Young Workers and Restaurant Safety Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

El sector de la restauración es uno de los principales empleadores de jóvenes trabajadores de todo el mundo, a los que brinda la oportunidad de adquirir una valiosa experiencia laboral y obtener ingresos. Sin embargo, hay varias cosas en juego para los jóvenes trabajadores de esta industria, como la seguridad en el lugar de trabajo, salarios justos, oportunidades profesionales y salud mental.

CUÁL ES EL PELIGRO

PELIGROS HABITUALES PARA LOS JÓVENES TRABAJADORES DE RESTAURANTES

Resbalones, tropiezos y caídas: los jóvenes trabajadores de restaurantes pueden correr el riesgo de resbalar, tropezar o caerse debido a suelos mojados o resbaladizos, superficies irregulares o pasillos desordenados.

Quemaduras y escaldaduras: los jóvenes trabajadores de restaurantes pueden estar expuestos a superficies calientes, líquidos hirvientes y llamas abiertas, que pueden causar quemaduras y escaldaduras.

Cortes y laceraciones: los jóvenes trabajadores de restaurantes pueden correr el riesgo de sufrir cortes y laceraciones con cuchillos, rebanadoras y otros objetos afilados.

Lesiones musculoesqueléticas: los jóvenes trabajadores de restaurantes pueden sufrir lesiones musculoesqueléticas por levantar objetos pesados, movimientos repetitivos y posturas forzadas.

Exposición a productos químicos: los jóvenes trabajadores de restaurantes pueden estar expuestos a productos químicos de limpieza, pesticidas y otras sustancias peligrosas.

OTROS PELIGROS A LOS QUE SE ENFRENTAN LOS TRABAJADORES JÓVENES

1. **Riesgos ergonómicos:** los trabajadores jóvenes pueden tener que permanecer de pie durante largos periodos de tiempo, lo que provoca dolores de pies y

espalda. También pueden tener que trabajar en posturas incómodas, lo que provoca trastornos musculoesqueléticos como el síndrome del túnel carpiano.
2. **Riesgos eléctricos:** los trabajadores jóvenes pueden utilizar aparatos eléctricos como hornos, batidoras o freidoras, que pueden presentar riesgos eléctricos si no se mantienen adecuadamente. También pueden entrar en contacto con cables con corriente, lo que puede provocar descargas eléctricas.
3. **Riesgos de incendio:** Los restaurantes tienen un alto riesgo de incendio debido a los equipos de cocina, las llamas abiertas y los materiales inflamables como aceites y grasas.
4. **Violencia:** Los trabajadores jóvenes pueden enfrentarse a abusos verbales o físicos por parte de clientes o compañeros de trabajo, lo que provoca estrés y ansiedad.
5. **Enfermedades infecciosas:** los jóvenes trabajadores pueden estar expuestos a enfermedades infecciosas como la hepatitis A, la norovirus o el COVID-19 debido al estrecho contacto con los clientes o a la manipulación de los alimentos.

COMO PROTEGERSE

PREVENIR LOS PELIGROS MÁS COMUNES PARA LOS JÓVENES TRABAJADORES DE RESTAURANTES

- **Proporcionar una capacitación adecuada:** Asegúrese de que los trabajadores jóvenes reciben una capacitación adecuada sobre las tareas que van a realizar, así como sobre los procedimientos de salud y seguridad, por ejemplo, cómo manipular superficies y equipos calientes, cómo utilizar correctamente cuchillos y otras herramientas afiladas, y cómo manipular productos químicos y productos de limpieza.
- **Utilice el equipo adecuado:** Asegúrese de que los jóvenes trabajadores dispongan de equipos y herramientas adecuados a su tamaño y fuerza.
- **Proporcione calzado adecuado:** Exija a los jóvenes trabajadores que lleven calzado antideslizante, cerrado y con buena sujeción para evitar resbalones, tropiezos y caídas.
- **Abordar la fatiga:** Asegúrese de que no se sobrecarga de trabajo a los trabajadores jóvenes y de que tienen descansos adecuados durante su turno para evitar la fatiga, que puede provocar accidentes y lesiones.
- **Abordar la violencia y el acoso en el lugar de trabajo:** Establezca políticas para prevenir la violencia y el acoso en el lugar de trabajo e imparta formación sobre cómo identificar y denunciar este tipo de incidentes.
- **Proporcionar supervisión:** Asegúrese de que los trabajadores jóvenes estén supervisados adecuadamente por personal con experiencia que pueda proporcionarles orientación y apoyo cuando lo necesiten.

MÁS PROTECCIÓN PARA LOS TRABAJADORES JÓVENES DE RESTAURANTES

Educación y más educación: Infórmese sobre los derechos de los trabajadores y sobre lo que su empleador está obligado a ofrecer en términos de un entorno de trabajo seguro. Infórmese de las leyes y reglamentos de su zona que protegen a los trabajadores.

No se quede callado: Si se siente incómodo o inseguro en el trabajo, hable con su supervisor o jefe. Comuníqueles sus preocupaciones y pídales ayuda para resolver el problema. Si cree que no se toman en serio sus preocupaciones, puede

denunciar la situación a las autoridades competentes.

Utilice equipo de protección: Cuando manipules materiales o sustancias potencialmente peligrosos, utiliza equipos de protección como guantes, mascarillas y gafas. Asegúrese de que sabe utilizarlos correctamente y de que son los adecuados para la tarea en cuestión.

Haga pausas: Asegúrese de hacer pausas periódicas y de tener acceso a agua potable y aseos. Si se siente abrumado o estresado, tómese un descanso y hable con un compañero o supervisor de confianza.

Manténgase informado: Manténgase al día de los cambios en las políticas y procedimientos de su lugar de trabajo. Asista a las sesiones de capacitación pertinentes y aproveche los recursos que estén a la mano.

VISIÓN GENERAL DE LA SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES JÓVENES EN LOS RESTAURANTES

1. La seguridad en el lugar de trabajo es una cuestión fundamental para los trabajadores jóvenes del sector de la restauración. Pueden enfrentarse a diversos peligros, como resbalones y caídas, quemaduras, cortes y exposición a productos químicos nocivos.
2. Los salarios justos son cruciales para los jóvenes trabajadores del sector de la restauración. Muchos de ellos ganan el salario mínimo o menos, lo que hace difícil llegar a fin de mes.
3. Las oportunidades profesionales pueden ser limitadas para los jóvenes trabajadores del sector de la restauración. Muchos de ellos trabajan a tiempo parcial o en empleos temporales mientras asisten a la escuela o persiguen otros intereses.
4. El entorno de estrés de la restauración puede afectar a la salud mental de los jóvenes trabajadores. Las largas jornadas laborales, los clientes difíciles y los jefes exigentes pueden contribuir al estrés y al agotamiento.

CONCLUSIÓN

Es importante que los empresarios proporcionen capacitación y equipos de seguridad adecuados a los trabajadores jóvenes para minimizar estos riesgos y garantizar su seguridad en el trabajo.