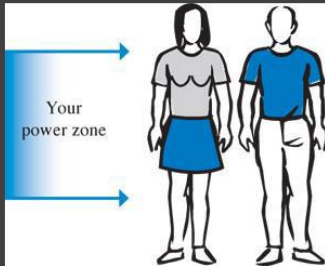


PREFERRED OPERATOR GROUP (POG)

SAFETY TIPS AND TOPICS

Reducing Sprains and Strains with Proper Reaching

POSITION MATERIALS AT A HEIGHT THAT ALLOWS YOU TO WORK WITHIN YOUR POWER ZONE.



People don't realize it, but every task that you ask your body to complete has an impact on its overall health. It affects your body's strength and stamina if you don't ask it to work hard enough and if you ask too much of your body, it can lead to pain and injury. There are some tasks though that aren't always recognized as causing damage. One of these that posts a number of hazards in the fast food industry is reaching. This could be reaching overhead to grab a box of cups or bending down to grab boxes from a delivery that needs to be moved to the freezer. Over time, these movements can cause small amounts of damage that start to add up with the potential or resulting in serious strain injuries from simple movements or in cumulative damage.

Reaching overhead or below knee level on a repetitive basis can lead to injuries to the shoulder, neck, upper back, lower back or even knees. Repetitive reaching should be avoided by placing the items needed most in accessible locations. Heavy items should always be stored between waist and chest level. For tasks that require reaching or twisting, like refilling ice on the soda dispenser, use a step stool at an angle that doesn't force you to twist when pouring the ice into the dispenser and don't forget that working from a step stool also exposes you to a fall hazard (ensure your stepstool is in good condition and positioned appropriately).

With new concerns about spreading germs, many drive through employees are holding credit card processing machines out the drive through window to allow customers to insert and remove their own cards. While this may help prevent the spread of germs, it can be a lot of repetitive reaching and extending while holding an object away from the body in a potentially awkward position. As an alternative, consider placing the machine on a shelf or window ledge and letting customers reach out to process their card. The employee can hold the machine in place versus overreaching to extend the machine to the customer, helping to reduce repetitive reaching.

In a fast-paced restaurant like McDonald's, reaching across an aisle to grab part of an order can put you in someone else's way. Reaching across the grill or the fryer can expose you to serious burn injuries. A lot of the work done in this environment is choreographed in a way that is intended to prevent injuries, but everyone has to stay aware of the hazards around them to truly prevent injuries.

This safety information is provided as a safety resource. Workplace safety is ultimately the responsibility of employers and employees.

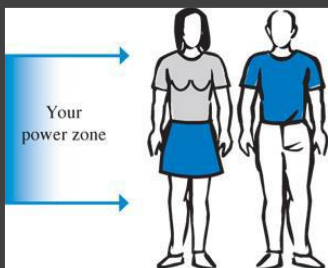


GRUPO DE OPERADORES PREFERIDOS (POG)

CONSEJOS Y TEMAS DE SEGURIDAD

Reducción de esguinces y tensiones con un alcance adecuado

COLOCA LOS MATERIALES A UNA ALTURA QUE TE PERMITA TRABAJAR DENTRO DE TU ZONA DE POTENCIA.



La gente no se da cuenta, pero cada tarea que le pides a tu cuerpo que realice tiene un impacto en su salud general. Afecta la fuerza y resistencia de tu cuerpo si le exiges demasiado, puedes provocar dolor y lesiones. Sin embargo, hay algunas tareas que no siempre se reconocen como causantes de daños. Alcanzar incorrectamente presenta varios riesgos en la industria de la comida rápida. Esto puede ser alcanzar por encima de su cabeza para coger una caja de vasos o agacharse para coger cajas que hay que llevar al congelador. Con el tiempo, estos movimientos pueden causar daños leves que se van acumulando, con el potencial de provocar lesiones graves por sobrecarga —ya sea a raíz de movimientos simples o por daño acumulativo

Alcanzar por encima o por debajo de la rodilla de forma repetitiva puede provocar lesiones en el hombro, el cuello, la parte superior de la espalda, la parte baja de la espalda o incluso las rodillas. Se debe evitar la repetición colocando los objetos más necesarios en lugares accesibles. Los objetos pesados siempre deben guardarse entre la cintura y el pecho. Para tareas que requieren alcanzar o girar, rellenar el hielo en el dispensador de refrescos, usa un taburete en ángulo que no te obligue a girar al echar el hielo en el dispensador. No olvides que trabajar desde un taburete también te expone a un riesgo de caída (asegúrate de que tu taburete esté en buen estado y colocado adecuadamente).

Con nuevas preocupaciones sobre la propagación de gérmenes, muchos empleados del autoservicio están sujetando máquinas de procesamiento de tarjetas de crédito por la ventana para permitir que los clientes inserten y retiren sus propias tarjetas. Aunque esto puede ayudar a prevenir la propagación de gérmenes, puede ser mucho movimiento repetitivo alcanzar y extender mientras mantienes un objeto alejado del cuerpo en una posición potencialmente incómoda. Como alternativa, considera colocar la máquina en un estante o repisa de ventana y dejar que los clientes se acerquen para tramitar su tarjeta. El empleado puede mantener la máquina en su sitio en lugar de extenderla demasiado para alcanzar al cliente, ayudando a reducir la repetición del alcance.

En un restaurante rápido como McDonald's, cruzar el pasillo para coger parte de un pedido puede ponerte en el camino de otra persona. Extender la mano por encima de la parrilla o la freidora puede exponerte a lesiones graves por quemaduras. Gran parte del trabajo realizado en este entorno está coreografiado de forma a prevenir lesiones, pero todos deben estar atentos a los peligros que les rodean para prevenir realmente las lesiones.

Esta información de seguridad se proporciona como recurso de seguridad. La seguridad laboral es, en última instancia, responsabilidad de empleadores y empleados.