

# “Aplicación de medidas ergonómicas en una cocina industrial de un centro hospitalario”



## **Robla Santos, Diana**

Técnico de Ergonomía y Psicosociología aplicada. Unidad Periférica de Prevención de Riesgos Laborales /Servicio de Medicina Preventiva / Complejo Hospitalario Universitario Juan Canalejo / As Xubias 84/ 15006 A Coruña, España  
+34 981 178 000 Ext. 295102 / [diana.robla.santos@sergas.es](mailto:diana.robla.santos@sergas.es)



## **Miraz Novas, Carolina**

Técnico de Higiene Industrial. Unidad Periférica de Prevención de Riesgos Laborales / Servicio de Medicina Preventiva / Complejo Hospitalario Universitario Juan Canalejo / As Xubias 84/ 15006 A Coruña, España  
+34 981 178 000 Ext. 295102 / [carolina.miraz.novas@sergas.es](mailto:carolina.miraz.novas@sergas.es)



## **Castro Sabio, Alfonso**

Psicólogo. Unidad Periférica de Prevención de Riesgos Laborales /Servicio de Medicina Preventiva / Complejo Hospitalario Universitario Juan Canalejo  
As Xubias 84/ 15006 A Coruña, España  
+34 981 178 000 Ext. 295102 / [alfonso.castro.sabio@sergas.es](mailto:alfonso.castro.sabio@sergas.es)



## **Gutiérrez Macho, Joaquín**

Técnico de Seguridad en el trabajo. Unidad Periférica de Prevención de Riesgos Laborales Servicio de Medicina Preventiva / Complejo Hospitalario Universitario Juan Canalejo  
As Xubias 84/ 15006 A Coruña, España  
+34 981 178 000 Ext. 295020 / [joaquin.gutierrez.macho@sergas.es](mailto:joaquin.gutierrez.macho@sergas.es)

## ABSTRACT

Para el correcto desarrollo de cualquier tarea laboral es fundamental el adecuado diseño de todos aquellos elementos que configuran el puesto de trabajo, pero para el correcto desarrollo del proceso productivo no sólo debemos tener en cuenta las condiciones materiales del mismo, sino también todos aquellos aspectos que van a determinar las condiciones ergonómicas a las que se verá sometido el trabajador.

En algunas ocasiones nos podemos encontrar que al llevar a la realidad ese diseño surgen problemas, especialmente de tipo ergonómico, que deben ser corregidos a posteriori y que nos obligan a adoptar medidas correctivas respecto al diseño inicial.

En el caso presentado se describen las acciones ergonómicas tomadas para el rediseño de puestos de trabajo en una cocina industrial en un centro hospitalario.

## **Palabras clave**

Ergonomía, cocina industrial, diseño puestos.

## INTRODUCCIÓN

El presente informe tiene como finalidad corregir las deficiencias detectadas en el diseño de los puestos de trabajo del área del túnel de lavado en la nueva cocina del Hospital Juan Canalejo.

## DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD E IDENTIFICACIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO

La actividad que se desarrolla en esta área consiste en el vaciado de vajilla y restos de comida de las bandejas (desbarazado) para posteriormente introducir las en túnel de lavado, una vez limpio todo el material es almacenado en sus carros correspondientes.

Dicha actividad es realizada por aquellos trabajadores con la categoría de pinche de cocina.

## DEFICIENCIAS DETECTADAS EN LOS PUESTOS DE TRABAJO Y MEDIDAS PREVENTIVAS PROPUESTAS

Los principales factores de riesgo asociados a esta tarea son:

- **Mesa de desbarazado:**

**Deficiencia:**

La altura de la balda donde se colocan las cestas de los vasos y cubiertos, está a 135 cm. del suelo, el peso de las cestas de los vasos es de aproximadamente 12 Kg (Foto 1).

**Medida correctiva:**

La manipulación de las mismas resulta excesiva para una sola persona, dado el peso y la altura de manipulación, por tanto se deben tomar medidas que reduzcan el riesgo de esta tarea.

Para ello caben varias posibilidades:

.- Reducir la altura de la balda: aunque esta medida se hubo de desechar puesto que reducía el espacio de trabajo en la mesa donde se realiza el desbarazado.

.- Reducir el tamaño de la cesta de los vasos para así reducir el peso de la cesta cuando está cargada: la adopción de esta medida suponía la dificultad de modificar el diseño de la cesta lo que podía suponer posteriormente un problema a lo hora de que la cesta encajara adecuadamente en el túnel de lavado.

.- Realizar la tarea entre dos personas: lo que reduce el esfuerzo de manipulación a límites aceptables (Foto 2).



Foto 1



Foto 2

**Deficiencia:**

La falta de superficies entre las zonas laterales de las entradas de los túneles de lavado y mesa de desbarace, hace que se tenga que cargar y transportar de forma manual o bien mediante un carro el material de lavado desde la mesa al túnel (Foto 3).

**Medida correctiva:**

Se debe dotar este espacio libre de alguna superficie entre estas dos zonas de trabajo de forma que se permita el deslizamiento o arrastre del material desde la mesa hasta a la zona de entrada del túnel (Foto 4).



Foto 3



Foto 4

**Deficiencia:**

Los trituradores de restos de comida instalados en la mesa, sobresalen aproximadamente 6 cm. respecto a la superficie de la mesa lo que dificulta el deslizamiento del material hacía la zona del túnel de lavado, obligando a transportarlo manualmente y reduce el espacio aprovechable de la superficie de trabajo (Foto 5)

**Medida correctiva:**

Bajar la altura de instalación de los trituradores para que queden situados al mismo nivel que la superficie de la mesa de trabajo (Foto 6)



Foto 5



Foto 6

• **Túnel de lavado:**

**Deficiencia:**

La entrada del Túnel de lavado, está situada a 69 cm. respecto al suelo, cuando se introducen las bandejas se trabaja con la espalda recta, pero cuando es necesario colocar la vajilla los trabajadores deben adoptar una postura que les obliga a mantener el tronco inclinado (Foto 7).

**Medida correctora:**

Elevar la entrada del de lavado a una altura aproximada de 90 cm. del suelo, de forma que la altura del plano de trabajo permita a los trabajadores introducir el material para el lavado manteniendo el tronco recto (Foto 8).



Foto 7



Foto 8

- **Fregadero cubiertos:**

**Deficiencia:**

No se dispone de fregadero para ablandar los cubiertos, lo que obliga a repetir el proceso de lavado.

**Medida propuesta:**

Instalar fregadero, preferiblemente en la zona libre entre los dos túneles de lavado y en caso de que esto no sea factible, lo más cercano posible a la entrada de los túneles de lavado (Foto 9).



Foto 9

Además de todas las medidas que se tomaron para corregir las deficiencias detectadas en el área de lavado, se añadió posteriormente un túnel para el lavado automático de los carros, tarea que anteriormente se realizaba de forma manual, lo que supuso también una reducción considerable de la carga de trabajo (Fotos 10 y 11)



Foto 10



Foto 11

## AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a todo el personal de cocina del Hospital Juan Canalejo la inestimable colaboración prestada, ya que sin su ayuda este trabajo no hubiera sido posible.

## REFERENCIAS

1. *Ergonomía*. 4ª Edición. Centro Nacional de Condiciones de Trabajo. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.
2. Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la Manipulación manual de cargas. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.  
[http://www.mtas.es/Insht/practice/G\\_cargas.htm](http://www.mtas.es/Insht/practice/G_cargas.htm). Disponible 07/03/2008.

3. LEY 31/1995, de 8 de noviembre de Prevención de Riesgos Laborales.  
<http://www.mtas.es/Insht/legislation/L/lprl.htm>. Disponible 20/02/2008.
4. 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 dorsolumbares, para los trabajadores.  
<http://www.mtas.es/Insht/legislation/RD/cargas.htm>. Disponible 07/03/2008.
5. REAL DECRETO 39/1997 de 17 de enero. Reglamento de los Servicios de Prevención.  
<http://www.mtas.es/Insht/legislation/RD/rd39.htm>. Disponible 20/02/2008
6. UNE-EN 1005-2:2004. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 2: Manejo de máquinas y de sus partes componentes. Asociación Española de Normalización y Certificación.