

**TRABAJOS DE INVESTIGACION, PPT,**  
**ESPECIALIDAD GASTRONOMÍA**

Profesor a cargo Modulo: Claudina Sánchez  
Modulo : E,AB,C

**INSTRUCCIONES:**

Lea atentamente la guía.

Responda a las preguntas realizadas en el final de la guía

**OBJETIVO:**

- Conocer los riesgos permanentes dentro de una cocina
- Conocer el manejo adecuado de los implementos de cocina
- Identificar elementos que pueden provocar riesgo dentro de una cocina

**ACTIVIDAD:**

Recortar Pegar, o dibujar, colorear un ejemplo de accidentes dentro de una cocina según la guía entregada, responda las preguntas que se encuentran al final de la guía

**AE: Organiza equipos  
y utensilios,  
considerando  
uso, volumen  
de producción y  
normas de higiene  
y prevención de  
riesgos.**

## Prevención de riesgo en la cocina

El trabajo de preparación de alimentos puede ser, la mayoría del tiempo, libre de lesiones. Las lesiones que llegan a ocurrir usualmente resultan del no seguir instrucciones, el descuido, falta de conocimientos, o una combinación de estos y factores parecidos. Un empleado puede controlar las lesiones observar

continuamente las prácticas seguras de trabajo, y al alertar al empleador o supervisor de aquellas condiciones que podrían contribuir a un accidente.

¡Las cocinas son seguras! Quienes crean los problemas son las personas trabajando en las cocinas. El calor, las máquinas,

el jabón, y los cáusticos todos se necesitan para la preparación

eficiente de alimentos. Todos pueden usarse sin peligro si las personas quienes los usan lo hace apropiadamente.

Los siguientes son puntos para recordar para evitar quemaduras

y aumentar la seguridad en la cocina.

- Use guantes secos para el horno al quitar cacerolas y ollas de la estufa o el horno. Consiga ayuda con las cacerolas y ollas grandes.

- Mantenga las asas de las ollas orientadas en dirección contraria

a los quemadores y los pasillos.

- Apague los quemadores no siendo usados.

- Evite ropa suelta y mantenga las mangas abrochadas al trabajar

alrededor de la estufa, horno, u otras máquinas.

- Evite salpicar agua a la freidora. Siempre use la canasta, y sumerja la comida lentamente al usar la freidora.

- Al dejar el área, asegúrese que otros sepan lo que está

caliente antes de irse.

- Vigile a los compañeros, avisándoles cuando estén en un área de peligro.
- Al limpiar con vapor, use la ropa protectora correcta ... delantales de hule, protección para las manos, los pies, y los ojos.

### Impidiendo Cortaduras con Cuchillos

- Recuerde que los cuchillos pueden ser mortales al usarse indebidamente.

Los cuchillos no son juguetes. Nunca practique la juegos o entre a duelo con ellos.

- Mantenga los cuchillos afilados y almacénelos debidamente.
- No permita que el mango u hoja de un cuchillo extienda a áreas de caminar o trabajar cuando los termine de usar.
- Mantenga los mangos en buenas condiciones. Apriete o reemplaza mangos sueltos.

- Asegúrese que su afilador tenga guardamano. Si no lo tiene, consiga nuevo afilador con el guardamano correcto.

- Nunca sumerja un cuchillo en agua jabonosa. Siempre agarre

el mango del cuchillo bien al lavar la hoja.

- ¡Utilice el cuchillo correcto para el trabajo!
- Corte en una dirección opuesta al cuerpo y no hacia él. Al rebanar, párese de lado, use un tenedor para tener pulso firme, y mantenga los dedos fuera de peligro.
- Use una tabla para cortar al rebanar para prevenir que se resbale y desgaste Cono

### Caídas y Torceduras

- Limpie los derrames de inmediato debido a que la comida, grasa, aceite, y agua derramada pueden ser muy resbalosos.
- Limpie los pisos y rejillas, si existen, diariamente.
- Mantenga libres los pasillos y corredores a toda hora.
- Repare los hoyos y lugares desiguales; proporcione rampas sobre la tubería y otros obstáculos fijos en el piso. Quite

peligros de tropiezo tales como cordones y mangueras al almacenarlos apropiadamente.

### *Levantamientos Seguros*

- Mantenga la espalda derecha, agáchese con las rodillas, y permita que los músculos fuertes de la piernas hagan el trabajo.
- Consiga ayuda al intentar levantar objetos pesados o bultosos.
- Almacene cajas o cartones pesados en los estantes de abajo, preferiblemente a la altura de la cintura, y coloque los artículos menos pesados en los estantes altos.
- Siempre use el tipo correcto de escalera para alcanzar objetos en lo alto. Asegúrese que la escalera esté en buenas condiciones, que no tenga peldaños rotos, laterales o travesaños defectuosos.

### *Aparatos de la Cocina*

- Consiga instrucciones si usted no sabe cómo funciona una máquina.
- Asegúrese que todos los aparatos tengan buena conexión eléctrica a tierra. Si hay un “cosquilleo” o un choque pequeño al prender la máquina, apague la máquina y repórtela inmediatamente. La máquina tiene que ser bloqueada y etiquetada para prevenir usarse más.
- Mantenga las cubiertas en lugar cuando la máquina esté funcionando. Reemplace todas las cubiertas que se hayan quitado para limpieza, mantenimiento, o reparaciones.
- Mantenga las manos y dedos fuera de todas las máquinas. No intente reparar o ajustar ninguna máquina hasta que haya sido apagada y la fuente de potencia haya sido desconectada.
- Utilice una escobilla para quitar migajas, retazos, y

otros materiales al limpiar cualquier máquina. Asegúrese que la máquina esté apagada y que la fuente de potencia esté desconectada.

- Al usar una rebanadora, ponga la hoja en “cero” después de cada uso. Al limpiar la hoja, haga movimientos del centro hacia afuera, para prevenir lesiones de cortaduras del filo de la hoja.
- Al usar una batidora, asegúrese que las varillas de batir estén correctamente conectadas, y el elevador de tazón esté trancado en posición antes de encender el aparato. Siempre, sin excepción, apague la máquina antes de intentar quitar algo del tazón.
- Al usar una lavadora de platos, cargue las bandejas correctamente.

No las sobrecargue. No las fuerce para adentro de la máquina, use poca fuerza. Si una bandeja está atorada en la máquina, use un palo largo con un gancho para jalarla. Use guantes de hule para evitar contacto con jabones y cáusticos fuertes.

- Al usar molinillos/mazas, use un palito para alimentar el molinillo. Nunca ponga los dedos en las entradas y mantenga las cubiertas en lugar en estas y todas las máquinas a toda hora cuando están en funcionamiento.

### *Peligros de Incendio:*

- Conozca la ubicación de los extintores y los controles de los rociadores y unidades de diluvio, y sepa usarlos.
- Ventile los hornos y otros aparatos de gas antes de intentar prenderlos.
- Reporte todas las fugas de gas inmediatamente y no intente hacer reparaciones.
- Asegúrese que los pilotos en los hornos, calentadores de agua, estufas, y otros aparatos estén correctamente ajustados, y que los quemadores enciendan inmediatamente al

abrir las válvulas.

- Obedezca las reglas de fumar. No fume en el área de almacenamiento. Deseche los cerillos y materiales de fumar en recipientes apropiados.

- Evite el uso de líquidos inflamables en el área de la cocina, los

vapores pueden ser explosivos.

*Cafeteras, Ollas a Presión*

- Diariamente, revise las válvulas de seguridad para asegurar que estén libres de obstáculos y en buenas condiciones.

Asegúrese que nada esté obstruyendo la abertura del regulador

de presión, o la abertura de la válvula de seguridad.

- Asegúrese que entienda las instrucciones de operación de este, y demás equipo. Para mayor seguridad de todo el personal, las válvulas de funcionamiento deben ser identificados

con etiquetas permanentes (de metal) para indicar su función.

El uso correcto de este equipo requiere capacitación eficaz cuando un empleado nuevo comienza a trabajar, además atención

constante del gerente o supervisor para asegurar que el empleado

siga haciendo el trabajo tal como fue enseñado. El supervisor de

la cocina, a pesar de su nombre específico de puesto, tiene que

poner el ejemplo al aplicar métodos correctos de trabajo mientras

avanza el trabajo. No es realista esperar que un empleado siga las

normas del trabajo **que se rompen por su supervisor, o**

**compañeros**

**de trabajo.**

La capacitación y la supervisión constante ayudará a hacer de

la cocina un lugar seguro donde trabajar.

Recuerde poner en práctica la seguridad. No la aprenda por accidente.

Este programa de capacitación sobre la seguridad se publicó con

información del Departamento de Labor e Industria de Montana, y

el Departamento de Seguros de Texas, División de Compensación

para Trabajadores

.

**Responda las siguientes preguntas justifique las falsas**

1. Mantenga las asas de las ollas hacia usted.

Verdad o Falso

2. ¿Por qué es importante usar una tabla de cortar al cortar o rebanar?

3. Mantenga las manos y dedos fuera de todas las máquinas.

Verdad o Falso.

4. ¿Por qué es importante saber la ubicación de los extinguidores

y los controles para los sistemas de rocío e inundación?