

Manual de apoyo: inducción en SST

Riesgos generales del restaurante, medidas preventivas y criterios de actuación.

Elaborado a partir de normativa nacional, manuales de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo y material oficial del Ministerio de Salud.

Casimiro Restaurante

Alimentos de Santa Cruz S.A.

Módulo 01 · Versión 2

05/08/2026

Lic. Marcos Carrión · CTHYSSC 151

1 · ENCUADRE

Objetivo y alcance del material

Este manual acompaña la capacitación virtual de inducción. Su objetivo es que el personal reconozca los riesgos generales presentes en un establecimiento gastronómico, incorpore medidas básicas de prevención y sepa cuándo detener una tarea y solicitar ayuda.

Regla central: ninguna urgencia operativa justifica exponerse, anular una protección o improvisar una reparación.

Qué no reemplaza

- La capacitación específica de cada puesto, máquina, producto químico o tarea especial.
- Las prácticas presenciales de uso de extintores, evacuación, primeros auxilios o trabajo con riesgos especiales.
- Los manuales del fabricante, procedimientos internos y evaluaciones técnicas del establecimiento.
- La atención de un servicio médico o la actuación del sistema de emergencias.

Responsabilidades y participación

La prevención requiere organización del empleador y participación activa de cada trabajador. El empleador debe mantener condiciones de trabajo seguras, capacitar, proveer los elementos necesarios y sostener la cobertura del sistema de riesgos del trabajo. El personal debe cumplir las medidas, usar correctamente los elementos asignados y comunicar peligros o fallas.

- ✓ Conocer al responsable del turno.
- ✓ Participar de las capacitaciones asignadas.
- ✓ Revisar herramientas y equipos antes de usar.
- ✓ Respetar guardas, tapas y señalización.
- ✓ Informar condiciones peligrosas.
- ✓ No asumir tareas sin autorización o formación.

No se debe: retirar protecciones, puentear dispositivos, usar un equipo identificado como fuera de servicio ni reparar de manera improvisada.

Base: Ley 19.587, arts. 8 a 10; Ley 24.557, art. 31; SRT, "Derechos y obligaciones de las personas trabajadoras".

Accidentes, incidentes y condiciones peligrosas

Un accidente es un hecho que produce una lesión o daño. Un incidente es un evento que no produjo lesión, pero pudo haberla producido. Una condición peligrosa es una situación que aumenta la probabilidad de daño. Los tres deben comunicarse: esperar a que ocurra una lesión elimina la posibilidad de prevenirla.

Secuencia inicial

1. **Detener la tarea** y no agravar la situación.
2. **Proteger el lugar** sin exponerse ni exponer a otras personas.
3. **Avisar de inmediato** al responsable del turno.
4. **Solicitar atención** y activar el procedimiento de ART cuando corresponda.
5. **Conservar información** del hecho sin modificar innecesariamente el lugar.

Una lesión que parece menor también se informa. La evolución debe ser evaluada por quienes corresponda y no por la persona lesionada mientras continúa trabajando.

Base: Ley 24.557, art. 31; SRT, "Qué hacer ante un accidente laboral o enfermedad profesional".

Orden, limpieza, circulación y caídas

En gastronomía, la combinación de agua, grasa, residuos, movimiento de personas y traslado de elementos hace que una desviación pequeña pueda producir una caída o un golpe. El control debe ser inmediato.

Medidas básicas

- ✓ Limpiar o aislar derrames de inmediato.
- ✓ Señalizar mientras persista el peligro.
- ✓ Mantener pasillos y salidas despejados.
- ✓ No bloquear tableros ni extintores.
- ✓ Guardar herramientas y residuos.
- ✓ Usar calzado adecuado a la tarea.

Escaleras y acceso en altura

Para alcanzar un punto elevado se utiliza una escalera adecuada, estable y en buen estado. No se usan sillas, mesas, cajones, estanterías ni equipos. No se asciende con las manos ocupadas ni se estira el cuerpo fuera de los largueros. Las tareas en techos o con riesgo de caída requieren evaluación, autorización y protección específica.

En exterior se debe considerar viento, hielo, iluminación y estado del acceso. Si esas condiciones no están controladas, la tarea se posterga.

Cortes, cuchillos, cristalería y máquinas

Cuchillos y objetos cortantes

- Elegir el cuchillo adecuado, revisar mango y filo y estabilizar la tabla.
- Cortar alejando el filo del cuerpo y mantener la otra mano fuera del recorrido.
- Trasladar con la punta hacia abajo y guardar con el filo protegido.
- No intentar atajar un cuchillo que cae ni dejarlo oculto en agua o residuos.
- Retirar cristalería dañada y recoger vidrios con protección y herramientas adecuadas.

Máquinas de cocina

Antes de operar, revisar el estado general y confirmar que las guardas, tapas, empujadores y controles estén presentes. Se deben respetar las instrucciones del fabricante y trabajar con manos secas cuando exista riesgo eléctrico.

Equipo trabado o defectuoso: detener, desconectar o aislar la energía, identificar "no usar" y avisar. Nunca introducir la mano, limpiar con el equipo en movimiento ni improvisar una reparación.

Calor, quemaduras, freidoras y gas

Trabajo con elementos calientes

- Usar protección térmica seca, íntegra y apropiada.
- Orientar mangos hacia zonas seguras y advertir al trasladar recipientes calientes.
- No llenar recipientes por encima de una capacidad que pueda controlarse.
- Abrir hornos gradualmente y pedir ayuda con ollas pesadas.
- Realizar el recambio de aceite con la freidora apagada y el aceite frío.

Primeros auxilios ante quemadura térmica leve

Alejar de la fuente de calor, enfriar con agua corriente a temperatura de la canilla y pedir atención. No aplicar hielo, cremas, aceites, dentífrico ni remedios caseros; no abrir ampollas ni retirar material adherido.

Olor a gas

No accionar interruptores, enchufes ni llamas. Avisar; cerrar la llave sólo si puede hacerse sin exposición y ventilar conforme al procedimiento seguro del lugar. Nunca buscar una pérdida con llama.

Aceite o grasa en llamas: nunca agregar agua. Dar aviso y actuar sólo dentro de los límites de capacitación, equipo disponible y salida segura.

Manipulación de cargas y posturas

Antes de mover una carga se evalúan peso, volumen, agarre, recorrido, obstáculos y lugar de apoyo. Si la carga no puede controlarse, se divide, se utiliza un medio auxiliar o se pide ayuda.

- ✓ Acercar la carga al cuerpo.
- ✓ Flexionar rodillas al iniciar.
- ✓ Evitar girar el tronco.
- ✓ Girar moviendo los pies.
- ✓ Alternar tareas repetitivas.
- ✓ Informar molestias tempranas.

Los alcances prolongados, la repetición, la bipedestación y las posturas forzadas también deben ser observados. La solución puede incluir reorganizar el puesto, cambiar alturas, acercar insumos, alternar tareas o incorporar ayudas.

Elementos de protección personal

El EPP es una barrera final: no elimina el peligro y no reemplaza las protecciones colectivas, las guardas, el mantenimiento ni la organización segura. Debe corresponder al riesgo, ser compatible con otros elementos y encontrarse en condiciones de uso.

Responsabilidades de uso

- Usar el elemento asignado para la tarea indicada.
- Revisarlo antes de usar y comunicar deterioros o pérdida.
- No modificarlo ni compartirlo cuando sea de uso personal.
- Guardarlo limpio y en el lugar previsto.

La entrega debe quedar documentada en el registro correspondiente. Cuando aplica certificación, se verifica que el elemento cumpla los requisitos vigentes.

Base: Decreto 351/79, arts. 188 a 190; Resolución SRT 299/11; SRT, Manual de Buenas Prácticas, p. 18.

Prevención de incendios y evacuación

Prevenir

- Evitar acumulaciones de grasa y residuos y mantener campanas y ductos.
- No sobrecargar circuitos y retirar de servicio cables, fichas o equipos dañados.
- Mantener salidas, recorridos y extintores visibles, señalizados y libres.
- Conocer cómo dar aviso y seguir las indicaciones del responsable.

Límites para usar un extintor

Sólo se intenta controlar un fuego pequeño e inicial cuando ya se dio aviso, se dispone del extintor adecuado, la persona sabe usarlo y mantiene una salida segura. Si hay humo abundante, el fuego crece, el calor impide acercarse o la salida puede quedar comprometida, se evacúa.

Evacuar

1. Dar aviso y seguir la ruta indicada.
2. Orientar a clientes y compañeros sin exponerse.
3. No correr, gritar, empujar ni volver por objetos.
4. Ir al punto de encuentro y permanecer para el recuento.
5. No reingresar hasta autorización de la autoridad competente.

En fuegos de cocción con aceites y grasas debe contemplarse el riesgo clase K. La selección, cantidad y ubicación de extintores surge de la evaluación técnica y no de este manual.

Cuándo detener una tarea

La tarea se detiene cuando falta una condición necesaria para controlarla. No es necesario esperar a que ocurra un accidente.

- ✓ Guarda o protección ausente.
- ✓ Equipo con falla o cable dañado.
- ✓ Derrame no controlado.
- ✓ Olor a gas, humo o fuego.
- ✓ Acceso inestable u obstruido.
- ✓ Falta de autorización o formación.
- ✓ Carga que no puede controlarse.
- ✓ Ausencia de EPP o ayuda necesaria.

Secuencia: detener, aislar o señalizar sin exponerse, avisar al responsable y no reiniciar hasta que se restablezcan las condiciones.

Base: síntesis operativa de las medidas oficiales desarrolladas en los capítulos anteriores.

Datos locales que deben verificarse

Este documento enseña criterios generales. Para convertirlo en un procedimiento propio de Casimiro todavía deben confirmarse en el establecimiento:

- sistema de alarma o forma de dar aviso;
- responsables y reemplazos por turno;
- rutas de evacuación y punto de encuentro;
- ubicación y operación de cortes de gas y electricidad;
- datos vigentes de ART y teléfonos de emergencia;
- máquinas, productos y riesgos específicos por puesto;
- resultado del estudio de carga de fuego y plan de evacuación.

Hasta completar esa verificación, este manual no debe presentarse como plan de emergencia ni como procedimiento local definitivo.

Fuentes oficiales consultadas

1. Superintendencia de Riesgos del Trabajo. **Manual de Buenas Prácticas: Alimentos y Bebidas** (2022). [Documento oficial](#).
2. Superintendencia de Riesgos del Trabajo. **Guía técnica de prevención 01: Prevención de incendios y plan de evacuación** (2019). [Documento oficial](#).
3. **Ley 19.587 de Higiene y Seguridad en el Trabajo**. [Texto oficial](#).
4. **Decreto 351/79, Anexo I**. [Texto actualizado](#).
5. **Ley 24.557 sobre Riesgos del Trabajo**. [Texto actualizado](#).
6. **Resolución SRT 299/2011**, registro de entrega de EPP. [Texto oficial](#).
7. SRT. **Derechos y obligaciones de las personas trabajadoras**. [Página oficial](#).
8. SRT. **Qué hacer ante un accidente laboral o enfermedad profesional**. [Página oficial](#).
9. Ministerio de Salud de la Nación. **Manual de Primeros Auxilios y Prevención de Lesiones**, pp. 20–21. [Documento oficial](#).

Antes de una nueva edición se deben revisar la vigencia normativa, las versiones de los manuales, los cambios en tareas e instalaciones y los resultados de RGRL, NTE, recorridas, accidentes e incidentes.