reactivación de la actividad del restaurante se vuelve imperativa, buscando atraer a turistas culturales o religiosos mediante una ampliación de servicios que satisfagan las demandas de ocio del entorno. La razón principal de esta elección se vincula estrechamente con la población y el entorno de pertenencia, así como con la importancia de contribuir a la recuperación económica de la comarca.

1.2. ¿QUE SE PRETENDE CON ESTE TRABAJO?

En este mismo sentido, el objetivo principal de este TFM consiste en plasmar las condiciones de seguridad y salud necesarias para el ejercicio y desarrollo de las actividades vinculadas a la restauración. La prevención se asocia directamente con la calidad de prestación de servicios, convirtiéndose en una herramienta esencial para garantizar la calidad necesaria en la prestación de servicios.

1.3 OBJETIVO ACADEMICO PARA EL ALUMNO.

En relación con la aplicación de los conocimientos adquiridos durante el Máster, en concordancia con su objetivo académico, la elaboración de este trabajo posibilitará la implementación práctica y aplicada de todas las materias estudiadas a lo largo del proceso formativo, más detalladamente de la especialidad de seguridad. Se busca alcanzar un conocimiento directo en el uso y manejo de diversos métodos de evaluación de riesgos.

El propósito es establecer, en base a la gravedad de los resultados obtenidos, una gestión efectiva de los riesgos laborales. Esto se logrará mediante la propuesta de medidas de control, asegurando un seguimiento adecuado de su implementación y controlando la eficacia de las medidas de protección buscadas.



2. METODOLOGÍA

Las estrategias sugeridas para llevar a cabo la evaluación de riesgos laborales varían según la especialidad preventiva a la que se apliquen y están alineadas con el propósito de protección que se describirá detalladamente en este Trabajo de Fin de Máster. Estas se resumen de manera esquemática de la siguiente manera:

Disciplina Preventiva	Metodología Empleada	Objeto y Alcance
Seguridad en el Trabajo	Método General de Evaluación de Riesgos publicado por el INSST	Evaluar los riesgos laborales a los que está expuestos los trabajadores del restaurante y planificar la actividad preventiva
Higiene Industrial	Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición de los trabajadores al ruido publicada por el INSST. Estrés térmico, valoración del riesgo	Planteamos solo la necesidad de realizar este estudio del ruido ya que su desarrollo superaría el contenido de este TFM. Igualmente sería necesario estudio del riesgo de estrés térmico
Ergonomía y Psicología Aplicada	Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la Manipulación Manual de Cargas publicada por el INSST.	Planteamos solo la necesidad de realizar un estudio de manipulación de cargas, en especial el manejo de cajas de cerveza y el apilado en almacén a distinta altura.

Tabla 1 Metodologías de evaluación

3. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD, SECTOR, MEDIOS Y ESTRUCTURA DE LA EMPRESA.

3.1 DESCRIPCIÓN DE LA EMPRESA

Como bien indica el título de este TFM la empresa a estudio pertenece al sector de la restauración, concretamente se trata de una taberna ubicada en la Plaza Tuzla de Caravaca de la cruz, podemos decir que esta ubicación privilegiada le ha llevado a ser referente en el tapeo de Caravaqueños y turistas.

La empresa que ha sido gestionada desde sus inicios por la misma familia, aunque ha cambiado de gerencia en el último año sigue conservando sus trabajadores y su esencia.

En la mente de la nueva gerencia está el bienestar de sus trabajadores, con el fin de lograr los objetivos establecidos previamente, es necesario poseer un conocimiento detallado de los espacios dentro del establecimiento donde los trabajadores desempeñan sus funciones. De acuerdo con el proceso metodológico previamente establecido, se han delineado una serie de pasos o fases que deben seguirse secuencialmente para obtener el resultado deseado. En este sentido, es crucial comprender las condiciones laborales en las que los empleados del restaurante realizan sus tareas, según la definición conceptual de "condición de trabajo" en el artículo 4 de la LPRL, que aborda cualquier característica con potencial influencia en la generación de riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores.

En el marco de llevar a cabo una evaluación de riesgos laborales efectiva para los puestos de trabajo en el establecimiento, es imperativo conocer previamente las condiciones en las que el personal presta servicios, así como comprender las actividades y procesos de servicio específicos del restaurante. Es esencial tener en cuenta que el conjunto de procesos está intrínsecamente interconectado de principio a fin, basándose en la premisa de que el objetivo final de este conjunto de procesos es la satisfacción del cliente.

3.2 MAPA ORGANIZATIVO

Para lograr este objetivo, es crucial contar con una gestión y organización adecuadas, definiendo de manera precisa las actividades asociadas a cada puesto de trabajo y sus

respectivas responsabilidades. Estas se detallan en el mapa organizativo de los procesos de prestación de servicios que se presenta a continuación.

DIRECCIÓN – GERENCIA

Dirección y supervisión: Planificación y objetivos; control financiero, relaciones comerciales con proveedores y clientes, relaciones con la administración, compras, pagos y relaciones contractuales.

SERVICIO DE COCINA

Elaboración y distribución: organiza los pedidos necesarios y elabora los menús, organiza las comandas.

ATENCIÓN AL PÚBLICO

Recepción de clientes y atención directa: recepción, ubicación y toma de comanda; distribución de comandas, cierre de comandas, cobro y limpieza.

SERVICIOS EXTERNOS

Contratación, asesoría laboral y fiscal, calidad.

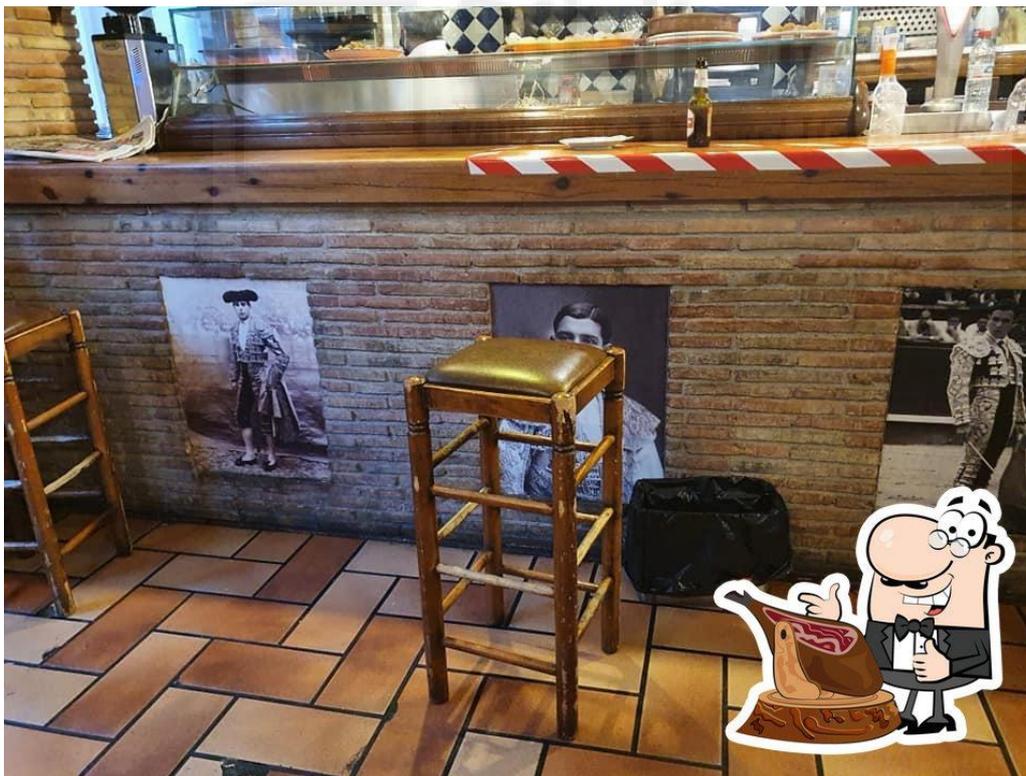
3.3 CARACTERÍSTICAS Y MAPA FISICO.

El cuanto a sus características en lo que a configuración de espacios se refiere, el restaurante está formado por una sola planta por encima de nivel de rasante, dividido en los siguientes espacios:

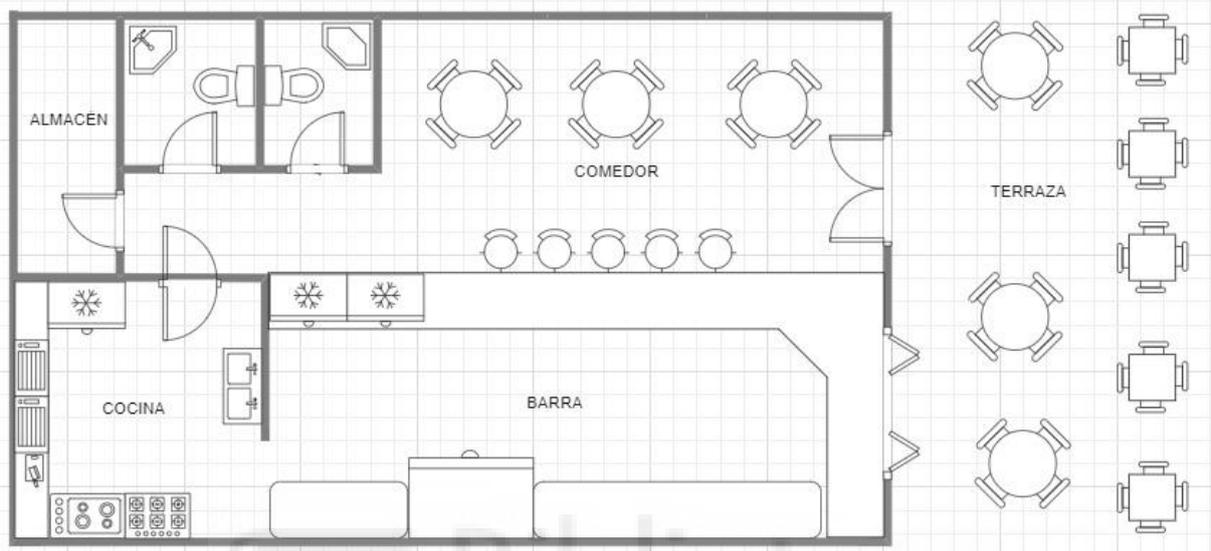
Zona - espacio	Instalación
— Exterior	<ul style="list-style-type: none"> • Terraza con mesas, sillas y sombrillas para capacidad total de 20 personas. • 3 mesas altas en forma de tonel con taburetes con capacidad para 12 personas
— Entrada Principal	<ul style="list-style-type: none"> • Barra de Bar. Con taburetes para 5 o 6 personas. • Tres mesas altas en forma de tonel y taburetes para 12 personas.
— Fondo izquierda	<ul style="list-style-type: none"> • Cocina con acceso a barra desde su interior para tránsito de camareros y despacho de comandas por el interior de la barra • Puerta de acceso exterior para descarga de mercancías y materiales de consumo.
— Fondo derecha	<ul style="list-style-type: none"> • Aseos caballeros y señora y espacio
— Otros	<ul style="list-style-type: none"> • Espacio destinado al almacenamiento de objetos diversos (vinoteca, refrigerador auxiliar, tronas para niños, stock...

Tabla 2 Descripción del restaurante

Fotos:



Plano de distribución:



Ubicación:



3.4 DESCRIPCIÓN DE PUESTOS Y PERSONAL. HORARIOS.

Puesto	Trabajadores	Espacio	Actividades asociadas al puesto
Gerente	1	General	<p>Dueño del establecimiento. Sus funciones son las relacionadas con las tareas de gestión administrativa y económicas, contratación y relaciones profesionales.</p> <p>Además de camarero extra en el interior de la barra.</p> <p>Cierra comandas y cobro de clientes.</p>
Cocinero	1	Cocina	<p>Elabora los platos de la carta, asume la responsabilidad de la conservación y calidad de los alimentos, así como el estado de conservación orden y limpieza de la cocina.</p>
Auxiliar de cocina	1	Cocina/Almacén	<p>Preparado de alimentos previo al cocinado, corta, pica, pela... recibe proveedores y organiza el stock de almacén. Ordena materiales en estantes y nevera.</p>
Camarero exterior	2	Exterior e interior	<p>Se encargan de tomar la comanda a los clientes tras acompañarlos a la mesa y trasladar el pedido a cocina, servir las mesas de comedor y atención a zona exterior. Limpieza y recogida de mesas</p>
Camarero barra	1	Interior de la barra	<p>Se encarga del servicio de barra, preparado de bebidas y distribución de comandas de la cocina a las mesas.</p> <p>En ausencia del gerente cierra las comandas y cobro a clientes.</p> <p>Limpieza y orden interior de barra. Reposición</p>

Tabla 3 Descripciones de puestos

Horario:

El establecimiento abre en horario de comidas y cenas:

De 11:00 a 16:00 y de 20:00 al cierre de martes a domingo.

Nº	Puesto de Trabajo	Horario	Observaciones
1	Gerente	No dispone de un horario establecido.	De acuerdo con la naturaleza de sus responsabilidades su actuación es dentro y fuera del propio restaurante.
1	Camarero de Barra	De 11:00 a 16:00 y de 20:00 a cierre	Libranzas son cubiertas por el gerente.
1	Cocinero	De 12:00 a 15:30 y de 20:30 a 23:30	Durante las horas de comida y cena.
1	Auxiliar de cocina	De 11:30 a 15:30 y de 20:00 a 00:00	Trabaja de manera coordinada con el cocinero sustituyendo en momentos puntuales.
2	Camarero exterior-interior.	De 11:00 a 16:00 y de 20:00 a 00:00	Rotan con los camareros entre ellos.

Tabla 4 Horarios de trabajo

3.5 INVENTARIO DE INSTALACIONES, MAQUINARIA Y EQUIPOS.

Según inventario facilitado por el Gerente, la taberna cuenta con los siguientes equipos y maquinaria.

Instalaciones	
Espacio Nº	Maquinaria, equipos.
Terraza	Zona exterior. Compuesto de 20 sillas y 5 mesas en terraza Exterior. Tres toneles y 12 taburetes. Estantería móvil para montaje de mesas: platos, cubiertos, vasos. Tres sombrillas de abanico.
Interior	Refrigerador auxiliar, botellero, trona de bebes, 3 mesas altas en forma de tonel con 12 taburetes. 6 taburetes barra.
Interior barra	Barra de bar, dispone de neveras de apertura de corredera tras mostrador, neveras de refrigeración en bajos de reserva de bebidas, botelleros de exposición y cafetera, así como mostradores de bollería para desayuno y pinchos o tapas tras vitrina acristalada de exposición a los clientes.
Cocina	Cocina. Arcón congelador, cámaras de conservación, herramientas de corte manuales y eléctricas, microondas, batidora, picadora, cajoneras de utensilios de cocina, estantes de almacenamiento de consumibles y alimentos envasados. dos freidoras, plancha y horno.
aseos	Aseos hombre - mujer completos.
Almacén	Almacén para cajas de cerveza y bebida en general.

Tabla 5 Maquinaria y equipos

4. ESTUDIO DE LOS PUESTOS DE TRABAJO, IDENTIFICACIÓN Y EVALIACIÓN DE RIESGOS.

4.1 Disciplina de seguridad en el trabajo.

Una vez que sabemos la relación de personal, los puestos de trabajo y la descripción del local, podemos realizar la identificación de los riesgos laborales a los que están expuestos los trabajadores mediante la aplicación del método de Evaluación General de Riesgos establecido por el INSHT, para llevar a cabo la evaluación de riesgos laborales en lo relativo a la disciplina de Seguridad en el Trabajo.

Para ello vamos a utilizar una ficha descriptiva de los puestos de Cocinero, Auxiliar de cocina y camarero.

4.1.1 Ficha descriptiva de los puestos de trabajo.

GERENTE

a.	Denominación del Puesto:	GERENTE
b.	Tareas Realizadas	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar pedidos • Trato con proveedores • Dirección • Organización general
c.	Equipos de trabajo utilizados.	<ul style="list-style-type: none"> • Equipos informáticos

Tabla 6 Ficha descriptiva puesto Gerente

COCINERO

a.	Denominación del Puesto:	COCINERO
b.	Tareas Realizadas	<ul style="list-style-type: none"> • Responsable de la organización de la cocina en el restaurante. • Distribución de los trabajos que se llevan a cabo en cocina. Organización de los productos. • Alerta sobre la necesidad de compras para la elaboración de la carta. • Control de la calidad de los productos empleados. Preparación de los platos.
c.	Equipos de trabajo utilizados.	<ul style="list-style-type: none"> • Fogones. • Campana extractora. • Congelador. • Zona de planchas y freidoras
d.	Materiales manipulados.	<ul style="list-style-type: none"> • Utensilios manuales de cocina (Cuchillos, pinzas, Cucharones...) • Fogones, nevera, campana extractora • Pequeños electrodomésticos (fiambreras, batidoras...) • Sartenes y tarteras de diferentes tamaños y formas. • Bandejas y platos, escurridores y utensilios varios de uso en cocina
e.	Productos químicos empleados.	Productos de limpieza

Tabla 7 Ficha descriptiva puesto cocinero

AUXILIAR DE COCINA

a.	Denominación del Puesto:	AUXILIAR DE COCINA
b.	Tareas Realizadas	<ul style="list-style-type: none"> • Preparación de ingredientes bajo control del cocinero • Reposición de materiales en almacén • Recepción de pedidos. • Control de existencia. • Limpieza y fregado de utensilios
c.	Equipos de trabajo utilizados.	<ul style="list-style-type: none"> • lavavajillas. • Nevera y arcón congelador. • Carretilla de almacenado. • cocina
d.	Materiales manipulados.	<ul style="list-style-type: none"> • Utensilios manuales de cocina (Cuchillos, pinzas, Cucharones...) • Pequeños electrodomésticos (batidora, cortadoras...) • Bandejas y platos, escurridores y utensilios varios de uso en cocina
e.	Productos químicos empleados.	Productos de limpieza.

Tabla 8 Ficha descriptiva puesto de auxiliar de cocina

CAMARERO

a.	Denominación del Puesto:	CAMARERO
b.	Tareas Realizadas	<ul style="list-style-type: none"> • Montar y desmontar mesas terraza e interior. • Limpieza zona mesas • Reponer bebida de arcones • Preparar manteles, cubiertos y platos. • Distribuir clientes, servicio de comanda, reparto de comanda y recogida.
c.	Equipos de trabajo utilizados.	<ul style="list-style-type: none"> • Carretilla de transporte • arcones
d.	Materiales manipulados.	<ul style="list-style-type: none"> • Menaje de restauración. • Bebidas • Utensilios de limpieza.
e.	Productos químicos empleados.	Productos de limpieza.

Tabla 9 Ficha descriptiva del puesto de camarero

4.1.2 Metodología.

Partiendo del objetivo de este trabajo, consistente en el desarrollo de la evaluación de riesgos laborales y planificación de la actividad preventiva de un restaurante dando servicio en el Año Jubilar de Caravaca de la Cruz, donde se esperan alcanzar el millón de peregrinos, hace necesario llevar a cabo **la evaluación inicial de riesgos** laborales de los puestos de trabajo, siendo esta una de las herramientas fundamentales del sistemas preventivo tal y como se establece en el artículo 2.3 del Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, en el cual se establece que *“los instrumentos esenciales para la gestión y aplicación del Plan de prevención de riesgos laborales son la evaluación de riesgos y la planificación de la actividad preventiva, que el empresario deberá realizar en la forma que se determina en el artículo 16 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales”* de tal manera que, en atención a los resultados obtenidos en la evaluación, poder estar en condiciones de establecer las medidas preventivas y controles adecuados para la gestión de los riesgos a

los que puede estar el trabajador.

La metodología de evaluación de riesgos seleccionada para llevar a cabo la evaluación de riesgos laborales en la disciplina preventiva de Seguridad en el Trabajo es:

El Método **General de Evaluación de riesgos propuesto por el INSST**, el cual, plantea una serie de fases secuenciales de desarrollo que son:

- **Análisis del riesgo.** - Que es mediante el cual se deberá identificar el peligro, se estima el riesgo y se valorará conjuntamente la probabilidad y las consecuencias de que el peligro se materialice.
- **Valoración del riesgo.** - Se trata de emitir un juicio sobre la tolerabilidad del riesgo en cuestión.

Es este juicio emitido sobre la tolerabilidad, en el que, si se desprende que el riesgo no es tolerable, hay que controlar el riesgo, de tal manera que, el proceso conjunto de Evaluación del riesgo y Control del riesgo se denomina Gestión del Riesgo. Si del resultado de la evaluación de riesgos se desprende que es necesario incorporar una serie de medidas preventivas, se deberá actuar de la siguiente manera:

"Eliminar o reducir el riesgo, mediante medidas de prevención en el origen, organizativas, de protección colectiva, de protección individual o formación e información de los trabajadores."

"Controlar periódicamente las condiciones, la organización y los medios de trabajo y el estado de salud de los trabajadores"

De manera que, mediante el seguimiento de las fases o etapas secuenciales que establece la metodología se deberá:

- **Clasificar las actividades de trabajo.** Siendo este un paso preliminar a la evaluación de riesgos.
- **Análisis de Riesgos.** De manera que se determine la fuente de daño, qué o quién puede resultar afectado y de qué manera puede ocurrir.
- **Estimación del Riesgo.** Es en esta etapa en la cual se determina la severidad del daño en función de su potencial afectación a las distintas partes del cuerpo y a su graduación en las siguientes categorías:
 - Ligeramente dañino

- Dañino
- Extremadamente Dañino.

Esta clasificación del nivel de gravedad, en función de la potencialidad del daño que puede generar presenta una serie de ejemplos comparativos que permiten disponer de una referencia para su comparación y poder valorar objetivamente el alcance de la lesión o grado de afectación que pueda repercutir en la seguridad y salud del trabajador, lo que debe ser combinado con la probabilidad de ocurrencia entre las que se establecen las siguientes probabilidades de que el daño se manifieste en las siguientes probabilidades:

- **Probabilidad Alta:** El daño ocurrirá siempre o casi siempre
- **Probabilidad Media:** El daño ocurrirá en algunas ocasiones
- **Probabilidad Baja:** El daño ocurrirá raras veces

De manera que, para estimar adecuadamente el nivel de riesgo se deben de combinar los elementos descritos en lo relativo a la Probabilidad de que el daño ocurra, así como Consecuencias del Daño en lo relativo a su grado de afectación para lo cual, se debe establecer la combinación de elementos en aplicación de la tabla de combinación de elementos que plantea tal combinación que se muestra a continuación:

		CONSECUENCIAS		
		Ligeramente Dañino (LD)	Dañino (D)	Extremadamente Dañino (ED)
PROBABILIDAD	Baja	Riesgo trivial T	Riesgo tolerable TO	Riesgo moderado MO
	Media	Riesgo tolerable TO	Riesgo moderado MO	Riesgo importante I
	Alta	Riesgo moderado MO	Riesgo importante I	Riesgo intolerable IN

Tabla 10 Matriz de Valoración de riesgos

– Fuente: INSST

Tras la combinación de los elementos de Probabilidad y Consecuencias, de acuerdo con la tabla de combinación de elementos, se dispondrá de la valoración de riesgos atendiendo al nivel de gravedad del riesgo, la cual servirá como la base para poder tomar las medidas de prevención que resulten más adecuadas sobre los riesgos valorados que necesiten de la actuación sobre los mismos para su gestión, definiéndose los riesgos evaluados necesitan la incorporación de controles para que, de acuerdo con el nivel de gravedad y afectación a los trabajadores se prioricen las acciones a tomar para su incorporación, atendiendo tales medidas propuestas atender al criterio de proporcionalidad entre la medida propuesta y el nivel de gravedad que otorgue el resultado de la evaluación de riesgos.

La metodología planteada, presenta igualmente una guía en forma de tabla comparativa que sirve de referencia para tomar en cuenta las acciones y temporalizaciones en función del nivel de estimación y su temporalización que se muestra a continuación:

NIVEL DE ESTIMACIÓN DEL RIESGO	ACCIÓN Y TEMPORIZACIÓN
Trivial (T)	No se requiere una acción específica
Tolerable (TO)	No se requiere modificar la acción preventiva. Sin embargo, se deben considerar soluciones mejoras que no supongan una carga económica importante. Se requieren comprobaciones periódicas para asegurar que se mantiene la eficacia de las medidas de control.
Moderado (M)	Se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse de acuerdo con un cronograma. Cuando el riesgo moderado está asociado a consecuencias extremadamente dañinas, recomienda una determinación más precisa de la probabilidad de daño para determinar mejor la necesidad de modificación de las medidas de control.
Importante (I)	El trabajo no debe ejecutarse hasta que se haya controlado el riesgo. Cuando el riesgo corresponda a un trabajo que se está realizando, debe remediarse el problema en un tiempo inferior al de los riesgos moderados.
Intolerable (IN)	No debe comenzar ni continuar el trabajo hasta que se controle el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, debe prohibirse el trabajo.

Tabla 11 Tabla de acción y temporalización.

Fuente: INSST

Antes de empezar con la evaluación de los puestos de trabajo hacemos referencia y ponemos en conocimiento del gerente de la empresa, que en relación a la prevención de riesgos laborales la propia Ley 31/1996 de Prevención de Riesgos laborales clasifica de trabajadores especialmente sensibles a los siguientes:

TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES

➤ **Embarazadas o en periodo de lactancia (artículo 26 de la Ley)**

Cuando la empresa tenga conocimiento de la existencia de un trabajador en esta situación, se realizará una valoración de puesto de trabajo desde la disciplina de vigilancia de la salud, si es necesario se completa con otras disciplinas técnicas, si el puesto no es el idóneo para esta trabajadora será reubicada en otro puesto de trabajo manteniendo su salario de trabajo si este es mayor que el que correspondería al nuevo puesto.

Ante la imposibilidad de reubicación se trasladará la información necesaria para solicitar al INSS la prestación que le corresponda.

➤ **Menores de 18 años (artículo 27 de la Ley)**

En caso de que la empresa quiera contratar a un trabajador menor de edad, se realizara un estudio del puesto de trabajo y se determinaran los riesgos de dicho puesto que no puedan ser asumidos por menores de edad.

Se consultarán los trabajos prohibidos a menores como: trabajos en altura, trabajos con maquinaria con riesgo de atrapamiento, manipulación manual de cargas, trabajos con productos químicos.

En caso de menores, se informará al trabajador y a los padres o tutor legal de los riesgos existentes y de las medidas a adoptar.

➤ **Trabajadores especialmente sensibles (artículo 25 de la Ley 31/1995)**

Personas que por su discapacidad física, psíquica o sensorial sean sensibles a los riesgos de los puestos de trabajo que vamos a evaluar más adelante, haciendo mayor hincapié en la vigilancia de la salud.

4.1.3. Evaluación de riesgos.

Gerente

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
LOCAL	Caída de personas al mismo nivel	Suelos deslizantes por caída de líquido o suelos mojados	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Orden y limpieza Recogida inmediata de vertidos Utilizar calzado cómodo y con suela antideslizante. Establecer protocolos de limpieza e informar a los trabajadores
	Caída a distinto nivel	Escaleras, atillos, almacenamientos elevados	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Orden y limpieza
	Choques contra objetos inmóviles	Cajones abiertos	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Mantener cerrados cajones y puertas de armario
	Contactos eléctricos	Utilización inadecuada de equipos de trabajo	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Revisar las tomas de corriente de los equipos informáticos Revisiones periódicas de las instalaciones eléctricas No realizar reparaciones del equipo por cuenta propia.
	Trabajo con PVD	Uso prolongado de las pantallas de visualización de datos.	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Instalación de pantallas de protección para evitar reflejos Colocación de ordenador de manera que no le dé la luz externa de manera directa Procedimiento de trabajo “Riesgos de Oficinas, uso PVD” Formación en Riesgos en Oficinas

Cocinero

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Cocina	Caída de personas al mismo nivel	Suelos deslizantes por caída de aceites o grasas de cocina, así como restos de comida que pueden producir deslizamientos.	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Orden y limpieza Recogida inmediata de vertidos por el auxiliar de cocina Utilizar calzado cómodo y con suela antideslizante. Establecer protocolos de limpieza e informar a los trabajadores
	Caída a distinto nivel	Escaleras, altillos, almacenamientos elevados	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Orden y limpieza Evitar subir y bajar cajas voluminosas Calzado antideslizante.
	Caída de objetos en manipulación	Uso de utensilios de cocina	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Evitar realizar tareas simultaneas. Revisar los agarres de utensilios y limpieza para evitar que resbalen.
		Al trasladar los platos preparados	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Utilizar guantes térmicos en caso de platos calientes. Evitar el exceso de carga en su traslado.
	Pisadas sobre objetos	Por caída de cubiertos en el suelo o utensilios de cocina, así como restos de alimentos durante el corte o cocinado	Media	Ligeramente dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Orden y limpieza Recogida inmediata de vertidos. Utilizar calzado cómodo y con suela antideslizante. Establecer protocolos de limpieza e informar a los trabajadores

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Cocina	Choques contra objetos inmóviles	Por desplazamientos o giros para alcanzar alimentos o utensilios contra el mobiliario de cocina	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Tener todo lo necesario y ordenado para la preparación de los platos Contar con el auxiliar de cocina como apoyo.
		Contra cajones, puertas o electrodomésticos abiertos.	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Mantener todos los cajones cerrados. No mantener las puertas de electrodomésticos abiertos.
		Contra cajas apiladas provisionalmente en zonas de paso	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Mantener las condiciones de orden y limpieza. No se almacenarán productos en la cocina ni siquiera de manera provisional.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Cocina	Golpes / cortes por objetos o herramientas	Durante la utilización de elementos de cocina durante el proceso de trabajo (cuchillos, pinzas, tijeras de cocina.)	Alta	Dañino	IMPORTANTE	<ul style="list-style-type: none"> Hacer uso de las tablas de corte. Asegurarse del agarre o fijación de los alimentos. Formación en el manejo de utensilios de corte. Dotar al personal de guantes de protección
		Por colocación indebida de utensilios de cocina con filo o punta en espacios de trabajo	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Cada vez que se utilice un utensilio de cocina, este debe guardarse inmediatamente en su espacio de acopio, nunca en una zona de trabajo. Si dispone de protector de filo o punta siempre colocado
		Por estado inadecuado de los filos o puntas de los utensilios de corte	Media	Dañino	MODERADO	Comprobar el estado de los utensilios de cocina y su mantenimiento. En caso necesario sustituir por utensilios nuevos y realizar las operaciones de afilado y mantenimiento adecuados.
	Contactos térmicos	Con ollas, recipientes, alimentos calientes	Alta	Dañino	IMPORTANTE	Utilizar el paño de protección para manipulación de ollas o recipientes que eviten el contacto directo con las partes calientes

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
						Comprobar el estado de conservación y mantenimiento de la estanqueidad, así como las válvulas de alivio de estos recipientes.
						Establecer el programa de rotaciones para sustituir momentáneamente al cocinero por medio de los auxiliares en caso de ausentarse para atender otras tareas momentáneamente
	Incendios	Por suciedad o grasas en la zona de cocinado que pueden propagar el incendio	Media	Extrem. dañino	IMPORTANTE	Mantener el orden y limpieza en la cocina, en caso de vertido o derrames de aceite o combustibles F en la zona límpielo inmediatamente
		Por acumulación de grasa en el conducto de la campana extractora	Media	Extrem. dañino	IMPORTANTE	Establecer el programa de limpieza del conducto y conjunto de elementos de la campana para evitar que se acumulen combustibles susceptibles de entrar en inflamación.
		Por descuidos u olvidos de ollas o recipientes al fuego	Media	Dañino	MODERADO	Establecer programa de rotaciones para mantener la vigilancia permanente a los recipientes en cocina en caso de que el cocinero deba atender otras situaciones momentáneamente

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Fogones - Zona de Cocinado	Contactos térmicos	En la apertura o manipulación del horno de cocina	Media	Dañino	MODERADO	Usar guante de protección específico para horno en ambas manos que evite contacto con las partes calientes del horno o bandejas.
			Media	Lig. dañino	TOLERABLE	Abrir la puerta del horno ligeramente. Dejar salir el vapor inicial gradualmente. Nunca situar la cara para observar el estado de los alimentos en el horno tras abrir la puerta del horno.
	Exposición a sustancias nocivas	Humos o gases de combustión de la cocina por mala extracción de la campana.	Baja	Dañino	TOLERABLE	Comprobar el estado de mantenimiento de la campana y adecuación del sistema de extracción al poder calorífico de la cocina para determinar que su capacidad extractora se adapta a la demanda de extracción.
						Mantener adecuadamente ventilado el local durante el proceso de cocinado evitando que se acumulen gases de combustión de cocinado o vapor de agua en la cocina.
		Por mala combustión de los hornillos de cocina generando gases de combustión con diferente grado de toxicidad	Baja	Dañino	TOLERABLE	Comprobar el estado de conservación y limpieza de los quemadores.
						Definir el proceso de limpieza de los hornillos de cocina periódicamente para evitar combustiones inadecuadas por acumulación de sustancias o grasas en la zona de quemado

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Fogones - Zona de Cocinado	Incendios	Por desconocimiento en el uso de los medios de PCI	Alta	Dañino	IMPORTANTE	Programar formaciones iniciales y periódicas en el uso de los medios de Protección Contra Incendios para poder actuar en la etapa incipiente en caso de que se declare un incendio en la cocina
						Dotar la zona de cocina de mantas térmicas para empleo en olla por sofocación, así como de extintores con eficacia para combustibles Clase F
		Falta de conocimiento del Plan de Emergencia y medidas de actuación ante emergencias	Alta	Dañino	IMPORTANTE	Desarrollar fichas divulgativas que resuman las pautas de actuación ante emergencias que sirvan como recordatorio rápido visual del repaso de las actuaciones a llevar a cabo en situaciones de emergencia
	iluminación	Por trabajos de cierta precisión en la presentación de platos o cortes de alimentos que precisan de una adecuada iluminación	Req. Ev. Esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá llevarse a cabo una evaluación específica para la identificación de los factores de riesgo por las condiciones de iluminación del puesto mediante la aplicación de metodologías específicas como la propuesta por el INSST EVALUZ
	Ruido	Por la propia operación de las máquinas tanto de corte como campana extractora durante toda la jornada	Req. Ev. Esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá realizarse una evaluación de la exposición de los trabajadores a ruido, conforme a lo establecido en el Real Decreto 286/2006, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido (Guía técnica de ruido del INSST).

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Fogones - Zona de Cocinado	Ruido	Por hacer peticiones de comandas a voces a la confirmación de "oído cocina" y la comunicación interna por la propia operación de las máquinas obliga a comunicarse a voces	Req. Ev. Esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá realizarse una evaluación de la exposición de los trabajadores a ruido, conforme a lo establecido en el Real Decreto 286/2006, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido (Guía técnica de ruido del INSHT).
	Carga física	Por mantener posturas permanentes en posición de pie con cabeza agachada mirando fogones durante la mayor parte de la jornada	Req. Ev. Esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá realizarse una evaluación de la exposición de los trabajadores a riesgos derivados de sobrecarga física postural que puedan dar lugar a trastornos musculoesqueléticos (método REBA, método OWAS, etc.).
	Carga mental	Por atender simultáneamente el conjunto de comandas y la amplitud de la carta para su elaboración con las prisas que conlleva el proceso de cocinado para preparar el servicio	Req. Ev. Esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá realizarse una evaluación específica mediante un método de evaluación específico, entre los cuales dos de los métodos más conocidos son el método L.E.S.T. y el método R.N.U.R. o de Perfil del Puesto
	Estrés térmico y sobrecarga térmica	Trabajo en situaciones de calor. Focos de calor activo como freidoras y fogones. Falta de ventilación, climatización, vestimenta inadecuada, ritmos de trabajo elevados	Req. Ev. Esp.		REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá realizarse una evaluación específica por un método sencillo: ÍNDICE DE WBGT

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Almacén alimentos	Caída de personas al mismo nivel	Por cajas de productos previo a su colocación o materiales colocados provisionalmente fuera de su espacio de almacenamiento	Baja	Dañino	TOLERABLE	Mantener condiciones de orden y limpieza en el lugar de trabajo, no almacenar material en las zonas de tránsito. Comprobar itinerario durante el desplazamiento especialmente mientras se manipulan o recogen alimentos de la zona de almacenaje.
		Por suelo deslizante por suciedad, restos de alimentos, restos de embalajes o aceite de cocina	Baja	Dañino	TOLERABLE	Mantener condiciones de limpieza, limpiar inmediatamente el área de trabajo evitando que quede el suelo deslizante secándolo inmediatamente, especialmente sustancias grasas o aceites de cocina. No deje restos de cajas o embalajes en el suelo. Recójalos y deposítelos en el contenedor de reciclaje tras su colocación en la zona de almacenaje.
						Dotar a los trabajadores de calzado de seguridad con suela antideslizante
	Caída de objetos por desplome	Por caída de latas, cajas o alimentos almacenados en estanterías por su colocación deficientemente o inestable.	Media	Dañino	MODERADO	Colocar adecuadamente los alimentos en su espacio según la clasificación establecida evitando que sobresalgan partes asegurando la estabilidad del conjunto.
						Comprobar el tipo de estanterías, así como los anclajes, su estado de conservación y mantenimiento y su adecuación al peso que deben soportar.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Almacén alimentos	Caída de objetos por desplome	Por deficiencias en los estantes por desgaste o inestabilidad en su ajuste.	Media	Dañino	MODERADO	En caso de detección de fallos en anclajes en sistemas de almacenamiento descargar la estantería y no utilizar hasta que se revise y garantice su utilización realizando las reparaciones necesarias o, en su caso la sustitución de esta.
						Comprobar el estado del conjunto y sus anclajes a los paramentos verticales de manera que se garantice la estabilidad del conjunto.
						Reponer aquellas estanterías que no reúnen las condiciones de estabilidad o adecuación a las condiciones de almacenaje de los alimentos en cuanto al peso o condiciones de seguridad.
	Caída de objetos en manipulación	Durante la recogida o colocación de alimentos en los espacios de almacenamiento o, durante la descarga de cajas de los proveedores.	Media	Dañino	MODERADO	Fijar la atención en el agarre durante el proceso. No simultanear tareas. Mantener el espacio de trabajo libre de obstáculos que puedan producir dificultades de accesibilidad.
						Observar el cumplimiento de las condiciones de manipulación de cargas fijando el agarre en condiciones de seguridad.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Almacén alimentos	Pisadas sobre objetos	Por dejar restos de embalajes en el suelo o restos de alimentos en la zona de trabajo.	Alta	Lig. dañino	MODERADO	Mantener las condiciones de limpieza en el espacio de trabajo, los restos del embalaje o cajas se deben recoger inmediatamente tras el almacenaje de productos.
						Dotar al personal de calzado de seguridad con protección en suela que amarre completamente el pie y antideslizante
	Choques contra objetos inmóviles	Por choques contra mobiliario, puertas, cajones o salientes.	Media	Dañino	MODERADO	Mantenga los cajones y puertas de los lugares de almacenamiento cerrados cuando no estén en uso evitando sobresalientes del mobiliario con los que puede impactar. Si necesita hacer de los productos cierre las puertas o cajones inmediatamente tras su uso.
						Mantenga la atención en el entorno de trabajo evitando giros o cambios de sentido apresurados que pueden hacerle impactar contra elementos fijos mobiliario dispuesto en la zona de almacenamiento de alimentos
						Antes de ejecutar la tarea fije la atención en el espacio de trabajo asegurándose de que este está despejado de obstáculos o almacenamientos provisionales que pueden generar impactos o dificultar el tránsito. Acondicione la zona de trabajo previamente si es necesario.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Arcón congelador - Espacio Refrigeración	Atrapamiento poro entre objetos	Cierre accidental de puerta abatible de arcón mientras se revisa contenido	Media	Dañino	MODERADO	Comprobar el estado del sistema de muelle de soporte del arcón congelador de manera que se mantenga en condiciones de soportar el peso de la puerta abatible tras su apertura.
	Contactos térmicos	Por manipular productos a bajas temperaturas, congelados para su proceso de elaboración en cocina	Alta	Dañino	IMPORTANTE	Utilizar guantes de protección térmica para la manipulación o recogida de productos en la zona de descongelados que eviten el contacto directo con los alimentos congelados
						Dotar a los trabajadores de guantes de protección térmica para el acceso a los alimentos en zona de congelados
	Contactos eléctricos	Por fallos en el sistema de aislamiento o en el propio sistema que puede producir contactos indirectos al manipular el arcón o puertas de neveras	Baja	Extrem. dañino	MODERADO	Formar al personal sobre los riesgos derivados del riesgo eléctrico y las medidas de actuación en caso de fallo en el aparato o circuito, así como en caso de los primeros auxilios en caso de contacto eléctrico
						Revisar el estado de la instalación eléctrica, los aparatos y el estado de mantenimiento y conservación

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Arcón congelador - Espacio Refrigeración	Atrapamiento poro entre objetos	Cierre accidental de puerta abatible de arcón mientras se revisa contenido	Media	Dañino	MODERADO	Comprobar el estado del sistema de muelle de soporte del arcón congelador de manera que se mantenga en condiciones de soportar el peso de la puerta abatible tras su apertura.
Arcón congelador - Espacio Refrigeración	Contactos eléctricos	Por fallos en el sistema de aislamiento o en el propio sistema que puede producir contactos indirectos al manipular el arcón o puertas de neveras				Establecer un programa de mantenimiento y revisiones periódicas del conjunto de máquinas y equipos de accionamiento eléctrico garantizando las condiciones de uso y conservación.
	Incendios	Por deficiencias en la instalación eléctrica o fallos en aparatos o aislamiento pudiendo ser origen del foco	Baja	Extrem. dañino	MODERADO	Mantener las condiciones de mantenimiento y revisión de los conductores e instalación. Revisar el estado de la instalación del conjunto de refrigeración y su adecuación normativa.
						Disponer de los medios de Protección contra Incendios y la formación en el uso de los extintores portátiles para actuar en caso de incendio
	Estrés térmico	Por la exposición del trabajador a bajas temperaturas al manipular alimentos en las cámaras frigoríficas.	Req. Ev. Esp.		REQ.EVAL. ESPECIFICA	Debería realizarse una evaluación específica: INDICE WBGT

Auxiliar de cocina

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Cocina	Caída de personas al mismo nivel	Suelos deslizantes por caída de aceites o grasas de cocina, así como restos de comida que pueden producir deslizamientos.	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> • Orden y limpieza • Recogida inmediata de vertidos • Utilizar calzado cómodo y con suela antideslizante. • Respetar los protocolos de limpieza
	Caída a distinto nivel	Escaleras, altillos, almacenamientos elevados	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> • Orden y limpieza • Evitar subir y bajar cajas voluminosas • Calzado antideslizante.
	Caída de objetos en manipulación	Uso de utensilios de cocina	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> • Evitar realizar tareas simultaneas. • Revisar los agarres de utensilios y limpieza para evitar que resbalen.
		Al trasladar los platos preparados	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar guantes térmicos en caso de platos calientes. • Evitar el exceso de carga en su traslado.
	Pisadas sobre objetos	Por caída de cubiertos en el suelo o utensilios de cocina, así como restos de alimentos durante el corte o cocinado	Media	Ligeramente dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> • Orden y limpieza • Recogida inmediata de vertidos. • Utilizar calzado cómodo y con suela antideslizante. • Respetar los protocolos de limpieza

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Cocina	Choques contra objetos inmóviles	Por desplazamientos o giros para alcanzar alimentos o utensilios contra el mobiliario de cocina	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Tener todo lo necesario y ordenado para la preparación de los platos
		Contra cajones, puertas o electrodomésticos abiertos.	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Mantener todos los cajones cerrados. No mantener las puertas de electrodomésticos abiertos.
		Contra cajas apiladas provisionalmente en zonas de paso	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Mantener las condiciones de orden y limpieza. No se almacenarán productos en la cocina ni siquiera de manera provisional.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Cocina	Golpes / cortes por objetos o herramientas	Durante la utilización de elementos de cocina durante el proceso de trabajo (cuchillos, pinzas, tijeras de cocina.)	Alta	Dañino	IMPORTANTE	<ul style="list-style-type: none"> Hacer uso de las tablas de corte. Asegurarse del agarre o fijación de los alimentos. Formación en el manejo de utensilios de corte. Dotar al personal de guantes de protección
		Por colocación indebida de utensilios de cocina con filo o punta en espacios de trabajo	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Cada vez que se utilice un utensilio de cocina, este debe guardarse inmediatamente en su espacio de acopio, nunca en una zona de trabajo. Si dispone de protector de filo o punta siempre colocado
		Por estado inadecuado de los filos o puntas de los utensilios de corte	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Comprobar el estado de los utensilios de cocina y su mantenimiento.
	Contactos térmicos	Con ollas, recipientes, alimentos calientes	Alta	Dañino	IMPORTANTE	<ul style="list-style-type: none"> Utilizar el paño de protección para manipulación de ollas o recipientes que eviten el contacto directo con las partes calientes

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
						Comprobar el estado de conservación y mantenimiento de la estanqueidad, así como las válvulas de alivio de estos recipientes.
						Establecer el programa de rotaciones para sustituir momentáneamente al cocinero por medio de los auxiliares en caso de ausentarse para atender otras tareas momentáneamente
	Incendios	Por suciedad o grasas en la zona de cocinado que pueden propagar el incendio	Media	Extrem. dañino	IMPORTANTE	Mantener el orden y limpieza en la cocina, en caso de vertido o derrames de aceite o combustibles F en la zona límpielo inmediatamente
		Por acumulación de grasa en el conducto de la campana extractora	Media	Extrem. dañino	IMPORTANTE	Cumplir con los programas de limpieza del conducto y conjunto de elementos de la campana para evitar que se acumulen combustibles susceptibles de entrar en inflamación.
		Por descuidos u olvidos de ollas o recipientes al fuego	Media	Dañino	MODERADO	Sustituir al cocinero momentáneamente si tiene que ausentarse.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Fogones - Zona de Cocinado	Contactos térmicos	En la apertura o manipulación del horno de cocina	Media	Dañino	MODERADO	Usar guante de protección específico para horno en ambas manos que evite contacto con las partes calientes del horno o bandejas.
			Media	Lig. dañino	TOLERABLE	Abrir la puerta del horno ligeramente. Dejar salir el vapor inicial gradualmente. Nunca situar la cara para observar el estado de los alimentos en el horno tras abrir la puerta del horno.
	Exposición a sustancias nocivas	Humos o gases de combustión de la cocina por mala extracción de la campana.	Baja	Dañino	TOLERABLE	Comprobar el estado de mantenimiento de la campana y adecuación del sistema de extracción al poder calorífico de la cocina para determinar que su capacidad extractora se adapta a la demanda de extracción.
						Mantener adecuadamente ventilado el local durante el proceso de cocinado evitando que se acumulen gases de combustión de cocinado o vapor de agua en la cocina.
		Por mala combustión de los hornillos de cocina generando gases de combustión con diferente grado de toxicidad	Baja	Dañino	TOLERABLE	Comprobar el estado de conservación y limpieza de los quemadores.
						Cumplir el proceso de limpieza de los hornillos de cocina periódicamente para evitar combustiones inadecuadas por acumulación de sustancias o grasas en la zona de quemado

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Fogones - Zona de Cocinado	Incendios	Por desconocimiento en el uso de los medios de PCI	Alta	Dañino	IMPORTANTE	Programar formaciones iniciales y periódicas en el uso de los medios de Protección Contra Incendios para poder actuar en la etapa incipiente en caso dese declare un incendio en la cocina
						Dotar la zona de cocina de mantas térmicas para empleo en olla por sofocación, así como de extintores con eficacia para combustibles Clase F
		Falta de conocimiento del Plan de Emergencia y medias de actuación ante emergencias	Alta	Dañino	IMPORTANTE	Desarrollar fichas divulgativas que resuman las pautas de actuación ante emergencias que sirvan como recordatorio rápido visual el repaso de las actuaciones a llevar a cabo en situaciones de emergencia
	iluminación	Por trabajos de cierta precisión en la presentación de platos o cortes de alimentos que precisan de una adecuada iluminación	Req. Ev. Esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá llevarse a cabo una evaluación específica para la identificación de los factores de riesgo por las condiciones de iluminación del puesto mediante la aplicación de metodologías específicas como la propuesta por el INSST EVALUZ
	Ruido	Por la propia operación de las máquinas tanto de corte como campana extractora durante toda la jornada	Req. Ev. Esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá realizarse una evaluación de la exposición de los trabajadores a ruido, conforme a lo establecido en el Real Decreto 286/2006, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido (Guía técnica de ruido del INSHT).
	Estés térmico y sobrecarga térmica	Trabajo en situaciones de calor. Focos de calor activo como freidoras y fogones. Falta de ventilación, climatización, vestimenta inadecuada, ritmos de trabajo elevados	Req. Ev. esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá realizarse una evaluación específica : ÍNDICE WBGT

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Fogones - Zona de Cocinado	Ruido	Por hacer peticiones de comandas a voces a la confirmación de "oído cocina" y la comunicación interna por la propia operación de las máquinas obliga a comunicarse a voces	Req. Ev. Esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá realizarse una evaluación de la exposición de los trabajadores a ruido, conforme a lo establecido en el Real Decreto 286/2006, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido (Guía técnica de ruido del INSHT).
	Carga física	Por mantener posturas permanentes en posición de pie con cabeza agachada mirando fogones durante la mayor parte de la jornada	Req. Ev. Esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá realizarse una evaluación de la exposición de los trabajadores a riesgos derivados de sobrecarga física postural que puedan dar lugar a trastornos musculoesqueléticos (método REBA, método OWAS, etc.).
	Carga mental	Por atender simultáneamente el conjunto de comandas y la amplitud de la carta para su elaboración con las prisas que conlleva el proceso de cocinado para preparar el servicio	Req. Ev. Esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá realizarse una evaluación específica mediante un método de evaluación específico, entre los cuales dos de los métodos más conocidos son el método L.E.S.T. y el método R.N.U.R. o de Perfil del Puesto

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Almacén alimentos	Caída de personas al mismo nivel	Por cajas de productos previo a su colocación o materiales colocados provisionalmente fuera de su espacio de almacenamiento	Baja	Dañino	TOLERABLE	Mantener condiciones de orden y limpieza en el lugar de trabajo, no almacenar material en las zonas de tránsito. Comprobar itinerario durante el desplazamiento especialmente mientras se manipulan o recogen alimentos de la zona de almacenaje.
		Por suelo deslizante por suciedad, restos de alimentos, restos de embalajes o aceite de cocina	Baja	Dañino	TOLERABLE	Mantener condiciones de limpieza, limpiar inmediatamente el área de trabajo evitando que quede el suelo deslizante secándolo inmediatamente, especialmente sustancias grasas o aceites de cocina. No deje restos de cajas o embalajes en el suelo. Recójalos y deposítelos en el contenedor de reciclaje tras su colocación en la zona de almacenaje.
						Dotar a los trabajadores de calzado de seguridad consuela antideslizante
	Caída de objetos por desplome	Por caída de latas, cajas o alimentos almacenados en estanterías por su colocación deficientemente o inestable.	Media	Dañino	MODERADO	Colocar adecuadamente los alimentos en su espacio según la clasificación establecida evitando que sobresalgan partes asegurando la estabilidad del conjunto.
						Comprobar el tipo de estanterías, así como los anclajes, su estado de conservación y mantenimiento y su adecuación al peso que deben soportar.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Almacén alimentos	Caída de objetos por desplome	Por deficiencias en los estantes por desgaste o inestabilidad en su ajuste.	Media	Dañino	MODERADO	En caso de detección de fallos en anclajes en sistemas de almacenamiento descargar la estantería y no utilizar hasta que se revise y garantice su utilización realizando las reparaciones necesarias o, en su caso la sustitución de esta.
						Comprobar el estado del conjunto y sus anclajes a los paramentos verticales de manera que se garantice la estabilidad del conjunto.
	Sobreesfuerzos	Posibilidad de sufrir alguna lesión dorso-lumbar, al subir y bajar cargas al almacén.	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> • Informar al trabajador del manejo manual de cargas • Realizar una evaluación ergonómica del puesto de trabajo (incluida en la evaluación)
	Caída de objetos en manipulación	Durante la recogida o colocación de alimentos en los espacios de almacenamiento o, durante la descarga de cajas de los proveedores.	Media	Dañino	MODERADO	Fijar la atención en el agarre durante el proceso. No simultanear tareas. Mantener el espacio de trabajo libre de obstáculos que puedan producir dificultades de accesibilidad.
						Observar el cumplimiento de las condiciones de manipulación de cargas fijando el agarre en condiciones de seguridad.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Almacén alimentos	Pisadas sobre objetos	Por dejar restos de embalajes en el suelo o restos de alimentos en la zona de trabajo.	Alta	Lig. dañino	MODERADO	Mantener las condiciones de limpieza en el espacio de trabajo, los restos del embalaje o cajas se deben recoger inmediatamente tras el almacenaje de productos.
						Dotar al personal de calzado de seguridad con protección en suela que amarre completamente el pie y antideslizante
	Choques contra objetos inmóviles	Por choques contra mobiliario, puertas, cajones o salientes.	Media	Dañino	MODERADO	Mantenga los cajones y puertas de los lugares de almacenamiento cerrados cuando no estén en uso evitando sobresalientes del mobiliario con los que puede impactar. Si necesita hacer de los productos cierre las puertas o cajones inmediatamente tras su uso.
						Mantenga la atención en el entorno de trabajo evitando giros o cambios de sentido apresurados que pueden hacerle impactar contra elementos fijos mobiliario dispuesto en la zona de almacenamiento de alimentos
						Antes de ejecutar la tarea fije la atención en el espacio de trabajo asegurándose de que este está despejado de obstáculos o almacenamientos provisionales que pueden generar impactos o dificultar el tránsito. Acondicione la zona de trabajo previamente si es necesario.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Arcón congelador - Espacio Refrigeración	Atrapamiento por/o entre objetos	Cierre accidental de puerta abatible de arcón mientras se revisa contenido	Media	Dañino	MODERADO	Comprobar el estado del sistema de muelle de soporte del arcón congelador de manera que se mantenga en condiciones de soportar el peso de la puerta abatible tras su apertura.
	Contactos térmicos	Por manipular productos a bajas temperaturas, congelados para su proceso de elaboración en cocina	Alta	Dañino	IMPORTANTE	Utilizar guantes de protección térmica para la manipulación o recogida de productos en la zona de descongelados que eviten el contacto directo con los alimentos congelados
						Dotar a los trabajadores de guantes de protección térmica para el acceso a los alimentos en zona de congelados
	Contactos eléctricos	Por fallos en el sistema de aislamiento o en el propio sistema que puede producir contactos indirectos al manipular el arcón o puertas de neveras	Baja	Extrem. dañino	MODERADO	Formar al personal sobre los riesgos derivados del riesgo eléctrico y las medidas de actuación en caso de fallo en el aparato o circuito, así como en caso de los primeros auxilios en caso de contacto eléctrico
						Revisar el estado de la instalación eléctrica, los aparatos y el estado de mantenimiento y conservación

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Arcón congelador - Espacio Refrigeración	Atrapamiento poro entre objetos	Cierre accidental de puerta abatible de arcón mientras se revisa contenido	Media	Dañino	MODERADO	Comprobar el estado del sistema de muelle de soporte del arcón congelador de manera que se mantenga en condiciones de soportar el peso de la puerta abatible tras su apertura.
Arcón congelador - Espacio Refrigeración	Contactos eléctricos	Por fallos en el sistema de aislamiento o en el propio sistema que puede producir contactos indirectos al manipular el arcón o puertas de neveras				Establecer un programa de mantenimiento y revisiones periódicas del conjunto de máquinas y equipos de accionamiento eléctrico garantizando las condiciones de uso y conservación.
	Incendios	Por deficiencias en la instalación eléctrica o fallos en aparatos o aislamiento pudiendo ser origen del foco	Baja	Extrem. dañino	MODERADO	Mantener las condiciones de mantenimiento y revisión de los conductores e instalación. Revisar el estado de la instalación del conjunto de refrigeración y su adecuación normativa.
						Disponer de los medios de Protección contra Incendios y la formación en el uso de los extintores portátiles para actuar en caso de incendio
	Estrés térmico	Recarga de congelador	Req. Eva. Espec.		REQ. EVAL. ESPECIFICA	Debería realizarse una evaluación específica método sencillo: ÍNDICE WBGT

Camarero

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
TERRAZA, COMEDOR Y BARRA	Caída de personas al mismo nivel	Suelos deslizantes por caída de aceites o líquidos, así como restos de comida que pueden producir deslizamientos.	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Orden y limpieza Recogida inmediata de vertidos Utilizar calzado cómodo y con suela antideslizante. Respetar los protocolos de limpieza En las operaciones de limpieza del suelo colocar la señal de “suelo resbaladizo”
	Caída de objetos por desplome	Almacenamiento apilado cajas y en estanterías	Baja	dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Se evitarán almacenamientos en las zonas altas de estanterías. Estanterías ancladas a la pared Se indicara el límite de carga de la estantería.
	Caída de objetos en manipulación	Platos y demás en el montaje de mesas	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Evitar realizar tareas simultaneas. Revisar los agarres de utensilios y limpieza para evitar que resbalen.
		Al trasladar los platos preparados	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Utilizar guantes térmicos en caso de platos calientes. Evitar el exceso de carga en su traslado.
	Pisadas sobre objetos	Por caída de cubiertos en el suelo o utensilios, así como restos de alimentos.	Media	Ligeramente dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Orden y limpieza Recogida inmediata de vertidos. Utilizar calzado cómodo y con suela antideslizante. Respetar los protocolos de limpieza

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
TERRAZA, COMEDOR Y BARRA	Choques contra objetos inmóviles	Por desplazamientos o giros para alcanzar platos o bebidas	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Tener todo lo necesario y ordenado
		Contra cajones, puertas o electrodomésticos abiertos.	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Mantener todos los cajones cerrados. No mantener las puertas de electrodomésticos abiertos.
		Contra cajas apiladas provisionalmente en zonas de paso	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Mantener las condiciones de orden y limpieza. No se almacenarán productos en la cocina ni siquiera de manera provisional.
	Choques contra objetos móviles	Posibilidad de choques entre trabajadores y/o clientes en hora punta.	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> Dividir el servicio de la terraza por zonas Comunicación visual y verbal.
	Contactos térmicos	Platos y cazuelas calientes	media	Dañino	IMPORTANTE	<ul style="list-style-type: none"> Utilizar el paño de protección para manipulación de platos o cazuelas calientes.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
	Contactos térmicos	Tostadora, posibilidad de tocar involuntariamente partes calientes	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> • Informar al trabajador • NUNCA introducir la mano dentro del tostador. • Utilizar pinzas para colocar el producto.
		Cafetera exprés, posibilidad de quemaduras con vapor o grifo agua caliente.	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar el manual del usuario • Utilizar protección de goma para su manipulación • Mantenimiento preventivo • Informar de los riesgos a los trabajadores
	Contactos eléctricos	Utilización de herramientas eléctricas y enchufes	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> • Evitar la saturación en los enchufes • Mantenimiento preventivo de cables • Evitar manipular aparatos eléctricos con manos mojadas • Retirar cableado de la zona de paso
	Incendios	Posibilidad de incendio en la cocina	Baja	Dañino	TOLERABLE	<ul style="list-style-type: none"> • Informar y formar a los trabajadores en extinción de incendios • Formación de uso de EXTINTORES. • Formar en el plan de emergencia y evacuación

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
TERRAZA, COMEDOR Y BARRA		Falta de conocimiento del Plan de Emergencia y medias de actuación ante emergencias	Alta	Dañino	IMPORTANTE	Desarrollar fichas divulgativas que resuman las pautas de actuación ante emergencias que sirvan como recordatorio rápido visual el repaso de las actuaciones a llevar a cabo en situaciones de emergencia
	iluminación		Requiere evaluación especial.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá llevarse a cabo una evaluación específica para la identificación de los factores de riesgo por las condiciones de iluminación del puesto mediante la aplicación de metodologías específicas como la propuesta por el INSST EVALUZ
	Ruido		Req. Ev. Esp.	Req. Ev. Esp.	REQ. EVAL. ESPECÍFICA	Deberá realizarse una evaluación de la exposición de los trabajadores a ruido, conforme a lo establecido en el Real Decreto 286/2006, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido (Guía técnica de ruido del INSHT).
	Exposición a sustancias nocivas	Productos de limpieza	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> • Informar a los trabajadores sobre los riesgos de los productos • Usar guantes • Evitar contacto con la piel • Ventilar el lugar • Crear fichas de seguridad de productos.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Almacén alimentos	Pisadas sobre objetos	Por dejar restos de embalajes en el suelo o restos de alimentos en la zona de trabajo.	Alta	Lig. dañino	MODERADO	Mantener las condiciones de limpieza en el espacio de trabajo, los restos del embalaje o cajas se deben recoger inmediatamente tras el almacenaje de productos.
						Dotar al personal de calzado de seguridad con protección en suela que amarre completamente el pie y antideslizante
	Choques contra objetos inmóviles	Por choques contra mobiliario, puertas, cajones o salientes.	Media	Dañino	MODERADO	Mantenga los cajones y puertas de los lugares de almacenamiento cerrados cuando no estén en uso evitando sobresalientes del mobiliario con los que puede impactar. Si necesita hacer de los productos cierre las puertas o cajones inmediatamente tras su uso.
						Mantenga la atención en el entorno de trabajo evitando giros o cambios de sentido apresurados que pueden hacerle impactar contra elementos fijos mobiliario dispuesto en la zona de almacenamiento de alimentos
						Antes de ejecutar la tarea fije la atención en el espacio de trabajo asegurándose de que este está despejado de obstáculos o almacenamientos provisionales que pueden generar impactos o dificultar el tránsito. Acondicione la zona de trabajo previamente si es necesario.

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Arcón congelador - Espacio Refrigeración	Atrapamiento entre objetos	Cierre accidental de puerta abatible de arcón mientras se revisa contenido	Media	Dañino	MODERADO	Comprobar el estado del sistema de muelle de soporte del arcón congelador de manera que se mantenga en condiciones de soportar el peso de la puerta abatible tras su apertura.
	Contactos eléctricos	Por fallos en el sistema de aislamiento o en el propio sistema que puede producir contactos indirectos al manipular el arcón o puertas de neveras	Baja	Extrem. dañino	MODERADO	Formar al personal sobre los riesgos derivados del riesgo eléctrico y las medidas de actuación en caso de fallo en el aparato o circuito, así como en caso de los primeros auxilios en caso de contacto eléctrico
						Revisar el estado de la instalación eléctrica, los aparatos y el estado de mantenimiento y conservación

MASTER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.
“Evaluación de Riesgos Laborales y Planificación en Restauración”

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
Arcón congelador - Espacio Refrigeración	Atrapamiento entre objetos	Cierre accidental de puerta abatible de arcón mientras se revisa contenido	Media	Dañino	MODERADO	Comprobar el estado del sistema de muelle de soporte del arcón congelador de manera que se mantenga en condiciones de soportar el peso de la puerta abatible tras su apertura.
Arcón congelador - Espacio Refrigeración	Contactos eléctricos	Por fallos en el sistema de aislamiento o en el propio sistema que puede producir contactos indirectos al manipular el arcón o puertas de neveras				Establecer un programa de mantenimiento y revisiones periódicas del conjunto de máquinas y equipos de accionamiento eléctrico garantizando las condiciones de uso y conservación.
	Incendios	Por deficiencias en la instalación eléctrica o fallos en aparatos o aislamiento pudiendo ser origen del foco	Baja	Extrem. dañino	MODERADO	Mantener las condiciones de mantenimiento y revisión de los conductores e instalación. Revisar el estado de la instalación del conjunto de refrigeración y su adecuación normativa.
						Disponer de los medios de Protección contra Incendios y la formación en el uso de los extintores portátiles para actuar en caso de incendio

TODO EL PERSONAL.

Ubicación	Riesgo detectado	Causa del riesgo	Probabilidad	Severidad	Nivel de riesgo	Medida preventiva / Medida correctora / Control preventivo
TODO EL LOCAL	FISICA	JORNADA LABORAL EN BIPERESTACIÓN	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Realizar pausas regulares. Calzado de trabajo cómodo
	Manejo de cargas	Posibilidad de cargar o mover distintos materiales: cajas de bebida, ect.	Media	Dañino	MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> El peso máximo a manipular no excederá de 25 kilos para trabajadores. Tener en cuenta límites especiales. Cursos de manipulación manual de cargas Protocolos para cargas excesivas Realizar estudio de cargas.

4.1.4 Normativa sobre instalaciones.

Muy importante en este tipo de establecimientos es la revisión y mantenimiento de las instalaciones eléctricas, instalaciones de gas y para la buena prevención de incendios las revisiones de los medios de extinción de incendios.

Instalaciones eléctricas:

Cumplimiento Normativo

Real Decreto 842/2002 de 2 de agosto, aprueba el reglamento de baja tensión. Los bares y restaurantes deben seguir el Reglamento Electrotécnico de Baja Tensión (REBT). Esto implica adherirse a normas específicas para la instalación, mantenimiento e inspección de sistemas eléctricos de baja tensión

Mantenimiento y Reparaciones Oportunos

Las instalaciones eléctricas deben ser mantenidas periódicamente por empresas autorizadas. Muchos componentes deben ser revisados y reemplazados regularmente. Si no se hace, la instalación se vuelve progresivamente más peligrosa. Además, cualquier reparación, modificación o ampliación debe ser realizada por una empresa instaladora de baja tensión y cumplir con el REBT.

Documentación y Registros

Los establecimientos deben llevar un registro detallado de todas las actividades relacionadas con la instalación eléctrica, incluyendo:

Certificado de Instalación Eléctrica en BT (Boletín): Acredita que la instalación cumple con las normativas.

Inspección periódica en vigor: Obligatoria cada 5 años para asegurar que la instalación sigue siendo segura.

Contrato de Mantenimiento y libro de mantenimiento: En caso de tener un contrato de mantenimiento, debe llevarse un registro de todas las actividades realizadas.

En algunas comunidades autónomas, también se requiere:

Proyecto eléctrico y documentación de diseño y legalización: Documentos que respaldan el diseño y legalización de la instalación eléctrica.

Instalaciones de gas

Las instalaciones de gas deben diseñarse prioritariamente para mantener las condiciones de seguridad estipuladas por el Real Decreto 919/2006 de 28 julio por el que se aprueba el Reglamento Técnico de distribución y utilización de combustibles gaseosos y posteriores instrucciones de desarrollo. Estos son los tres aspectos esenciales que garantizan la seguridad de estas instalaciones:

1. Ventilación

Las cocinas industriales deben tener rejillas de ventilación, una ubicada en la parte inferior de la pared y otra en la parte superior, cerca del techo y del suelo respectivamente. Estas rejillas permiten la entrada de aire para la combustión y la salida de gas en caso de una fuga.

La rejilla superior debe estar situada en una pared que dé directamente al exterior, lo que puede limitar las opciones en algunos lugares. La superficie de las rejillas debe ser de al menos 5 cm² por cada kW de potencia de gas instalada en la cocina.

Es importante que las rejillas sean normalizadas y no simplemente agujeros en la pared, y deben indicar su superficie libre mediante un troquel o algún método garantizado.

2. Electroválvula de Corte

Para asegurar la ventilación en la cocina, se debe instalar un dispositivo electrónico que permita el paso de gas solo cuando la campana extractora esté funcionando. La campana debe mover una cantidad de aire proporcional a la potencia instalada y al tamaño de la cocina.

Esta electroválvula es obligatoria en cocinas con una potencia calorífica superior a 30 kW, lo cual es común ya que una cocina industrial de 4 quemadores puede tener una potencia de 35 kW.

3. Volumen Mínimo

Esta condición, establecida por el real decreto 919/2006, busca evitar que en caso de fuga se alcance una mezcla peligrosa de gas y aire. El gas es explosivo cuando se mezcla con aire en proporciones específicas, y es difícil de inflamar fuera de este rango.

Instalaciones contra incendios

Real Decreto 513/2017, de 22 de mayo, por el que se aprueba el Reglamento de instalaciones de protección contra incendios. Además, cada comunidad autónoma aplica sus propios reglamentos de desarrollo.

Los restaurantes deben implementar una serie de medidas de seguridad contra incendios para proteger a sus clientes, personal y propiedad. A continuación, se detallan las principales medidas exigidas por la normativa vigente:

Sistemas de Detección y Alarma

Es obligatorio contar con sistemas de detección de incendios que incluyan detectores de humo y calor, además de alarmas que alerten eficazmente a todos los ocupantes del establecimiento. Estos sistemas deben ser revisados y mantenidos periódicamente para asegurar su correcto funcionamiento.

Extintores y Bocas de Incendio Equipadas (BIE)

Los restaurantes deben tener extintores visibles y de fácil acceso en todo el local. Según el tamaño del establecimiento, también pueden ser necesarias bocas de incendio equipadas (BIE) para combatir el fuego de manera rápida y eficaz.

Formación del Personal

Todo el personal del restaurante debe recibir formación adecuada sobre el uso de extintores y los procedimientos de evacuación. Es esencial que el personal sepa cómo actuar en caso de emergencia, garantizando una evacuación segura y ordenada.

Medidas de Protección Pasiva

La protección pasiva contra incendios incluye el uso de materiales ignífugos en la construcción y el diseño interior del restaurante. Esto ayuda a prevenir la propagación del fuego y proporciona más tiempo para la evacuación.

Además, las sectorizaciones dividen el establecimiento en sectores de incendio, áreas delimitadas por elementos constructivos que impiden el paso del fuego y humo de un sector a otro. Estos elementos deben tener una resistencia al fuego adecuada, medida en minutos, y dependerá del nivel de riesgo del edificio. Los sectores de incendio deben tener una superficie determinada y un número máximo de ocupantes, según el uso del edificio.

Cocinas y Áreas de Riesgo Especial

Las cocinas, consideradas zonas de riesgo especial, requieren sistemas de extinción automática, especialmente si la potencia de los equipos de cocción supera los 20 kW. Además, los sistemas de ventilación deben ser capaces de evacuar humo y gases a altas temperaturas.

Señalización y Alumbrado de Emergencia

La señalización contra incendios es esencial para guiar a las personas de manera segura hacia las salidas de emergencia y los equipos de protección. Asimismo, el alumbrado de emergencia debe mantenerse operativo incluso durante cortes de energía, indicando las rutas de evacuación.

Respetar estas medidas de seguridad contra incendios es una obligación legal para los propietarios de restaurantes y una responsabilidad moral para garantizar la seguridad de todos los ocupantes. Mantenerse actualizado sobre la normativa y realizar las adecuaciones necesarias evita riesgos y posibles sanciones.

5. MEDIDAS PREVENTIVAS A ADOPTAR

En las tablas de identificación y evaluación de los puestos de trabajo hemos dedicado una columna para poder recoger para cada riesgo detectado las medidas preventivas o medida correctora que debería llevarse a cabo.

Las medidas preventivas se pueden clasificar en varias categorías:

1. Medidas de Prevención Técnicas

Estas medidas se centran en el entorno físico y en los equipos utilizados en el trabajo.

Sustitución: Reemplazar materiales o procesos peligrosos por otros que sean menos peligrosos.

Mantenimiento: Realizar mantenimiento regular de equipos y maquinarias para asegurar su correcto funcionamiento.

Señalización: Utilizar señales de seguridad para informar y advertir a los trabajadores sobre los peligros presentes.

Diseño y Ergonomía: Adaptar los lugares de trabajo y las herramientas a las necesidades físicas de los trabajadores para reducir riesgos.

2. Medidas Organizativas

Estas medidas implican la organización del trabajo y la implementación de políticas y procedimientos que promuevan la seguridad.

Formación y Capacitación: Proveer educación continua a los trabajadores sobre riesgos y prácticas seguras.

Procedimientos de Trabajo Seguro: Establecer y seguir procedimientos que minimicen los riesgos laborales.

Supervisión y Control: Supervisar el cumplimiento de las normas de seguridad y corregir conductas peligrosas.

Planificación de la Seguridad: Integrar la seguridad en la planificación de todas las actividades laborales.

3. Medidas de Protección Personal

Estas medidas se centran en proteger al trabajador directamente mediante el uso de equipos de protección personal (EPP).

Uso de EPP: Proporcionar y asegurar el uso adecuado de equipos como cascos, guantes, gafas de seguridad, mascarillas, etc.

Mantenimiento de EPP: Asegurar que los equipos de protección estén en buen estado y se mantengan correctamente.

4. Medidas de Higiene Industrial

Estas medidas buscan controlar los factores ambientales que pueden afectar la salud de los trabajadores.

Control de Agentes Químicos: Implementar medidas para minimizar la exposición a sustancias químicas peligrosas.

Control de Ruido: Implementar barreras acústicas, aislamiento de maquinaria ruidosa y el uso de protectores auditivos.

Ventilación Adecuada: Asegurar una ventilación adecuada para evitar la acumulación de contaminantes en el aire.

5. Medidas de Vigilancia de la Salud

Estas medidas están dirigidas a monitorear la salud de los trabajadores para detectar y prevenir enfermedades laborales.

Exámenes Médicos Periódicos: Realizar chequeos médicos regulares a los trabajadores para detectar posibles problemas de salud relacionados con el trabajo.

Registro de Incidentes y Enfermedades: Mantener un registro de accidentes y enfermedades para identificar patrones y áreas de mejora.

6. Medidas de Información y Participación

Estas medidas fomentan la comunicación y la participación activa de los trabajadores en la prevención de riesgos.

Difusión de Información: Informar a los trabajadores sobre los riesgos y las medidas preventivas.

Participación de los Trabajadores: Involucrar a los trabajadores en la identificación de riesgos y en la implementación de medidas preventivas.

Implementar una combinación de estas medidas preventivas puede crear un ambiente laboral más seguro y reducir significativamente la probabilidad de accidentes y enfermedades laborales.

6. PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA.

Una vez realizada la evaluación de riesgos laborales en la especialidad de Seguridad en el trabajo y de acuerdo al nivel de estimación otorgado, a lo largo de la evaluación, y una vez descritas las medidas y controles preventivos previstos para eliminar los riesgos detectados, vamos a llevar a cabo una planificación en el tiempo en función de su gravedad y en base a esto, se determina la prioridad en su incorporación.

En la siguiente tabla establecemos el nivel de prioridad y los plazos máximos para llevarlos a cabo.

Nivel de Riesgo	Nivel de prioridad	Plazo Máximo
INTOLERABLE	1	INMEDIATA
IMPORTANTE	2	1 MES
MODERADO	3	6 MESES
TOLERABLE	4	12 MESES
TRIVIAL	5	MAS DE 12 MESES

Tabla 12 Medidas en la disciplina de Seguridad en el Trabajo

Vamos a establecer una temporización en función de su prioridad, nombrando un responsable de cada medida a establecer y una estimación presupuestaria para ver si sería viable llevarla a cabo o debería ser sustituida por otra medida preventiva.

Según nuestras tablas de evaluación de los distintos riesgos en los distintos puestos de trabajo NO encontramos ningún riesgo INTOLETABLE con nivel de priorizada 1.

Con nivel de prioridad 2 IMPORTANTE, encontramos los siguientes riesgos:

Puesto	Ubicación	Causa	Medida preventiva	Tipo	Coste	Responsable	Fecha implantación
Cocinero	Cocina	Golpes/cortes con objetos o herramientas	Dotar al personal de guantes de protección	EPIs	60,00 Euros	Empresario	Un mes a partir fecha entrega evaluación.
Cocinero	Cocina	Contactos térmicos	Dotar al personal de paños de protección	EPIs	30,00 euros	Empresario	Un mes desde la fecha de evaluación.
Cocinero	Cocina	Incendios	Mantener orden y limpieza en la cocina, limpieza específica campana	Organizativa	Sin coste	Responsable de cocina	Un mes desde la fecha evaluación.
Cocinero	Cocina	Incendio	Formación en protección contra incendios y planes de emergencia	Formación	1.000 euros	Empresario	Un mes desde la fecha evaluación.
Cocinero	Arcon congelador	Contactos térmicos	Utilización de guantes de protección térmica, congelación	EPIs	30 euros	Empresario	Un mes desde la fecha entrega evaluación.

Puesto	Ubicación	Causa	Medida preventiva	Tipo	Coste	Responsable	Fecha implantación
Auxiliar de cocina	Cocina	Golpes/cortes con objetos o herramientas	Dotar al personal de guantes de protección	EPIs	60 ,00 Euros	Empresario	Un mes a partir fecha entrega evaluación.
Auxiliar de cocina	Cocina	Contactos térmicos	Dotar al personal de paños de protección	EPIs	30, 00 euros	Empresario	Un mes desde la fecha de evaluación.
Auxiliar de cocina	Cocina	Incendios	Mantener orden y limpieza en la cocina, limpieza específica campana	Organizativa	Sin coste	Responsable de cocina	Un mes desde la fecha evaluación.
Auxiliar de cocina	Cocina	Incendio	Formación en protección contra incendios y planes de emergencia	Formación	1.000 euros	Empresario	Un mes desde la fecha evaluación.
Auxiliar de cocina	Arcon congelador	Contactos térmicos	Utilización de guantes de protección térmica, congelación	EPIs	30 euros	Empresario	Un mes desde la fecha entrega evaluación.

Puesto	Ubicación	Causa	Medida preventiva	Tipo	Coste	Responsable	Fecha implantación
Camarero	Terraza, comedor y barra	Contactos térmicos	Dotar al personal de paños de protección	EPIs	30,00 euros	Empresario	Un mes desde la fecha de evaluación.
Camarero	Terraza, comedor y barra	Incendio	Formación en protección contra incendios y planes de emergencia	Formación	1.000 euros	Empresario	Un mes desde la fecha evaluación.

Para los grupos de nivel de prioridad 3, 4 y 5 planificaríamos la actividad preventiva siguiendo el mismo esquema principal.

No olvidemos que la actividad preventiva debe ser estudiada por el empresario y los costes de su desarrollo deben ser viables para la propia empresa.

Si el propio empresario viera inviable cualquier medida preventiva por su coste o por su organización deberíamos estudiar la posibilidad de su cambio.

Revisiones generales de instalaciones:

Tabla 13 Revisiones periódicas de instalaciones

Revisión de instalación eléctrica	Al inicial la actividad y cada 5 años	Empresa autorizada
Revisión de instalación del gas	Al inicial la actividad y cada 5 años	Empresa autorizada
Revisión de extintores	Al inicial, cada 3 meses, al año y retrimbrado cada 5 años	Empresa autorizada

7. CONCLUSIONES

El presente trabajo fin de máster ha permitido identificar y evaluar los principales riesgos laborales presentes en el entorno de un restaurante- taberna ubicado en Caravaca de la Cruz (Murcia), así como desarrollar un plan de prevención efectivo para mitigar dichos riesgos y mejorar las condiciones de seguridad y salud de los trabajadores.

A continuación, se presentan las principales conclusiones derivadas del estudio:

Identificación de Riesgos:

Los riesgos laborales en un restaurante son variados y abarcan desde riesgos físicos, como caídas, choques, cortes hasta riesgos ergonómicos y psicosociales.

Entre los riesgos más frecuentes se encuentran los relacionados con el manejo de objetos cortantes, el contacto con superficies calientes, y la manipulación manual de cargas estos riesgos afectan a todos los puestos de trabajo existentes en el restaurante.

Evaluación de Riesgos:

La evaluación de riesgos realizada mostró que en este restaurante no existe ningún riesgo INTOLERABLE que pueda dar lugar a la paralización de la actividad. La existencia de algunos riesgos IMPORTANTES deben de ser corregidos en el plazo de un mes, las medidas a adoptar en este tipo de riesgos son organizativas, de formación y en algunos casos son necesarios los EPIs para su corrección.

En cuanto a los riesgos MODERADOS, TOLERABLES Y TRIVIALES pueden ser corregidos en la mayoría de los casos estableciendo unas normas generales de actuación.

Se proponen una serie de medidas preventivas, como la correcta señalización de zonas peligrosas, y la formación continua del personal en materia de seguridad y salud laboral. La reestructuración de los espacios de trabajo para mejorar la ergonomía y reducir la probabilidad de accidentes también fue una medida clave identificada.

En el presente trabajo también se especifica la necesidad de llevar a cabo estudios más específicos como estudio del ruido y estudio de manipulación manual de cargas.

Capacitación y Concienciación:

La formación y concienciación de los empleados en cuanto a la importancia de la seguridad y la correcta utilización de los equipos de protección son fundamentales para la reducción de riesgos.

La creación de una cultura de prevención dentro del establecimiento, donde cada trabajador esté comprometido con la seguridad, es esencial para el éxito del plan de prevención.

Monitoreo y Mejora Continua:

Es crucial implementar un sistema de monitoreo continuo para evaluar la efectividad de las medidas preventivas y realizar ajustes cuando sea necesario.

La realización de auditorías internas y la revisión periódica del plan de prevención permitirán mantener un entorno de trabajo seguro y saludable.

Cumplimiento Legal:

El trabajo ha confirmado la importancia del cumplimiento de la normativa vigente en materia de prevención de riesgos laborales para evitar sanciones y asegurar un entorno laboral seguro.

La adaptación del plan de prevención a los cambios legislativos y a las nuevas situaciones que puedan surgir es una práctica necesaria para garantizar su efectividad a largo plazo.

Hacer aquí un pequeño inciso para tener en cuenta la realidad de los trabajadores del sector de la hostelería. Subrayamos aquí la importancia del estudio de los riesgos psicosociales como estrés (por jornadas largas, falta de personal, dificultad de conciliación vida laboral y familiar), síndrome de Burnout.

En conclusión, la implementación de un plan de prevención de riesgos laborales en un bar no solo contribuye a la mejora de las condiciones de trabajo y la seguridad de los empleados, sino que también puede tener un impacto positivo en la eficiencia operativa y en la satisfacción del personal. La inversión en prevención es, por tanto, una estrategia clave para el desarrollo sostenible y exitoso de cualquier establecimiento del sector de la hostelería.

8. BIBLIOGRAFIA, NORMATIVA Y ANEXO.

8.1. Normativa:

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de prevención de Riesgos Laborales.
- Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- Real Decreto 773/1997, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.
- Real Decreto 1215/1997, de 18 de julio, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo.
- Real Decreto 171/2004, de 30 de enero por el que se desarrolla el artículo 24 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales en materia de coordinación de actividades empresariales.
- Real Decreto 314/2006, de 17 de marzo, por el que se aprueba el Código Técnico de la Edificación.
- Real Decreto 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.
- Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- Real Decreto 487/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorso lumbares, para los trabajadores.
- Real Decreto 374/2001, de 6 de abril, sobre la protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo.
- Real Decreto 286/2006, de 10 de marzo, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra riesgos relacionados con la exposición al ruido.

- Real Decreto 513/2017, de 22 de mayo, por el que se aprueba el Reglamento de instalaciones de protección contra incendios.
- Real Decreto 842/2002 de 2 de agosto, aprueba el reglamento de baja tensión
- Real Decreto 984/2015, de 30 de octubre, por el que se regula el mercado organizado de gas y el acceso de terceros a las instalaciones del sistema de gas natural.

8.2. Guías, criterios y documentos técnicos:

- Manual de procedimientos de prevención de riesgos laborales. Guía de elaboración - Año 2003.
- Evaluación General de Riesgos, INSHT.
- Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición de los trabajadores al ruido INSST. Año 2009.
- Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la Manipulación Manual de Cargas del INSHT. Año 2003.
- NTP 322: Valoración del riesgo de estrés térmico: índice WBGT

8.3 INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Metodologías de evaluación.....	8
Tabla 2 Descripción del restaurante.....	11
Tabla 3 Descripciones de puestos	14
Tabla 4 Horarios de trabajo.....	15
Tabla 5 Maquinaria y equipos	16
Tabla 6 Ficha descriptiva puesto Gerente.....	17
Tabla 7 Ficha descriptiva puesto cocinero	18
Tabla 8 Ficha descriptiva puesto de auxiliar de cocina	18
Tabla 9 Ficha descriptiva del puesto de camarero.....	19
Tabla 10 Matriz de Valoración de riesgos	21
Tabla 11 Tabla de acción y temporalización.	22
Tabla 12 Medidas en la disciplina de Seguridad en el Trabajo.....	63
Tabla 13 Revisiones periódicas de instalaciones.....	66

