

PRO LOCO DI
Le buone pratiche per la prevenzione degli infortuni in cucina
A cura della Commissione Sicurezza Lavoro dell'UNPLI Piemonte

L'abbigliamento

I volontari che operano in cucina devono indossare:

- calzature chiuse con soles antisdrucciolo
- pantaloni lunghi di materiale non sintetico (il sintetico è infiammabile)
- magliette o maglie con maniche lunghe di materiale non sintetico. (il sintetico è infiammabile)

Se i volontari non fossero disposti ad indossare tali indumenti, il responsabili deve sincerarsi che il lavoro da essi svolto non li metta a rischio di infortuni.

Prevenzione delle ustioni e delle scottature

I liquidi e gli strumenti caldi possono provocare ustioni e scottature. Per evitare il contatto dell'epidermide con questi occorre:

- Controllare che le maniglie di pentole e padelle non sporgano fuori del ripiano delle piastre e dei fornelli.
- Usare guanti e manopole per maneggiare oggetti caldi.
- Se vengono utilizzati forni o fornelli, usare guanti lunghi.
- Quando si sollevano i coperchi di pentole calde, bisogna farlo con l'apertura rivolta in direzione opposta al corpo.
- Attuare tale accorgimento anche per l'uso della friggitrice di cui deve essere verificata la stabilità.
- Non usare panni bagnati per sollevare i coperchi di pentole calde.
- Non riempire troppo pentole e padelle.
- Non lasciare mestoli e forchettoni di metallo nelle pentole e nelle padelle durante la cottura.
- Le pentole a pressione non devono essere aperte durante l'uso.

Prevenire i rischi dell'elettricità

- Informare immediatamente delle spine, dei fili e apparecchi elettrici danneggiati.
- Tenere i fili elettrici lontani dalle apparecchiature.
- Per staccare dalle prese usare la spina, non il filo.
- Tenere i fili elettrici lontani da fonti di calore, acqua e olio

Prevenire altri possibili rischi

- Le porte di forni, armadietti e scaffalature non vanno lasciate aperte.
- Non versare acqua su olio caldo.
- Elementi elettrici e fornelli vanno accesi solo quando devono essere usati.

Coltelli, oggetti taglienti e acuminati

- Tenere i coltelli separati dalle posate e conservarli in un luogo sicuro.
- Lavare i coltelli individualmente e tenerli separati da altri utensili.
- Non lasciare i coltelli in ammollo nell'acqua per lavare i piatti.
- Appena un coltello è pulito ed asciutto, riporlo in luogo sicuro.
- Oggetti taglienti ed acuminati, quali lattine e frammenti di vetro vanno riposti in un contenitore solido, quale un bidone dei rifiuti in plastica o metallo.
- Mai premere sui rifiuti con le mani o i piedi.

Prevenzione incendi

- Tenere sempre in cucina una coperta antincendio.
- I volontari impegnati in cucina devono saper utilizzare gli estintori presenti.

Prevenzione delle scivolate, inciampi o cadute

- Se si nota qualcosa che potrebbe provocare scivolate, inciampi o cadute, informarne subito il responsabile , attuare misure che superino il potenziale pericolo.
- Evitare una scarsa illuminazione o luci che non funzionano.
- Non percorrere pavimenti bagnati e sdruciolevoli.
- Non lasciare armadietti aperti (o porte se esistenti).
- Non lasciare fili elettrici, corde, pacchi sul pavimento o che bloccano vie di passaggio.
- Gli oggetti pesanti non devono essere sollevati da una sola persona.
- Il luogo di lavoro è reso più sicuro, pulendo immediatamente eventuali liquidi presenti sul pavimento. Mettere un cartello di PERICOLO di SCIVOLAMENTO per avvisare che il pavimento è sdruciolevole.
- Se la presa della corrente elettrica è lontana dalla zona in cui si lavora, fissare i fili elettrici al di sopra di punti di passaggio e ripiani.
- Cesti, carrelli, scatole e contenitori vanno riposti vicino ad una parete e lontani da porte, uscite e passaggi.

Regole dell'igiene personale

- Lavarsi spesso le mani e spazzolare unghie soprattutto prima della preparazione del cibo e dopo essere andati alla toelette
- Usare sapone erogato dagli appositi dispenser, non usare saponette.
- Usare l' acqua erogata dal rubinetto azionato a gomito o pedale.
- usare igienizzanti in gel
- Asciugarsi le mani con un asciugamano monouso.
- Indossare indumenti puliti e lavabili.
- Fissare con un nastro o coprire i capelli.
- Non impegnarsi in cucina se si è malati.
- Non mangiare sopra alimenti e superfici per la preparazione del cibo.
- Non starnutire o tossire sopra alimenti e superfici per la preparazione del cibo.
- Non fumare in zone di preparazione del cibo.
- Evitare il contatto non indispensabile con cibi pronti da consumare.
- Coprire con materiale impermeabile cerotti e fasciature.

Pulizia della cucina

- Scrostare le superfici da avanzi di alimenti e grasso.
- Usare acqua molto calda e guanti di gomma.
- Se possibile fare asciugare in modo naturale.

Utensili per la pulizia

- Riporre tutti gli utensili per la pulizia lontano dal cibo.
- I panni per pulire propagano rapidamente i microbi, se tenuti bagnati, a temperatura ambiente tutto il giorno e se utilizzati per una molteplicità di lavori. Panni e salviette di carta monouso sono i migliori perché vengono utilizzati una sola volta e poi gettati.
- Dopo avere disinfettato i ripiani, strofinarli con carta assorbente .

Come movimentare gli alimenti

- Tenere separati i cibi crudi da quelli cotti.
- Usare tavole e utensili distinti per cibi crudi e per cibi cotti.
- Invece delle mani, usare pinze e cucchiari.
- Tenere sempre gli alimenti ad alto rischio in frigorifero sotto i 5 gradi di temperatura o sopra i 60 gradi in forno o a bagnomaria.

Prevenzione microbica

- Eliminare i microbi con buone abitudini di pulizia e programmi di controllo degli organismi nocivi come determinato dal manuale di autocontrollo alimentare (HACCP).