



Prevención de accidentes por objetos cortantes

Uno de los riesgos que presentan los trabajos en cocinas y que más lesiones ocasiona son los cortes. Para evitarlos se deben controlar todas las superficies cortantes como pueden ser el manejo de cuchillos, bordes de chapa en latas de conserva, rotura de cristales, etc. Las recomendaciones de seguridad que se indican a continuación pretenden ser una guía o recordatorio de aquellas pautas o normas básicas a considerar durante el trabajo en la cocina para evitar este tipo de accidentes.



Cuchillos

- Los cuchillos irán provistos de alguna moldura en su mango, de forma que eviten que la mano pueda deslizarse hasta la hoja de corte, no se transportarán en los bolsillos y en caso necesario se introducirán en estuches o fundas de protección.
- No se deben emplear cuchillos que tengan los mangos astillados o rajados ni aquellos cuya hoja y mango estén defectuosamente unidos.



- En la elección de un cuchillo hay que tener en cuenta: el material a cortar y lo fino o delicado del corte. Se recomienda que a cortes bastos, hojas gruesas; mientras que a cortes finos, hojas delgadas de buen filo. Cuanto mejor sea el filo más seguro será su empleo, ya que se tendrá que desarrollar un menor esfuerzo y, por tanto, habrá menor probabilidad que escape sin control.

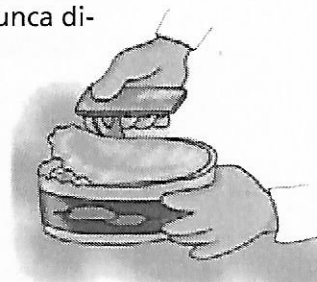
- El corte debe hacerse siempre alejando el cuchillo del cuerpo.

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES POR OBJETOS CORTANTES

- Si se considera necesario se utilizarán guantes y mandiles para proteger las manos y el cuerpo de posibles cortes. Por ejemplo en las tareas de despiece de carne la mano auxiliar deberá ir protegida con un guante de malla.
- No se deben dejar cuchillos abandonados en lugares donde puedan caerse o tropezar con ellos. Deben almacenarse con los filos protegidos, manteniendo la zona de trabajo ordenada; si no se utilizan hay que retirarlos de dicha zona.
- Si no es necesario el cuchillo con punta para el trabajo a realizar, se escogerán aquellos que tengan el extremo redondeado.
- Los cuchillos no deben usarse para señalar o hacer gesto alguno que pueda lesionar a un compañero de trabajo.
- Para limpiar el cuchillo debe hacerse apoyándolo sobre una superficie plana (mesa) actuando primero en una de las caras y posteriormente en la otra. No limpiar nunca directamente sobre el filo.

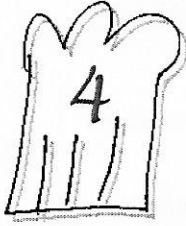
Latas de conserva:

- La forma segura de abrir una lata de conserva es: primero levantar la anilla y empujarla un poco hacia abajo; en segundo lugar coger la lata con una mano, por el mismo lado donde está la anilla, para realizar la apertura.
- En la utilización de abrelatas manuales se prestará especial atención en evitar el contacto de los dedos con la cuchilla de corte, sujetando firmemente la lata por sus paredes laterales.
- Una vez abiertas, los bordes cortan tanto como cualquier cuchillo, por ello, hay que manejarlas con especial precaución.



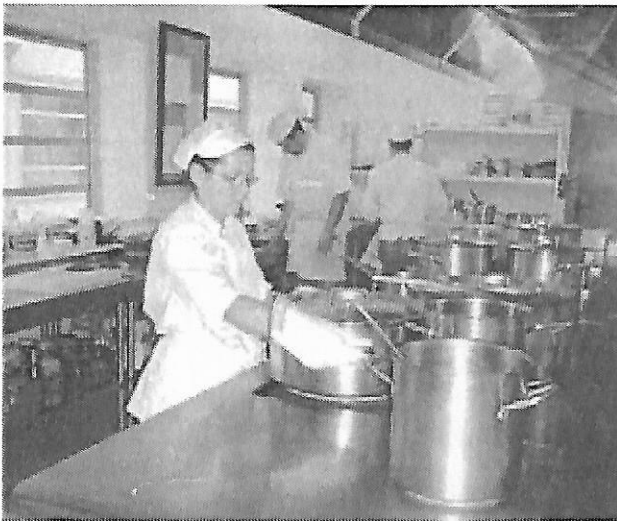
Menaje:

- Los platos, vasos y copas con bordes en mal estado deben retirarse. Al secar las copas hay que tener la precaución de rodar el trapo con la mano que se introduce en el interior de la misma, y que de esta forma, si se rompe no se producirán cortes. Tras la rotura de un vaso, copa o plato, deben retirarse los trozos de inmediato.



Contactos térmicos

Las quemaduras y escaldaduras son lesiones producidas por accidentes térmicos en las que una parte de la superficie corporal se expone al calor, seco o húmedo, con una temperatura suficientemente alta para producir reacciones locales y generales.

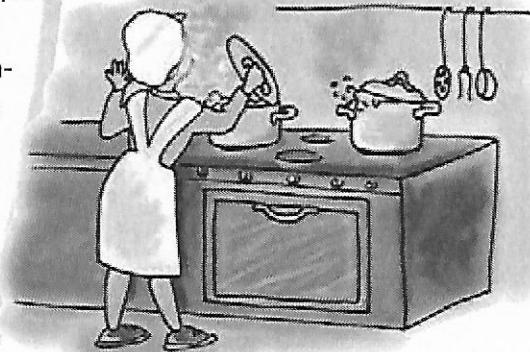


En las instalaciones de cocinas este tipo de accidentes puede ser frecuente, por estar expuesto constantemente con sólidos y líquidos a altas temperaturas, además de aquellas instalaciones que producen llama como hornos, fogones, estufas y calentadores.

En las cocinas podemos tener quemaduras provocadas por: explosiones de gas, vapores, agua caliente, materiales calientes, llamas y manipulación de productos

químicos. Para evitarlas siga con las siguientes recomendaciones de seguridad:

- Oriente hacia el interior de los fogones los mangos de las cacerolas y sartenes al objeto de evitar golpes involuntarios que puedan verter su contenido.
- Protéjase las manos mediante mangos aislantes térmicos, guantes de protección o agarradores, antes de tocar o coger recipientes calientes que contengan líquidos en ebullición.
- Para evitar escaldaduras por vapores, aparte la cara,



antes de destapar las ollas y cacerolas que contengan líquidos calientes.

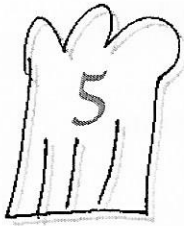
- No apoye ni acerque materiales calientes a objetos que puedan arder fácilmente (papel, madera, tejidos, etc.).
- No lleve fuego o llamas de un sitio para otro.
- En las sartenes y freidoras que contengan aceite evite salpicaduras. Para ello evite mantener el aceite a temperaturas excesivas y asegúrese de la práctica eliminación de restos de agua en los alimentos, asimismo introduzca los alimentos en las freidoras o recipientes de cocción, lentamente y mediante el manejo de unas pinzas de cocina.

- Especial atención debe prestarse en el calentamiento de líquidos en hornos microondas debido a un posible retardo de su ebullición. Éste puede suceder al calentar un líquido, que no contiene ni polvo ni gas (por ejemplo agua o leche), a una temperatura superior a su punto de ebullición.



Si no se ha producido la ebullición puede suceder que al intentar retirar el recipiente, al ser agitado, ésta se produzca bruscamente, pudiendo salir el líquido proyectado provocando quemaduras. Para evitar este tipo de accidentes, basta con introducir una cuchara o espátula de material no metálico o una varilla de cristal, en el interior del recipiente, que evite el sobrecalentamiento del líquido.

No obstante, es recomendable adoptar como medida preventiva, después del calentamiento, esperar unos instantes antes de extraer el recipiente.



Caídas al mismo y distinto nivel

Los resbalones y las caídas son una de las causas predominantes de accidentes en las cocinas. La mayor parte de las partículas de alimentos tienden a ser resbaladizas, y cualquier producto que caiga al piso, favorece los resbalones y caídas, por tanto deben recogerse y limpiarse con rapidez. Para evitar este tipo de accidentes es preciso considerar, entre otras, las siguientes recomendaciones de seguridad:

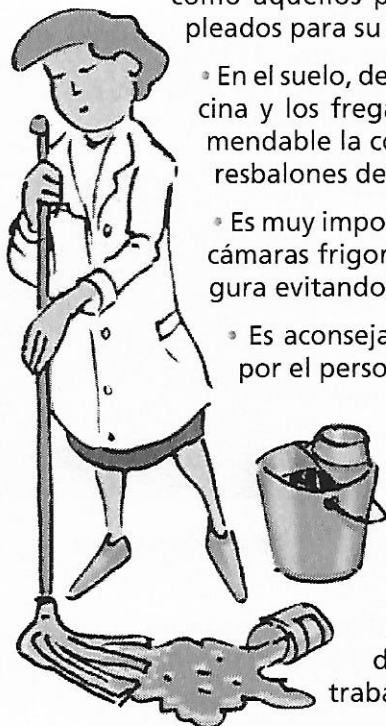
- En lo posible los suelos deberán ser de material antideslizante y suficientemente resistente a las agresiones de los materiales empleados, tanto los utilizados en la preparación de alimentos (aceite, grasas, agua, etc.) como aquellos productos empleados para su limpieza.



- En el suelo, delante de la cocina y los fregaderos, es recomendable la colocación de parrillas enrejadas para evitar resbalones debidos a la grasa y el agua.

- Es muy importante, en los desplazamientos por la cocina, cámaras frigoríficas, almacenes, etc. caminar de forma segura evitando correr por los pasillos y zonas de trabajo.

- Es aconsejable la utilización de calzado antideslizante por el personal de cocina.



- Recoger la basura o cualquier objeto tirado en el suelo de manera inmediata evitará caídas por tropiezos y resbalones.

- Evite que se produzcan derrames y vertidos (aceite, grasa, alimentos,...). Si se han producido, retírelos y limpie la zona de forma rápida y adecuada eliminando los restos de grasa y vertidos del suelo. Al finalizar el trabajo se procederá a una limpieza más a fondo

colocando el material en desuso y basuras en los recipientes previstos para su retirada.

Escaleras

- En el manejo de escaleras portátiles, antes de su utilización, se comprobará que éstas se encuentren en buen estado rechazando aquellas que no reúnan las condiciones adecuadas.
- Para alcanzar los niveles superiores de las estanterías o armarios se utilizarán escaleras manuales u otros medios seguros y adecuados para tal fin.
- Fije la escalera de forma segura y con puntos de apoyo antideslizantes para evitar que ésta pueda resbalar.
- El ascenso y descenso en una escalera portátil se efectuará frente a las mismas. No está permitido el uso de la escalera por más de una persona simultáneamente.
- Durante la utilización de una escalera, si necesita alcanzar un punto alejado de donde Vd. se encuentra, baje y desplácela hasta el lugar más adecuado.
- No utilice escaleras de tijera como escaleras de apoyo, puesto que al no estar preparadas para ello pueden resbalar. En este tipo de escalera ambos lados deben estar unidos por una cadena u otro elemento que impida su total apertura accidental. En los trabajos con la escalera de tijera nunca se debe situar "a caballo" sobre ella.
- No coloque la escalera delante de los fogones cuando estos estén funcionando o cerca de cacerolas, ollas u otros recipientes que contengan alimentos o líquidos calientes.
- No está permitido el transporte y manipulación de cargas desde una escalera cuando, el peso y tamaño de la carga, puedan comprometer la seguridad del trabajador.
- Cuando transporte una escalera actúe con precaución para evitar golpear a otras personas, mirando por donde pisa para evitar tropezar con obstáculos.

