

Salud

Edita: Comunicación, Imagen y Relaciones Públicas

Número 5— 15 de Febrero de 2010

En la cocina no se juega

Si sigues estas pautas, evitarás los accidentes en una de las estancias domésticas donde mayor número de percances ocurren

Según datos de la Red de Detección de Accidentes de Domésticos y de Ocio, el 23,9% de los accidentes ocurridos en el hogar tuvieron lugar en la cocina, fundamentalmente a la hora de preparar la comida

¿Qué puedo hacer para evitar un accidente en la zona de cocinar?

Procura poner los mangos de cazos y sartenes hacia el interior

Evita las salpicaduras usando tapaderas o cubiertas

Vigila los recipientes que estén al fuego para que se rebozen y apaguen la llama

Si una sartén comienza a arder no intentes apagarla con agua; tápala para que la falta de oxígeno extinga la llama



Atención a la hora de manipular ciertos utensilios!!!

Realiza la limpieza y el cambio de cuchillas de los pequeños electrodomésticos cuando éstos estén desenchufados

Antes de manipular un aparato eléctrico asegúrate de que el suelo y tus manos están secos

Procura no andar descalzo por la cocina. Además, de cortes y resbalones evitarás descargas eléctricas en acciones tan sencillas y cotidianas como abrir la nevera o poner el microondas

Los productos de limpieza siempre controlados

Todos los productos tóxicos deben conservarse en sus envases originales para evitar confusiones

No mezcles productos indiscriminadamente, especialmente si se trata de lejía, amoníaco o sulfamán; producen emanaciones tóxicas

Almacena estos productos en un lugar seguro y fuera del alcance de los más pequeños

Un entorno limpio, libre y despejado evita disgustos

Asegúrate de que cierras las puertas de los armarios, sobre todo de los colgados en la pared, una vez que hayas sacado lo que necesitas

Si tu cocina es de gas, revisa periódicamente las instalaciones

Comprueba que nada obstruye las rejillas de ventilación

Ten cuidado a la hora de abrir las ventanas si estas cocinando; una corriente de aire puede apagar la llama

Limpia con asiduidad los filtros de la campana extractora

Y si te quemas...

Lava la zona afectada con abundante agua corriente, fría, hasta dejar de sentir calor

No cubras la herida con pasta de dientes, aceites y demás remedios caseros

Si te levanta una ampolla, no la revientes para evitar futuras infecciones; si es preciso, visita al médico



Si quieres recibir esta circular en tu correo. Envíanos tu dirección a comunicacionmadrid@cruzroja.es

Con la entrada en vigor de la ley de servicios de la sociedad de la información y de comercio electrónico (comúnmente conocida como LSSI-CE) y de la vigente ley orgánica 15/13/1999 de protección de datos española, estamos obligados a comunicarte que tu dirección de correo figura en este momento en una base de datos de contactos formando parte de un fichero automatizado al objeto de continuar ofreciéndote noticias sobre Cruz Roja, así como comunicarte la posibilidad de acceso, modificación y cancelación de tus datos dirigiéndote a: comunicacionmadrid@cruzroja.es