

**Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial**

**Aplicada por:**

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

**Nombre:** Carlos Rivera Duran

**Edad:** 66 **Género:** M F

**Cargo:** Gerente

**Antigüedad en el Cargo:** 16 años

**Antigüedad en la empresa:** 16 años

**Fecha de aplicación:** 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto			X	
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)				X
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)	X			
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable		X		
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable		X		
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo			X	
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud				X
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)				X
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros			X	
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				X
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)	X			

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	X			
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante	X			
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			X	
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)	X			
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)				X
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)				X
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)			X	
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante				X
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno		X		
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana	X			
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes.			X	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes	X			
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante			X	
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)		X		
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			X	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor	X			

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)	<input checked="" type="checkbox"/>				
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)	<input checked="" type="checkbox"/>				
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes		<input checked="" type="checkbox"/>			
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito	<input checked="" type="checkbox"/>				
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno	<input checked="" type="checkbox"/>				
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas	<input checked="" type="checkbox"/>				
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad	<input checked="" type="checkbox"/>				
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal	<input checked="" type="checkbox"/>				
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>	
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	—	—	—	—	N, A
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones				—	
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo				—	
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo				—	
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo				—	
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo				—	
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo				—	
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo				—	
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan				—	
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto				—	
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante				—	
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo				—	
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito				—	
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>	
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante		<input checked="" type="checkbox"/>			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros	<input checked="" type="checkbox"/>				

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante	<input checked="" type="checkbox"/>			
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante	<input checked="" type="checkbox"/>			
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				<input checked="" type="checkbox"/>
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros		<input checked="" type="checkbox"/>		
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido			<input checked="" type="checkbox"/>	
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran		<input checked="" type="checkbox"/>		
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante		<input checked="" type="checkbox"/>		
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades	<input checked="" type="checkbox"/>			
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo		<input checked="" type="checkbox"/>		
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas			<input checked="" type="checkbox"/>	
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados			<input checked="" type="checkbox"/>	
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados			<input checked="" type="checkbox"/>	
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes			<input checked="" type="checkbox"/>	
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos			<input checked="" type="checkbox"/>	
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				<input checked="" type="checkbox"/>
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				<input checked="" type="checkbox"/>
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				<input checked="" type="checkbox"/>
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				<input checked="" type="checkbox"/>
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				<input checked="" type="checkbox"/>

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)



GOBIERNO

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

Objetivo: Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Garcelino H. H. Jimenez

Edad: 58 Género: M FX

Cargo: Administrador

Antigüedad en el Cargo: 16 años

Antigüedad en la empresa: 16 años

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto				X
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)				X
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)			X	
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable		X		
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	X			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo	X			
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud				X
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)				X
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	X			
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud			X	
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			X	

CONVENIO

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	X			
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante	X			
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante				X
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)	X			
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)				X
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)			X	
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante			X	
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			X	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana	X			
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			X	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes	X			
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante	X			
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)	X			
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			X	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor	X			

CONVENIO

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)	X			
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)	X			
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes	X			
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno			X	
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas			X	
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad			X	
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal			X	
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo			X	
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones				X
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo				X
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo				X
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo				X
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo				X
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo				X
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo				X
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan		X		
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto				X
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante				X
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo				X
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito				X
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante	X			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros	X			

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante		X		
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante	X			
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros		X		
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido			X	
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	X			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante		X		
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades		X		
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	X			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas			X	
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados			X	
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados			X	
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes			X	
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos			X	
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda			X	
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

**Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial**

**Aplicada por:**

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Jacome Illige

Edad: 70 Género: MxF

Cargo: Contador

Antigüedad en el Cargo: 6 años

Antigüedad en la empresa: 6 años

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto				X
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)		X		
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)			X	
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable	X			
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	X			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo	X			
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud			X	
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (carga bandejas, mover cajas, lavar, etc.)				X
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	X			
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud			X	
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			X	

CONVENIO				
12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	X			
DEMANDAS CUANTITATIVAS	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante				X
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante	X			
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante				X
ESFUERZO MENTAL	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)				X
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)			X	
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)			X	
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)	X			
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)				X
JORNADA DE TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante				X
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			X	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana				X
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes	X			
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				X
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				X
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)				X
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos				X
CONTROL SOBRE EL TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			X	

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)				X
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)				X
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes				X
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno	X			
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas	X			
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad	X			
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal	X			
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	X			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones	X			
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	X			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo	X			
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo	X			
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	X			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	X			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	X			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	X			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	X			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante			X	
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros	X			

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante	X			
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante	X			
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros	X			
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido	X			
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	X			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante	X			
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades	X			
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	X			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas			X	
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados				X
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados				X
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				X
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar fristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

Objetivo: Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Leidy Neiro

Edad: 23 años Género: M F X

Cargo: Auxiliar Contable

Antigüedad en el Cargo: 2 años y medio

Antigüedad en la empresa: 2 años y medio

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto				X
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)				X
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)		X		
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable			X	
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable		X		
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo		X		
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud			X	
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)				X
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	X			
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				X
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			X	

CONVINO

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado		X		
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante				X
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante			X	
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante				X
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)	X			
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)		X		
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)		X		
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)				X
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante				X
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			X	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana				X
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes		X		
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				X
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante			X	
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			X	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			X	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor	X			

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)				X
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)				X
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes				X
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno	X			
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas			X	
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad	X			
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal			X	
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo		X		
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones		X		
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo		X		
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo		X		
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo		X		
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo		X		
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo		X		
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo		X		
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan		X		
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto		X		
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante		X		
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo		X		
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito		X		
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante		X		
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros		X		

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante		X		
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante		X		
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros		X		
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido		X		
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran		X		
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante		X		
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades		X		
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo		X		
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas		X		
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados				X
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados				X
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				X
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

Objetivo: Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Hierlis Campo Monol

Edad: 52 años Género: M FX

Cargo: Cajera

Antigüedad en el Cargo: 7 años

Antigüedad en la empresa: 7 años

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas:

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto	X			
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)			X	
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)				
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable			X	
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable		X		
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo		X		
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud				X
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)				X
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros		X		
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud			X	
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			X	

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado				
DEMANDAS CUANTITATIVAS	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante		X		
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante			X	
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			X	
ESFUERZO MENTAL	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)	X			
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)	X			
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
JORNADA DE TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante		X		
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno				X
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana	X			
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			X	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes			X	
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante			X	
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			X	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos		X		
CONTROL SOBRE EL TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			X	

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)			X	
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)		X		
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes			X	
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito				X
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno			X	
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas			X	
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad			X	
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal			X	
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo		X		
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones			X	
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo			X	
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo			X	
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo			X	
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo		X		
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo			X	
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo			X	
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan			X	
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto			X	
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante		X		
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo		X		
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito		X		
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante			X	
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros		X		

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante			X	
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante			X	
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros		X		
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido			X	
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran			X	
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante			X	
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades			X	
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo			X	
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas				X
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados			X	
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados			X	
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				X
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar fristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

**Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial**

Aplicada por:

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Marilyn Belo

Edad: 27 años Género: M\_FX

Cargo: Cofre

Antigüedad en el Cargo: 6 meses

Antigüedad en la empresa: 6 meses

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto		X		
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)			X	
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)	X			
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable		X		
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable		X		
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo			X	
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud				X
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)				X
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	X			
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud		X		
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)	X		X	

CONVITEO

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	X			
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante		X		
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante		X		
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante		X		
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)	X			
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)	X			
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante			X	
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			X	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana			X	
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			X	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes			X	
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				X
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			X	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			X	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			X	

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)	X			
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)	X			
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes	X			
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno				X
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas	X			
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad			X	
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal			X	
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	X			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones		X		
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	X			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo	X			
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo	X			
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	X			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	X			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	X			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto		X		
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito			X	
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante	X			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros	X			

	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante			X	
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante	X			
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros		X		
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido			X	
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	X			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante			X	
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades		X		
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	X			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas	X			
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados		X		
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados			X	
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes			X	
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda			X	
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

**Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial**

**Aplicada por:**

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Jorgi Bolano

Edad: 57 Género: M F

Cargo: MESA Y BAR

Antigüedad en el Cargo: 14 años

Antigüedad en la empresa: 14 años

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto		X	X	
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)			X	
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)	X			
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable			X	
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable				X
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo				X
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud				X
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)	X			
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros				X
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud	X			
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)	X			

CONVENIO				
12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	X			
DEMANDAS CUANTITATIVAS	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante	X			
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante	X			
ESFUERZO MENTAL	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)	X			
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)	X			
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
JORNADA DE TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante	X			
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno	X			
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana	X			
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			X	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				X
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante			X	
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			X	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos	X			
CONTROL SOBRE EL TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor		X		

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)		X		
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)			X	
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes	X			
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito				X
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno				X
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas			X	
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad				X
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal				
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	X			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones				X
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo			X	
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo		X		
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo	X			
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	X			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	X			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan			X	
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	X			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante			X	
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito			X	
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante	X			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros		X		

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante			X	
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante			X	
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan	X			
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros	X			
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido			X	
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	X			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante		X		
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades			X	
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo		X		
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas				X
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados			X	
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados		X		
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes			X	
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda			X	
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes			X	
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Willy Valderrama

Edad: 34 Género: M & F

Cargo: Mesero

Antigüedad en el Cargo: 1 mes

Antigüedad en la empresa: 1 mes

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto			X	
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)			X	
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)			X	
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable		X		
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable		X		
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo	X			
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud			X	
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)				X
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros		X		
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				X
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)				X

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado		<input checked="" type="checkbox"/>		
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			<input checked="" type="checkbox"/>	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante	<input checked="" type="checkbox"/>			
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			<input checked="" type="checkbox"/>	
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)			<input checked="" type="checkbox"/>	
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	<input checked="" type="checkbox"/>			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	<input checked="" type="checkbox"/>			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)	<input checked="" type="checkbox"/>			
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)			<input checked="" type="checkbox"/>	
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante			<input checked="" type="checkbox"/>	
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			<input checked="" type="checkbox"/>	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana	<input checked="" type="checkbox"/>			
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			<input checked="" type="checkbox"/>	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes			<input checked="" type="checkbox"/>	
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante			<input checked="" type="checkbox"/>	
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			<input checked="" type="checkbox"/>	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos		<input checked="" type="checkbox"/>		
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			<input checked="" type="checkbox"/>	

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)		X		
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)		X		
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes			X	
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno			X	
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas		X		
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad			X	
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal			X	
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	X			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones		X		
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo		X		
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo		X		
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo		X		
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo		X		
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo		X		
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	X			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan		X		
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	X			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	X			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante	X			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros	X			

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante	X			
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante	X			
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan		X		
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros		X		
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido	X			
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	X			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante	X			
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades		X		
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	X			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas	X			
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados	X			
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados		X		
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes			X	
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda			X	
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes			X	

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

**Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial**

**Aplicada por:**

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Enerica

Edad: 23 Género: Mx F

Cargo: mojero

Antigüedad en el Cargo: 8 meses

Antigüedad en la empresa: 8 meses

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto				X
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)			X	
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)			X	
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable		X		
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	X			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo	X			
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud				X
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)			X	
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	X			
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				X
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			X	

CONVENIO				
12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	X			
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante		X		
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			X	
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)		X		
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)		X		
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante	X			
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno	X			
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana				X
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			X	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes			X	
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				X
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			X	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			X	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor		X		

CONVENIO

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)	X			
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)	X			
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes	X			
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno			X	
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas			X	
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad	X			
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal	X			
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	X			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones	X			
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	X			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo	X			
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo	X			
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	X			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo		X		
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan			X	
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	X			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	X			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante		X		
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros		X		

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante	X			
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante	X			
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros				
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido	X			
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	X			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante	X			
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades	X			
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	X			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas	X			
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados		X		
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados			X	
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes			X	
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				X
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Detralee Vargas

Edad: 33 Género: M  FX

Cargo: Mesera

Antigüedad en el Cargo: 17 Meses

Antigüedad en la empresa: 10 meses

Fecha de aplicación: 05-11-24

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto			<input checked="" type="checkbox"/>	
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)				<input checked="" type="checkbox"/>
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)		<input checked="" type="checkbox"/>		
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable			<input checked="" type="checkbox"/>	
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	<input checked="" type="checkbox"/>			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo		<input checked="" type="checkbox"/>		
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud			<input checked="" type="checkbox"/>	
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)		<input checked="" type="checkbox"/>		
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	<input checked="" type="checkbox"/>			
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				<input checked="" type="checkbox"/>
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			<input checked="" type="checkbox"/>	

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado		X		
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante	X			
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			X	
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)			X	
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)		X		
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante		X		
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			X	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana		X		
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes		X		
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				X
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				X
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			X	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			X	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			X	

CONVENIO

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)		X		
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)		X		
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes		X		
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno				X
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas			X	
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad			X	
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal			X	
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo		X		
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones			X	
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo		X		
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo		X		
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo		X		
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo		X		
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	X			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan		X		
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	X			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	X			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante		X		
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros		X		

	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante			X	
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante		X		
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan			X	
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros		X		
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido			X	
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran		X		
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante		X		
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades			X	
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo			X	
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas			X	
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados			X	
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados				X
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos			X	
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda			X	
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

**Aplicada por:**

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Marcial Reyes

Edad: 51 Género: M/F

Cargo: Mostrador

Antigüedad en el Cargo: 26 años

Antigüedad en la empresa: 2 años

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto			<input checked="" type="checkbox"/>	
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)			<input checked="" type="checkbox"/>	
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)			<input checked="" type="checkbox"/>	
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable			<input checked="" type="checkbox"/>	
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	<input checked="" type="checkbox"/>			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo	<input checked="" type="checkbox"/>			
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud			<input checked="" type="checkbox"/>	
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)			<input checked="" type="checkbox"/>	
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros			<input checked="" type="checkbox"/>	
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud			<input checked="" type="checkbox"/>	
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			<input checked="" type="checkbox"/>	

GOBIERNO

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado			✓	
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			✓	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante			✓	
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			✓	
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)			✓	
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	✓			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	✓			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)			✓	
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)			✓	
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante		✓		
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			✓	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana			✓	
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			✓	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes			✓	
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				✓
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)				✓
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			✓	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			✓	

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)				✓
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)				✓
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes			✓	
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			✓	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno			✓	
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas				✓
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad				✓
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal				✓
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	✓			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones	✓			
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	✓			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo	✓			
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo	✓			
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	✓			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	✓			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	✓			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	✓			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	✓			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	✓			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo			✓	
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	✓			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante	✓			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros	✓			

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante	✓			
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante	✓			
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				✓
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros	✓			
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido	✓			
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	✓			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante	✓			
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades	✓			
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	✓			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas	✓			
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados			✓	
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados			✓	
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes			✓	
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				✓
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				✓
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan			✓	
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes			✓	
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				✓
71. En el restaurante puedo expresar fristeza o enojo frente a los clientes				✓

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

**Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial**

**Aplicada por:**

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Carolina Bujorano

Edad: 30 Género: M\_F

Cargo: Cocinera

Antigüedad en el Cargo: 21-08-2025

Antigüedad en la empresa: 21-08-2025

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto			X	
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)			X	
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)	X			
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable			X	
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable		X		
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo		X		
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud			X	
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)			X	
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros		X		
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				X
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)	X			

CONVENIO				
12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	X			
DEMANDAS CUANTITATIVAS	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante		X		
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			X	
ESFUERZO MENTAL	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)			X	
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)			X	
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
JORNADA DE TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante			X	
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			X	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana		X		
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			X	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				X
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				X
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)				X
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos				X
CONTROL SOBRE EL TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor				X

GOBIERNO				
30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)		X		
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)			X	
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes			X	
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno				X
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas		X		
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad		X		
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal			X	
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo		X		
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones		X		
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo		X		
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo			X	
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo		X		
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo		X		
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo			X	
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	X			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto		X		
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	X			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante			X	
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros			X	

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante				X
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante		X		
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros			X	
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido			X	
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran		X		
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante		X		
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades		X		
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	X			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas				X
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados				X
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados				X
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				X
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar fristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

Objetivo: Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Amelina Fernandez

Edad: 39 Género: M\_FX

Cargo: Cocinero

Antigüedad en el Cargo: 9 años

Antigüedad en la empresa: 9 años

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto				X
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)				X
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)	X			
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable				X
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable				X
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo				X
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud	X			
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)	X			
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	X			
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				X
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)	X			

CONVENIO

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)	X			
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)	X			
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes	X			
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno				X
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas	X			
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad			X	
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal				X
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo		X		
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones			X	
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo		X		
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo			X	
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo		X		
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	X			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo			X	
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo			X	
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	X			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto			X	
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante		X		
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito		X		
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante				X
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros				X

CONVENIO				
12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado				
DEMANDAS CUANTITATIVAS	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante			X	
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante		X		
ESFUERZO MENTAL	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)	X			
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)	X			
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
JORNADA DE TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante	X			
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			X	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana			X	
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes	X			
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes	X			
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante	X			
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			X	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			X	
CONTROL SOBRE EL TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			X	

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante				X
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante			X	
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan			X	
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros	X			
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido				X
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran		X		
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante			X	
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades				X
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo			X	
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas				X
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados				X
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados				X
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				X
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

Objetivo: Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Darinel Castro

Edad: 27 Género: Mx F

Cargo: Cocinero

Antigüedad en el Cargo: 4 años

Antigüedad en la empresa: 4 años

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto	X			X
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)	X			
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)			X	
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable			X	
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	X			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo				X
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud		X		
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)				X
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros		X		
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud	X			
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)	X			

CONVENIO				
12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado		X		
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante		X		
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante		X		
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			X	
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)			X	
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)			X	
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante	X			
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			X	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana			X	
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			X	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes	X			
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante	X			
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)				X
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			X	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor		X		

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)	X			
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)	X			
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes			X	
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno				X
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas				X
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad			X	
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal				X
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo			X	
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones	X			
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	X			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo	X			
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo	X			
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	X			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo		X		
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo				X
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan			X	
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto			X	
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante				X
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito			X	
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante			X	
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros			X	

	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante			X	
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante			X	
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros		X		
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido		X		
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	X			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante		X		
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades			X	
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo		X		
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas		X		
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados				X
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados			X	
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos			X	
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				X
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

**Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial**

**Aplicada por:**

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Ornelio Fernandez

Edad: 37 Género: M F

Cargo: Cocinero

Antigüedad en el Cargo: 3 años

Antigüedad en la empresa: 3 años

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto			<input checked="" type="checkbox"/>	
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)			<input checked="" type="checkbox"/>	
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)			<input checked="" type="checkbox"/>	
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable			<input checked="" type="checkbox"/>	
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	<input checked="" type="checkbox"/>			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo	<input checked="" type="checkbox"/>			
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud			<input checked="" type="checkbox"/>	
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)			<input checked="" type="checkbox"/>	
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				<input checked="" type="checkbox"/>
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			<input checked="" type="checkbox"/>	

GOBIERNO				
12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado				✓
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			✓	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante			✓	
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			✓	
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)			✓	
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	✓			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)			✓	
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)				✓
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)		✓		
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante			✓	
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			✓	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana			✓	
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			✓	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				✓
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				✓
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)				✓
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			✓	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			✓	

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)			✓	
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)			✓	
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes			✓	
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			✓	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno			✓	
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas				✓
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad				
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal			✓	
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo		✓		
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones			✓	
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	✓			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo	✓			
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo			✓	
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	✓			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	✓			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	✓			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	✓			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	✓			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	✓			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo			✓	
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	✓			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante	✓			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros	✓			

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante		✓		
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante	✓			
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				✓
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros	✓			
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido	✓			
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	✓			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante	✓			
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades	✓			
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	✓			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas			✓	
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados				✓
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados				✓
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				✓
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				✓
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				✓
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				✓
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				✓
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				✓
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				✓

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: DELLIN MARTINEZ

Edad: 41 Género: M\_FV

Cargo: porcionadora (Auxiliar Area de procesos)

Antigüedad en el Cargo: 3 meses

Antigüedad en la empresa: 3 meses

Fecha de aplicación: 20.09.25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto	✓		✓	✓
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)				✓
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)	✓			
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable			✓	
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	✓			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo	✓			
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud			✓	
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)	✓			
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	✓			✓
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				✓
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			✓	

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	✓			
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			✓	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante			✓	
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			✓	
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)	✓			
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	✓			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	✓			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)			✓	
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	✓			
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante				✓
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno	✓			
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana				✓
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes.	✓			
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				✓
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				✓
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			✓	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			✓	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			✓	

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)	✓			
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)	✓			
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes	✓			
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito	✓			
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno	✓			
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas	✓			
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad			✓	
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal	✓			
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	✓			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones	✓			
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	✓			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo	✓			
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo	✓			
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	✓			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	✓			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	✓			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	✓			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	✓			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	✓			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	✓			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	✓			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante	✓			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros			✓	

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante			✓	
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante	✓			
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				✓
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros	✓			
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido	✓			
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	✓			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante	✓			
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades	✓			
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	✓			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas	✓			
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados			✓	
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados			✓	
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				✓
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				✓
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda			✓	
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				✓
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				✓
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				✓
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				✓

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

Objetivo: Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Felicidad Basabano Paez

Edad: 40 Género: M  F

Cargo: Policiánadara (Auxiliar Area de proceso)

Antigüedad en el Cargo: 7 meses

Antigüedad en la empresa: 7 meses

Fecha de aplicación: 20.09.25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto	X			
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)				X
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)	X			
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable			X	
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	X			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo	X			
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud			X	
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)	X			
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	X			
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				X
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			X	

CONVENIO				
12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	X			
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante			X	
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			X	
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)	X			
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)			X	
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante				X
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno	X			
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana				X
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes	X			
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				X
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				X
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			X	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			X	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			X	

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)	X			
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)	X			
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes	X			
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito	X			
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno	X			
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas	X		X	
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad			X	
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal	X			
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	X			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones	X			
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	X			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo	X			
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo	X			
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	X			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	X			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	X			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	X			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	X			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante	X			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros			X	

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante			X	
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante	X			
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros	X			
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido	X			
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	X			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante	X			
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades	X			
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	X			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas	X			
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados			X	
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados			X	
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda			X	
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

**Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial**

Aplicada por:

Objetivo: Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Libia Vargas

Edad: 58 Género: M F

Cargo: Percepcionadora (Auxiliar Area de proceso)

Antigüedad en el Cargo: 26 años

Antigüedad en la empresa: 26 años

Fecha de aplicación: 20.09.25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto	X			
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)				X
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)	X			
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable			X	
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	X			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo	X			
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud	X			
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)	X			
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	X			
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			X	

CONVERSA				
12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado				
DEMANDAS CUANTITATIVAS	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante			X	
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			X	
ESFUERZO MENTAL	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)	X			
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)			X	
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
JORNADA DE TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante				X
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno	X			
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana				X
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes	X			
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				X
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				X
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			X	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			X	
CONTROL SOBRE EL TRABAJO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			X	

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)	X			
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)				
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes	X			
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito	X			
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno	X			
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas	X		X	
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad			X	
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal	X			
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	X			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones	X			
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	X			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo	X			
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo	X			
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	X			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	X			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	X			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	X			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	X			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante	X			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros			X	

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante			X	
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante	+			
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan	.			X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros	X			
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido	X			
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	X			
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante	X			
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades	X			
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	X			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas	X			
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados			X	
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados			X	
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos			X	X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				.
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

Objetivo: Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Danny-Carolina EPIEPI-EPICU

Edad: 39 Género: M\_FY

Cargo: Trabajador alimento

Antigüedad en el Cargo: 1 año

Antigüedad en la empresa: 1 año

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto			X	
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)			X	
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)			X	
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable		X		
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	X			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo			X	
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud			X	
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)			X	
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros			X	
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				X
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			X	

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)				X
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)				X
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes				X
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito		X		
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno			X	
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas			X	
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad			X	
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal		X		
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	X			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones	X			
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	X			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo			X	
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo			X	
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo			X	
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	X			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	X			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	X			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	X			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante	X			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros	X			

GOBIERNO				
12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	X			
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante		X		
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante				X
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)			X	
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)			X	
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)				X
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)				X
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)				X
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante				X
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno		X		
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana			X	
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes		X		
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				X
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				X
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)				X
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos				X
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			X	

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante		X		
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante		X		
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros			X	
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido		X		
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran			X	
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante			X	
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades			X	
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo	X			
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas			X	
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados				X
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados				X
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				X
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar fristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Lisandro Uribe

Edad: 43 Género: M x F

Cargo: Transporte Alimentos

Antigüedad en el Cargo: 3 años

Antigüedad en la empresa: 3 años

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto			X	
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)			X	
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)			X	
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable		X		
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	X			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo			X	
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud			X	
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)			X	
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros			X	
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				X
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			X	

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	X			
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante		X		
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante				X
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)			X	
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)				X
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)				X
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)				X
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)				X
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante				X
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno	X			
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana			X	
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			X	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				X
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				X
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)				X
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos				X
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			X	

COMERCI

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)				X
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)				X
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes				X
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito		X		
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno			X	
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas			X	
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad				X
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal		X		
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo			X	
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones	X			
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	X			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo			X	
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo			X	
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	X			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	X			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	X			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	X			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	X			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante	X			
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros	X			

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante		X		
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante		X		
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros	X			
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido	X			
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran			X	
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante			X	
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades			X	
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo			X	
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas			X	
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados				X
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados				X
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				X
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar tristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

### Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial

Aplicada por:

Objetivo: Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Yurani Beatriz Guerra Martinez

Edad: 44 Género: M\_FX

Cargo: STI WAR Auxiliar Servicio General y mantenimiento

Antigüedad en el Cargo: 10 meses

Antigüedad en la empresa: 10 meses

Fecha de aplicación: 18-09-25

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto			X	
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)				X
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)			X	
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable	X			
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	X			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo			X	
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud	X			
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)			X	
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros		X		
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud			X	
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			X	

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado	X			
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante		X		
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante	X			
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)		X		
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)	X			
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante			X	
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			X	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana			X	
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes			X	
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				X
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				X
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)		X		
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos				X
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor			X	

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)			X	
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)		X		
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes			X	
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno				X
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas	X			
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad		X		
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal			X	
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	X			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones		X		
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	X			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo	X			
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo	X			
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo		X		
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo		X		
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	X			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	X			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito		X		
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante			X	
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros			X	

	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante			X	
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante		X		
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan			X	
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros			X	
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido				
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran		X		
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante	X			
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades			X	
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo			X	
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas			X	
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados				X
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados				X
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				X
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar fristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)

**Cuestionario para valoración del riesgo Psicosocial**

**Aplicada por:**

**Objetivo:** Determinar las condiciones de salud y trabajo de los empleados del restaurante Bar La Casa del Marisco

En acuerdo con la ley 1581 de 2012 los datos obtenidos al responder este documento serán utilizados con fines académicos

Nombre: Willhel Martínez

Edad: 24 Género: M

Cargo: Estigaral auxiliar servicio general y mantenimiento

Antigüedad en el Cargo: 2 AÑOS

Antigüedad en la empresa: 2 AÑOS

Fecha de aplicación:

Este cuestionario se ha diseñado por dos estudiantes del programa de maestría en Maestría En Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para el proyecto titulado "Condiciones de salud y trabajo de los empleados de restaurante Bar la Casa del Marisco".

Por lo tanto, siéntase en libertad para responder las siguientes preguntas

Señale con una X la casilla que indique la frecuencia con que se le han presentado los siguientes malestares en los últimos tres meses

CONDICIONES AMBIENTALES	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. El ruido en la cocina, el salón o la zona de atención del restaurante es molesto				X
2. En el restaurante el ambiente es muy frío (cocina, salón o zona de atención)				X
3. En el restaurante el ambiente es muy caliente (cocina, hornos, planchas, parrilla, etc.)		X		
4. El aire en la cocina o el salón del restaurante es fresco y agradable	X			
5. La iluminación en la cocina o salón del restaurante es agradable	X			
6. El espacio en la cocina o el área de atención del restaurante es cómodo	X			
7. En el restaurante me preocupa estar expuesto a químicos de limpieza o desinfección que afecten mi salud				X
8. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico (cargar bandejas, mover cajas, lavar, etc.)				X
9. Los equipos y utensilios que uso en el restaurante son cómodos y seguros	X			
10. En el restaurante me preocupa estar expuesto a microbios, plagas o alimentos contaminados que afecten mi salud				X
11. Me preocupa accidentarme en el restaurante (cortes, caídas, quemaduras, etc.)			X	

CONVENIO

12. El restaurante (cocina, comedor o zona de atención) es limpio y ordenado				
<b>DEMANDAS CUANTITATIVAS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. Por la cantidad de pedidos o tareas debo quedarme más tiempo del turno en el restaurante			X	
14. Me alcanza el tiempo del turno para cumplir con todas las tareas en el restaurante			X	
15. Por la cantidad de pedidos o clientes debo trabajar sin parar en el restaurante			X	
<b>ESFUERZO MENTAL</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
16. En el restaurante mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo mental (recordar pedidos, coordinar actividades, etc.)				X
17. En el restaurante debo estar muy concentrado (cocina, servicio al cliente, caja, etc.)	X			
18. En el restaurante debo memorizar mucha información (pedidos, menús, combinaciones, promociones, etc.)	X			
19. En el restaurante debo hacer cálculos rápidos (cuentas, porciones, caja, etc.)				X
20. En el restaurante debo fijarme en pequeños detalles (presentación de platos, limpieza, atención al cliente)	X			
<b>JORNADA DE TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
21. Trabajo en turnos de noche en el restaurante			X	
22. En el restaurante es posible tomar pausas para descansar durante el turno			X	
23. En el restaurante debo trabajar en días de descanso, festivos o fines de semana			X	
24. En el restaurante puedo tomar algunos fines de semana o días de descanso al mes		X		
25. Cuando estoy en casa sigo pensando en el restaurante, los clientes o las tareas pendientes				
26. Discuto con mi familia o amigos por los horarios o exigencias del restaurante				X
27. Debo atender asuntos del restaurante cuando estoy en casa (llamadas, pedidos, mensajes)			X	
28. Por mi trabajo en el restaurante paso poco tiempo con mi familia y amigos			X	
<b>CONTROL SOBRE EL TRABAJO</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
29. En el restaurante puedo proponer o hacer cosas nuevas en mi labor		X		

30. Mi trabajo en el restaurante me permite desarrollar habilidades (cocinar, atender clientes, organizar tareas)	X			
31. En el restaurante puedo aplicar mis conocimientos previos (cocina, servicio, caja)		X		
32. En el restaurante aprendo nuevas recetas, técnicas o formas de atender a los clientes	X			
33. En el restaurante puedo tomar pausas cuando las necesito			X	
34. En el restaurante puedo decidir cuánto trabajo realizo en el día o turno				X
35. En el restaurante puedo decidir la velocidad con la que hago mis tareas		X		
36. En el restaurante puedo cambiar el orden de las actividades según la necesidad	X			
37. En el restaurante puedo parar un momento para atender un asunto personal	X			
<b>RELACION CON JEFES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
38. Mi jefe en el restaurante ayuda a organizar mejor el trabajo	X			
39. Mi jefe en el restaurante tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones	X			
40. Mi jefe en el restaurante me anima a hacer mejor mi trabajo	X			
41. Mi jefe en el restaurante distribuye las tareas de forma que me facilita el trabajo	X			
42. Mi jefe en el restaurante me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo	X			
43. La orientación que me da mi jefe en el restaurante me ayuda a hacer mejor el trabajo	X			
44. Mi jefe en el restaurante me ayuda a progresar en el trabajo	X			
45. Mi jefe en el restaurante me ayuda a sentirme bien en el trabajo	X			
46. Mi jefe en el restaurante ayuda a solucionar los problemas que se presentan	X			
47. Mi jefe en el restaurante me trata con respeto	X			
48. Siento que puedo confiar en mi jefe en el restaurante	X			
49. Mi jefe en el restaurante me escucha cuando tengo problemas de trabajo	X			
50. Mi jefe en el restaurante me brinda su apoyo cuando lo necesito	X			
<b>RELACION CON LOS COMPAÑEROS</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
51. Me agrada el ambiente del grupo de trabajo en el restaurante				
52. En el restaurante me tratan con respeto mis compañeros				

53. Siento que puedo confiar en mis compañeros del restaurante			X	
54. Me siento a gusto con mis compañeros del restaurante		X		
55. En el restaurante algunas personas del grupo de trabajo me maltratan				X
56. En el restaurante solucionamos los problemas de forma respetuosa entre compañeros	X			
57. El grupo de trabajo del restaurante es muy unido	X			
58. Cuando trabajamos en equipo en el restaurante los compañeros colaboran	X	X		
59. Es fácil ponerse de acuerdo con los compañeros para sacar el trabajo en el restaurante		X		
60. Mis compañeros del restaurante me ayudan cuando tengo dificultades		X		
61. En el restaurante nos apoyamos entre compañeros de trabajo			X	
62. En el restaurante algunos compañeros me escuchan cuando tengo problemas		X		
<b>ATENCION A CLIENTES</b>	<b>Siempre</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
63. En el restaurante atiendo clientes muy enojados				X
64. En el restaurante atiendo clientes muy preocupados				X
65. En el restaurante atiendo clientes muy tristes				X
66. En el restaurante me exige atender clientes que pueden estar enfermos				X
67. En el restaurante atiendo clientes que requieren mucha ayuda				X
68. En el restaurante atiendo clientes que me maltratan				X
69. En el restaurante a veces debo atender situaciones de violencia entre clientes				X
70. En el restaurante me exige atender situaciones muy tristes o dolorosas con clientes				X
71. En el restaurante puedo expresar fristeza o enojo frente a los clientes				X

Nota: adaptada del Ministerio de Protección Social (2023) elaborada por Rivera y Rivera (2025)