

## IX – M3 – Structuri de primire turistică – Săptămâna 28/32

### FIȘA DE DOCUMENTARE

#### Măsurile de reducere a solicitărilor fizice

<b>Principalele riscuri observate în sectorul hoteluri, restaurante și catering sunt:</b>
<b>munca fizică dificilă, caracterizată prin:</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ poziții statice și în picioare prelungite;</li><li>✓ transportul și ridicarea unor obiecte grele și voluminoase;</li><li>✓ mișcări repetitive, combinate adesea cu alte condiții de muncă nefavorabile, generate, de exemplu de proiectarea necorespunzătoare a locului de muncă;</li><li>✓ expunere la niveluri ridicate de zgomot;</li><li>✓ medii de muncă în care există temperaturi înalte sau scăzute, în special combinația dintre temperaturi ridicate și curenți de aer, uși deschise, alternarea între căldură și umiditate, pe de o parte, și frig, ca în cazul încăperilor de depozitare a alimentelor, pe de altă parte.</li></ul>
<b>posibilitatea producerii unor accidentări precum:</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ tăieturi și arsuri;</li><li>✓ împiedicări, alunecări și căderi cauzate de pardoseli umede, de obstacole, căderi de la înălțime;</li><li>✓ intoxicații cu substanțe periculoase, de exemplu, produse de utilizarea curentă a agenților de curățare și a agenților biologici din alimente.</li></ul>
<b>solicitări psihosociale determinate de:</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ program de lucru prelungit, neregulat și atipic;</li><li>✓ volum de muncă ridicat și muncă sub presiune;</li><li>✓ lucru cu termene strânse și timp insuficient alocat unei sarcini de lucru;</li><li>✓ lipsa posibilității de a influența propria muncă;</li><li>✓ monotonia muncii, care nu solicită creativitate și implică un nivel scăzut de inițiativă;</li><li>✓ lipsa sprijinului din partea colegilor și a șefilor, care poate agrava stresul la locul de muncă;</li><li>✓ contactul cu clienții, care poate constitui o sursă de stres, de hărțuire sau chiar devolență;</li><li>✓ absența unei instruirii adecvate, care poate provoca un stres suplimentar.</li></ul>

Factorii de risc	
<b>1. proprii executantului</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- deficiențe ale capacității de muncă;</li><li>- acțiuni greșite, omisiuni;</li><li>- efectuarea necorespunzătoare a operațiilor;</li><li>- prezența la lucru în condiții psiho-fiziologice necorespunzătoare.</li></ul>	<b>3. proprii sarcinii de muncă</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- operații, reguli, procedee de lucru greșite;</li><li>- cunoașterea insuficientă a metodelor de lucru;</li><li>- sarcină sub / supradimensionată în raport cu capacitatea executantului.</li></ul>
<b>2. proprii mijloacelor de muncă</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- factori de risc mecanici, termici, electrice;</li><li>- factori de risc chimici (acizi, substanțe toxice, substanțe inflamabile, substanțe explozive);</li><li>- factori de risc biologici (microorganisme, plante periculoase, etc.).</li></ul>	<b>4. proprii mediului de muncă</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- prezența unor gaze toxice în atmosfera mediului de lucru;</li><li>- zgomot excesiv, temperatură foarte ridicată;</li><li>- prezența unor spori sau viruși în atmosfera mediului de muncă;</li><li>- suprasolicitare psiho-fiziologică.</li></ul>