



## Olá amigos da cozinha!

A Adventist Risk Management Sul-Americana oferece recomendações e soluções para minimizar os riscos das atividades da Igreja Adventista do Sétimo Dia. Confira com a sua equipe algumas dicas de prevenção de acidentes para ter a sua cozinha mais segura:

### Escorregões, tropeços, quedas e distensões

- ✓ Não deixe caixas e outros itens no chão, em lugares onde alguém possa tropeçar.
- ✓ Não tenha fios elétricos cruzando o piso.
- ✓ Mantenha o ambiente organizado e os corredores livres.
- ✓ Guarde objetos mais pesados na altura da cintura para evitar movimentos de esticar ou abaixar que possam causar distensões.
- ✓ Peça ajuda com objetos pesados ou difíceis de manobrar.

### Cortes

- ✓ Não corte comida segurando-a nas mãos. Use uma tábua de cozinha lavável.
- ✓ Não use facas para abrir latas ou para outros propósitos indevidos.
- ✓ Se uma faca cair, afaste-se e deixe-a cair. Não tente segurá-la na queda.
- ✓ Nunca recolha vidro quebrado com as mãos. Varra os fragmentos com uma vassoura e depois recolha com uma pá.
- ✓ Ponha o vidro quebrado no lixo de maneira protegida, para que outros não se machuquem ao manuseá-lo. Você pode usar uma "caixinha" de leite.

### Queimaduras

- ✓ Não deixe cabos de panelas voltados para fora do fogão, onde pessoas podem esbarrar neles ou enroscar a roupa. Vire os cabos para o lado, mas não na direção de outros queimadores acesos.
- ✓ Remova tampas de panelas de modo a que o vapor quente não saia em sua direção. Cuidado com panelas com óleo ou água quente, elas podem gerar graves acidentes.

### Fogo

- ✓ Nunca deixe alimentos sem supervisão enquanto estiverem sendo preparados no fogão.
- ✓ Tenha um extintor de incêndio manual de fácil acesso na cozinha.
- ✓ Se o conteúdo de uma panela pegar fogo, desligue o queimador e tampe a panela com cuidado para que o calor e as chamas não venham em direção ao seu corpo. Uma toalha molhada também pode ser usada. Não jogue água sobre a panela em chamas nem tente movê-la até que ela esfrie.

### Segurança dos alimentos

- ✓ Sempre lave bem as mãos antes de preparar alimentos, depois de usar o banheiro, espirrar, etc.
- ✓ Não armazene produtos químicos e alimentos na mesma área.

### Eletricidade

- ✓ Cuidado com extensões ou tomadas sobrecarregadas, isso pode causar um curto-circuito.
- ✓ Assegure-se de que as tomadas elétricas na cozinha tenham proteção de interruptor de circuito.
- ✓ Remova equipamentos com fios danificados.

**O nosso desejo é que você entenda os riscos que podem ser numerosos na cozinha e estabeleça controles para evitar lesões ou outras perdas.**

*Por John Dougan, especialista sênior em controle de riscos na Adventist Risk Management Curta o Campori com segurança!*