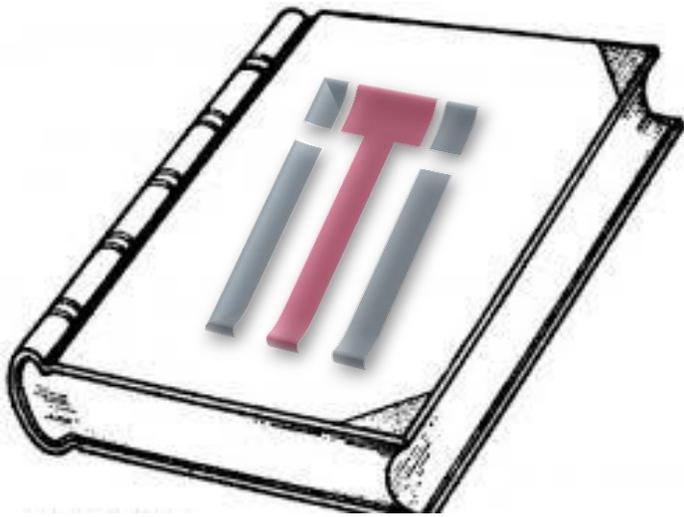




**MANUAL DE SEGURIDAD INDUSTRIAL PARA
TALLERES DE COCINA**



Mayo, 2017

Principios Básicos para prevenir accidentes dentro de los talleres del Campus 3:

- Conoce, comprende y practica todas las normas de prevención, seguridad y en un momento de emergencia.
- No permitir métodos de trabajo que se desvíen de cualquier regla de Seguridad que se haya establecido.
- Avisar inmediatamente al profesor encargado de cualquier condición o práctica que pueda ser causa de lesiones.
- No usar anillos, cadenas, pulseras o cualquier elemento que pueda ser enganchado o atrapado.
- Toda anomalía que se observe en las instalaciones eléctricas y equipos de trabajo, se debe ser comunicado al profesor encargado.
- No se debe fumar, comer o beber en el puesto de trabajo.





**OBLIGACIONES DE LOS TRABAJADORES
(DOCENTES)**

OBLIGACIONES DE LOS TRABAJADORES.¹

1. Participar en el control de desastres, prevención de riesgos y mantenimiento de la higiene en los lugares de trabajo cumpliendo las normas vigentes.

2. Asistir a los cursos sobre control de desastres, prevención de riesgos, salvamento y socorrismo programados por la empresa u organismos especializados del sector público.



3. Usar correctamente los medios de protección personal y colectiva proporcionados por la institución y cuidar de su conservación.

4. Informar al empleador de las averías y riesgos que puedan ocasionar accidentes de trabajo. Si éste no adoptase las medidas pertinentes, comunicar a la Autoridad Laboral competente a fin de que adopte las medidas adecuadas y oportunas.

¹ Decreto Ejecutivo 2393. Reglamento de Seguridad y Salud de los Trabajadores y Mejoramiento del Medio Ambiente de Trabajo.

5. Cuidar de su higiene personal, para prevenir al contagio de enfermedades y someterse a los reconocimientos médicos periódicos programados por la empresa.
6. No introducir bebidas alcohólicas ni otras sustancias tóxicas a los centros de trabajo, ni presentarse o permanecer en los mismos en estado de embriaguez o bajo los efectos de dichas sustancias.
7. Colaborar en la investigación de los accidentes que hayan presenciado o de los que tengan conocimiento.



INFRAESTRUCTURA DEL CAMPUS 3

SUELOS, TECHOS Y PAREDES

1. El suelo constituirá un conjunto homogéneo, liso y continuo. Será de material consistente, no deslizante o susceptible de serlo por el uso o proceso de trabajo, y de fácil limpieza. Estará al mismo nivel y en los centros de trabajo donde se manejen líquidos en abundancia susceptibles de formar charcos, los suelos se construirán de material impermeable, dotando al pavimento de una pendiente de hasta el 1,5% con desagües o canales.
2. Los techos y tumbados deberán reunir las condiciones suficientes para resguardar a los trabajadores de las inclemencias del tiempo.
3. Las paredes serán lisas, pintadas en tonos claros y susceptibles de ser lavadas y desinfectadas.
4. Tanto los tumbados como las paredes cuando lo estén, tendrán su enlucido firmemente adherido a fin de evitar los desprendimientos de materiales.





PUERTAS Y SALIDAS

1. Las salidas y puertas exteriores de los lugares de trabajo, cuyo acceso será visible o debidamente señalizado, serán suficientes en número y anchura, para que todos los trabajadores ocupados en los mismos puedan abandonarlos con rapidez y seguridad.

2. Las puertas de comunicación en el interior de los lugares de trabajo reunirán las condiciones suficientes para una rápida salida en caso de emergencia.

3. En los accesos a las puertas, no se permitirán obstáculos que interfieran la salida normal de los trabajadores.

4. El ancho mínimo de las puertas exteriores será de 1,20 metros cuando el número de trabajadores que las utilicen normalmente no exceda de 200. Cuando exceda de tal cifra, se aumentará el número de aquéllas o su ancho de acuerdo con la siguiente fórmula:

Ancho en metros = $0,006 \times$ número de trabajadores usuarios.

5. Se procurará que las puertas abran hacia el exterior.

6. Se procurará que la puerta de acceso a los lugares de trabajo o a sus plantas, permanezcan abiertas durante los períodos de trabajo, y en todo caso serán de fácil y rápida apertura.

7. Las puertas de acceso a las gradas no se abrirán directamente sobre sus escalones, sino sobre descansos de longitud igual o superior al ancho de aquéllos.

8. En los centros de trabajo expuestos singularmente a riesgos de incendio, explosión, intoxicación súbita u otros que exijan una rápida evacuación serán obligatorias dos salidas, al menos, al exterior, situadas en dos lados distintos del local, que se procurará que permanezcan abiertas o en todo caso serán de fácil y rápida apertura.

9. Ningún puesto de trabajo distará de 50 metros de una escalera que conduzca a la planta de acceso donde están situadas las puertas de salida.





LIMPIEZA

LIMPIEZA DE TALLERES

1. Las operaciones de limpieza se realizarán con mayor esmero en las inmediaciones de los lugares ocupados por máquinas, aparatos o dispositivos, cuya utilización ofrezca mayor peligro.

El pavimento no estará encharcado y se conservará limpio de aceite, grasa y otras materias resbaladizas.

2. Los aparatos, máquinas, instalaciones, herramientas e instrumentos, deberán mantenerse siempre en buen estado de limpieza.

3. Se evacuarán los residuos de materias primas o de fabricación, bien directamente por medio de tuberías o acumulándolos en recipientes adecuados que serán incombustibles y cerrados con tapa si los residuos resultan molestos o fácilmente combustibles



4. Igualmente, se eliminarán las aguas residuales y las emanaciones molestas o peligrosas por procedimientos eficaces.

5. Como líquido de limpieza o desengrasado se emplearán preferentemente detergentes. En los casos

que sea imprescindible limpiar o desengrasar con gasolina y otros derivados del petróleo, se extremarán las medidas de prevención de incendios.

6. La limpieza de ventanas y tragaluces se efectuará, con la regularidad e intensidad necesaria.

7. Para las operaciones de limpieza se dotará al personal de herramientas y ropa de trabajo adecuadas y, en su caso, equipo de protección personal.



LIMPIEZA DE COCINAS

COCINAS

1. Los pisos, paredes y techos serán lisos y susceptibles de fácil limpieza; teniendo estos últimos una altura mínima de 2,30 metros.
2. Se efectuará, si fuera necesario, la captación de humos mediante campanas de ventilación forzada por aspiración.
3. Se mantendrán en condiciones de limpieza y los residuos alimenticios se depositarán en recipientes cerrados hasta su evacuación.
4. Los alimentos se conservarán en lugar y temperatura adecuados, debidamente protegidos y en cámaras frigoríficas los que la requieran.
5. Estarán dotadas del menaje necesario que se conservará en buen estado de higiene y limpieza.
6. Se dispondrá de agua potable para la preparación de las comidas.
7. Deberán estar debidamente protegidas de cualquier forma de contaminación.





**MEDIO AMBIENTE Y RIESGOS LABORES POR
FACTORES FÍSICOS, QUÍMICOS Y
BIOLÓGICOS**

CONDICIONES GENERALES AMBIENTALES: VENTILACIÓN

TEMPERATURA Y HUMEDAD

1. En los locales de trabajo y sus anexos se procurará mantener, por medios naturales o artificiales, condiciones atmosféricas que aseguren un ambiente cómodo y saludable para los trabajadores.
2. En los locales de trabajo cerrados el suministro de aire fresco y limpio por hora y trabajador será por lo menos de 30 metros cúbicos, salvo que se efectúe una renovación total del aire no inferior a 6 veces por hora.





RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES



RIESGOS GENERALES

Orden y Limpieza en los talleres del Campus 3

- Caídas al mismo nivel por resbalones y tropiezos.
- Golpes contra objetos y salientes que ocupan zonas de paso.
- Caídas de objetos almacenados y durante su manipulación
- Incendios.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Orden y Limpieza en los talleres del Campus 3

- Las zonas de paso, las salidas y vías de evacuación deberían mantenerse despejadas y libres de mercancías.
- Los materiales almacenados no dificultaran el acceso y visibilidad de los equipos de emergencia (extintores, botiquines).
- Utiliza los recipientes destinados a la recogida de basura, cartones, desperdicios, entre otros



- Evitar la acumulación de desechos en el suelo, sobre las maquinas o sobre las mesas de trabajo. Utiliza los depósitos destinados a tal fin.



- Limpia los derrames de líquidos en el suelo o cúbrelos inmediatamente con un compuesto absorbente.

RIESGOS

Manipulación de cargas

- Lesiones en la espalda por sobreesfuerzos.
- Cortes en las manos en las operaciones de manipulación y traslado de equipos de cocina.
- Caídas de objetos en manipulación.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Manipulación de cargas



- Utiliza, si es posible, los medios auxiliares para transportar objetos, como bandejas, carritos, etc, sobre todo si son pesados, voluminosos o si la frecuencia con que estos se manipula es elevada.
- Si el peso de la carga es excesivo o su volumen dificulta una fácil manipulación, pide ayuda a otros compañeros.
- En las operaciones de manejo de bolsas con residuos, manipulación continua de objetos de vidrio, y en cualquier caso si antes de manipular un objeto compruebas que el estado de su superficie presenta bordes cortantes, clavos, astillas, suciedad, humedad, temperatura, etc., utiliza guantes de protección.
- Comprobar que se dispone del espacio suficiente para el manejo de la carga antes de iniciar el desplazamiento y comprobar que el recorrido está libre de obstáculos.



En las operaciones de manipulación de cargas, para evitar sobreesfuerzos, se deben adoptar las posturas y movimientos adecuados, tales como:

- Aproximarse a la carga lo máximo posible.
- Asegurar un buen apoyo de los pies, manteniéndolos ligeramente separados. En caso de que el objeto esté sobre una base elevada, aproximarle al tronco, consiguiendo una base y agarre firme y estable.
- Agacharse flexionando las rodillas, manteniendo la espalda recta.
- Levantar la carga utilizando los músculos de las piernas y no con la espalda.

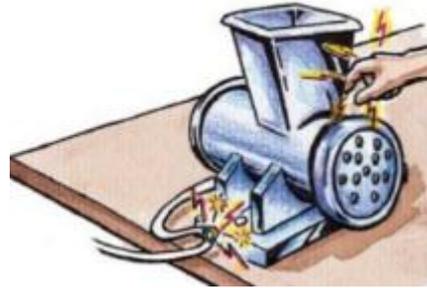


- Tomar firmemente la carga con las dos manos.
- Mantener la carga próxima al cuerpo durante todo el trayecto, dando pasos cortos

RIESGOS

Seguridad frente a riesgos eléctricos

- Contactos eléctricos directos, con partes de la instalación habitualmente en tensión
- Contactos eléctricos indirectos, con partes o elementos metálicos accidentalmente puestos bajo tensión



MEDIDAS PREVENTIVAS

Seguridad frente a riesgos eléctricos

- No manipules las instalaciones eléctricas (interior de maquinaria) si no estás formado y autorizado para ello.
- Antes de utilizar los equipos eléctricos, revisa si presentan deterioros en sus carcasas, cables, botoneras.

- No utilices equipos eléctricos con las manos húmedas. Mantén los pies secos y usa calzado adecuado a las condiciones de trabajo.
- No utilices cables, enchufes o alargadores cerca de fregaderos y zonas húmedas o mojadas.
- No efectúes conexiones a cable pelado, ni modifiques o improvises las clavijas de conexión de los equipos eléctricos.
- No sobrecargues los enchufes utilizando regletas de forma abusiva.
- No coloques cables en zonas de paso.
- En caso de avería o mal funcionamiento, desconecta la herramienta o el equipo, señala la avería y avisa al profesor.
- En caso de incendio no utilices agua para apagar fuegos, donde puedan existir elementos con tensión eléctrica.

Ante una persona electrocutada, actúa de la siguiente forma:

- En todos los casos, corta la corriente.
- Avisa al profesor y si está capacitado, proporcionara de manera inmediata los primeros auxilios.

Riesgos de explosión por acumulación de gas:

- Rejillas de ventilación obstruidas.
- Vertidos sobre quemadores durante la cocción de alimentos.
- Uso indebido o encendido incorrecto de calentado y hornos a gas.
- Quemadores sucios u obstruidos.

RIESGOS

Riesgos de explosión por acumulación de gas

- Revisa al final de la jornada que todas las válvulas de paso de gas están cerradas.
- Realizar un control periódico del estado de los mandos de apertura, evitando que se queden a medio cerrar.
- Cuando se cueza alimentos que puedan derramarse al hervir, no abandones la cocina



- y vigila los recipientes.
- Si percibes olor a gas:
 - Cierra todas las llaves de paso.
 - Ventila el local.
 - No produzcas llamas.
 - No acciones los interruptores eléctricos (ni los de la campana extractora).

Riesgos Generales

Manejo de productos de limpieza

- Ingestión accidental.
- Quemaduras e irritaciones cutáneas.
- Salpicaduras en ojos.

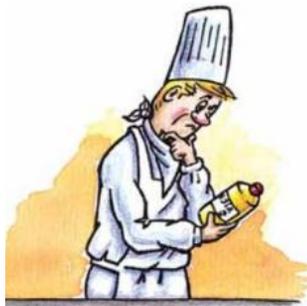


- Inhalación de gases tóxicos o nocivos.

Medidas Preventivas

Manejo de productos de limpieza

- No efectúes trasvases de productos de limpieza salvo a recipientes adecuados en los que se mantengan el etiquetado del envase original.
- Nunca deposites productos de limpieza (detergentes, lejía), aun en pequeñas cantidades, en recipientes de menaje (platos, vasos, copas) o de cocina, utiliza recipientes señalizados que nunca puedan, por confusión, entrar en contacto con alimentos o bebidas.
- No mezcles productos de limpieza, pueden producirse reacciones químicas que liberen gases tóxicos.
- Respeta las indicaciones de la etiqueta, utiliza los elementos de protección indicados en los mismos (guantes, gafas), así como las recomendaciones que permitan un manejo seguro.
- Nunca utilices el olfato para identificar productos contenidos en envases sin etiquetar.





**RIESGOS Y MEIDAS PREVENTIVAS
ESPECÍFICAS EN LOS TALLERES DE COCINA**

Riesgos Específicos

Cocina:

Herramientas manuales

- Cortes con cuchillos, tijeras, etc.
- Micro traumatismos en procesos de corte repetitivos.



Medidas Preventivas

Cocina:

Herramientas manuales

- Selecciona la herramienta de diseño adecuado para el trabajo a realizar (deshuesador, fileteador, pelador, etc.)
- Procura mantener en la medida de lo posible, la mano y el brazo alineados evitando flexionar la muñeca.
- Utiliza el cuchillo de forma que el recorrido de corte se realice en dirección contraria al cuerpo.

- No dejes cuchillos debajo de papeles de desecho, trapos, en la pila de fregar, o entre herramientas, o cajas de trabajo.
- Los cuchillos no deben limpiarse con el delantal u otra prenda, sino con una toalla o trapo, manteniendo el filo de corte girado hacia fuera de la mano que la limpia.
- En determinadas operaciones (deshuesador, fileteador, troceador de piezas de gran volumen, manejo de útiles de corte de gran tamaño) se utilizarán guantes y mandiles de malla metálica, así como protectores para el antebrazo.
- Mantén los útiles de corte en buen estado y colócalos en un lugar seguro después de su utilización (portaherramientas estuches, etc.)
- Revisarlos periódicamente, desechando aquellos que se encuentren en mal estado.

RIESGOS ESPECIFICOS

Cocina:

Equipos de trabajo:

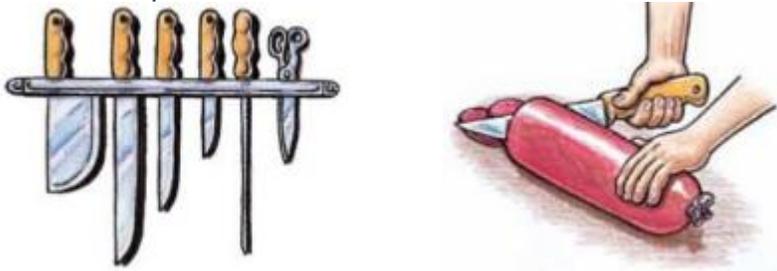
- Cortes y atrapamientos por contacto con órganos móviles y de corte de las máquinas (picadoras, amasadoras, fileteadoras).
- Contacto eléctrico.



MEDIDAS PREVENTIVAS

Equipos de trabajo:

- Antes de utilizar una máquina o equipo por primera vez, solicita la información correspondiente a las condiciones de seguridad relativas a la utilización, ajuste y mantenimiento, así como el manual de instrucciones y normas internas.
- Utiliza los equipos solo en las operaciones para las que han sido diseñados.



- Comprueba que las máquinas que vas a utilizar mantienen los medios de protección como guías, empujadores, resguardos, etc.
- En operaciones de limpieza o en caso de avería desconecta la máquina y según proceda, bloquea y señaliza la situación en la que se encuentre la máquina.
- Evita el uso de anillos, pulseras, etc. Que puedan engancharse con los órganos móviles de la máquina.

- En caso de presentarse una anomalía en las máquinas comunícalo al profesor y no efectúes reparaciones ni modificaciones en los mismos salvo que estés capacitado.



RIESGOS ESPECIFICOS

Quemaduras:

- Contacto con llamas o superficies calientes.
- Salpicaduras de aceite u otros líquidos a alta temperatura.



MEDIDAS PREVENTIVAS

Cocina:

Quemaduras

- Habilita zonas específicas para depositar los recipientes calientes.
- Evita dejar caer los alimentos para freír sobre el aceite caliente: deposítalos en la canastilla y luego sumergirlos despacio.
- Utiliza guantes térmicos si tienes que abrir la puerta de un horno o



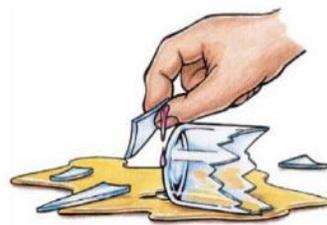
mover un recipiente caliente.

- Usa un mandil que te aislé térmicamente, en caso de salpicaduras que te proteja.
- No dejes platos u objetos calientes en zonas no previstas para su efecto, aunque tu lo sepas un compañero puede confundirse y sufrir quemaduras.

RIESGOS ESPECIFICOS

Estudiantes y Profesores

Caídas con resbalones y tropiezos con objetos:



- Cortes con cuchillos y elementos de corte.
- Cortes con vidrios y roturas de botellas durante su manipulación.

MEDIDAS PREVENTIVAS

Estudiantes y Profesores

Caídas con resbalones y tropiezos con objetos:

- Mantén en lo posible las zonas de circulación libres de obstáculos.
- Mantén el orden y buena distribución de las mesas existentes en tu área de trabajo.
- No te apresures cuando vayas cargando platos, ollas u sartenes.

- Utiliza calzado cerrado por detrás de tacón bajo y suela de goma.
- Si se rompe algún recipiente, delimita en primer lugar , la zona y recoge los fragmentos con la ayuda de una escoba y una pala, nunca con la mano.
- Si se produce la rotura de un utensilio encima de la mesa de trabajo utiliza guantes de seguridad para tomar los fragmentos y deposítalos en un contenedor y sepáralo de los demás contenedores de basura.





NORMAS DE ACTUACIÓN EN CASO DE EMERGENCIAS

ACTUACIÓN EN CASO DE INCENDIOS:

- Si descubres un incendio, mantén la calma e informa al profesor para no entrar en pánico.
- Si te encuentras solo, sal del taller de cocina que se esté incendiando y cierra la puerta sin llave. No pongas en peligro tu integridad física.
- Comunica la emergencia conforme a las normas establecidas en tu taller de cocina.
- Si se te prenden el uniforme, no corras, tiéndete en el suelo y échate a rodar.
- Si tienes que atravesar una zona amplia con mucho humo, procura ir agachado, la atmósfera es mas respirable y la temperatura más baja a nivel del suelo, (colócate un pañuelo húmedo cubriendo la nariz y la boca).
- Utiliza el agente extintor más apropiado a la clase de fuego.

INSTALACIÓN DE DETECCIÓN DE INCENDIOS:

En los locales de alta concurrencia o peligrosidad se instalarán sistemas de detección de incendios, cuya instalación mínima estará compuesta por los siguientes elementos: equipo de control y señalización, detectores y fuente de suministro.

1. Equipo de control y señalización. Estará situado en lugar fácilmente accesible y de forma que sus señales puedan ser audibles y visibles. Estará provisto de

señales de aviso y control para cada una de las zonas en que haya dividido la instalación industrial.

2. Detectores. Situados en cada una de las zonas en que se ha dividido la instalación. Serán de la clase y sensibilidad adecuadas para detectar el tipo de incendio que previsiblemente pueda conducir cada local, evitando que los mismos puedan activarse en situaciones que no correspondan a una emergencia real.

Los límites mínimos referenciales respecto al tipo, número, situación y distribución de los detectores son los siguientes:

a) Detectores térmicos y termovelocimétricos: 1 detector al menos cada 30 metros cuadrados e instalados a una altura máxima sobre el suelo de 7,5 metros.

b) Detectores de humos: 1 detector al menos cada 60 metros cuadrados en locales de altura inferior o igual a 6 metros y cada 80 metros cuadrados si la altura fuese superior a 6 metros e inferior a 12 metros.

c) En pasillos deberá disponerse de un detector al menos cada 12 metros cuadrados.

3. Fuente de suministro de energía. La instalación estará alimentada como mínimo por dos fuentes de suministros, de las cuales la principal será la red general del edificio. La fuente secundaria de suministro dispondrá de una autonomía de 72 horas de funcionamiento en estado de vigilancia y de una hora en estado de alarma.

INSTALACIÓN DE EXTINCIÓN DE INCENDIOS

Se consideran instalaciones de extinción las siguientes: bocas de incendio, hidrantes de incendios, columna seca, extintores y sistemas fijos de extinción.

CLASES DE FUEGOS

Clase A: fuegos de materiales sólidos.

Clase B: Fuegos de combustibles líquidos.

Clase C: Fuegos producidos por combustibles gaseosos o líquidos bajo presión.

Clase D: Fuegos producidos por metales químicamente muy activos (sodio, magnesio, etc.).

EXTINTORES MÓVILES.

1. Los extintores se clasifican en los siguientes tipos en función del agente extintor:

- Extintor de agua
- Extintor de espuma
- Extintor de polvo
- Extintor de anhídrido carbónico (CO₂)
- Extintor de hidrocarburos halogenados
- Extintor específico para fugas de metales

La composición y eficacia de cada extintor constará en la etiqueta del mismo.

2 Se instalará el tipo de extinguidor adecuado en función de las distintas clases de fuego y de las especificaciones del fabricante.

3 Clasificación y Control de Incendios. Se aplicará la siguiente clasificación de fuegos y los métodos de control señalados a continuación:

CLASE A: Materiales sólidos o combustibles ordinarios, tales como: viruta, papel, madera, basura, plástico, etc. Se lo representa con un triángulo de color verde. Se lo puede controlar mediante:

- enfriamiento por agua o soluciones con alto porcentaje de ella como es el caso de las espumas.
- polvo químico seco, formando una capa en la superficie de estos materiales.

CLASE B: Líquidos inflamables, tales como: gasolina, aceite, grasas, solventes. Se lo representa con un cuadrado de color rojo.

Se lo puede controlar por reducción o eliminación del oxígeno del aire con el empleo de una capa de película de:

- polvo químico seco
- anhídrido carbónico (CO₂)
- espumas químicas o mecánicas
- líquidos vaporizantes.

La selección depende de las características del incendio.

NO USAR AGUA en forma de chorro, por cuanto puede desparramar el líquido y extender el fuego.

CLASE C: Equipos eléctricos "VIVOS" o sea aquellos que se encuentran energizados. Se lo representa con un círculo azul.

Para el control se utilizan agentes extinguidores no conductores de la electricidad, tales como:

- polvo químico seco
- anhídrido carbónico (CO₂)
- líquidos vaporizantes.

NO USAR ESPUMAS O CHORROS DE AGUA, por buenos conductores de la electricidad, ya que exponen al operador a una descarga energética.

CLASE D: Ocurren en cierto tipo de materiales combustibles como: magnesio, titanio, zirconio, sodio, potasio, litio, aluminio o zinc en polvo. Se lo representa con una estrella de color verde.

Para el control se utilizan técnicas especiales y equipos de extinción generalmente a base de cloruro de sodio con aditivos de fosfato tricálcico o compuesto de grafito y coque.

NO USAR EXTINGUIDORES COMUNES, ya que puede presentarse una reacción química entre el metal ardiendo y el agente, aumentando la intensidad del fuego.

4. Los extintores se situarán donde exista mayor probabilidad de originarse un incendio, próximos a las salidas de los locales, en lugares de fácil visibilidad y acceso y a altura no superior a 1.70 metros contados desde la base del extintor.

Se colocarán extintores adecuados junto a equipos o aparatos con especial riesgo de incendio, como transformadores, calderos, motores eléctricos y cuadros de maniobra y control.

Cubrirán un área entre 50 a 150 metros cuadrados, según el riesgo de incendio y la capacidad del extintor.

En caso de utilizarse en un mismo local extintores de diferentes tipos, se tendrá en cuenta la posible incompatibilidad entre la carga de los mismos.

UTILIZACION DE AGENTES EXTINTORES				
AGENTE EXTINTOR	CLASES DE FUEGO			
	Clase "A" Materiales Sólidos	Clase "B" Combustibles Líquidos	Clase "C" Combustibles Gaseosos	Clase "D" Metales quimicamente muy activos
Agua a chorro	★ ★	X	X	X
Agua pulverizada	★ ★ ★	★	X	X
Espuma física	★ ★	★ ★	X	X
Polvo Polivalente	★ ★	★ ★	★ ★	X
Polvo seco	★	★	X	X
★★★ Excelente ★★ Bueno ★ Aceptable X No aceptable				
PRECAUCION: Es peligroso utilizar agua o espuma en fuegos de equipos, en presencia de tensión eléctrica o en fuegos de Clase "D"				

ACTUACION EN CASO DE EVACUACIÓN

- Al oír la señal de evacuación por el profesor prepárate para abandonar el taller de cocina.
- Desconectar los aparatos eléctricos que se encuentren cerca.
- Mantener la calma y ayudar a los compañeros a salir del taller de cocina, conforme al plan de evacuación.
- No vuelvas a recoger objetos personales, ya que pondrías en riesgo tu vida.
- Durante la evacuación, sigue las siguientes instrucciones:
 - Realiza la evacuación de forma rápida y ordenada.
 - No permitas el regreso a los talleres de cocina a ninguna persona.
 - Abandona el taller de cocina y dirígete al punto de reunión y no se debe detener junto a la puerta de salida.
- Permanece en el punto de reunión y sigue las instrucciones de los encargados de emergencias.

RECORDAR QUE AL ACCIDENTADO HAY QUE TRATARLE CON URGENCIA, NO TRANSLADARLE CON URGENCIA.



PRIMEROS AUXILIOS

RESUCITACIÓN CARDIO PULMONAR

Boca a boca masaje cardiaco:

- El ritmo en el boca a boca y masaje cardiaco es:
30 compresiones y 2 insuflaciones (100 compresiones por minuto)



Asegúrate que las vías respiratorias estén libres del accidentado



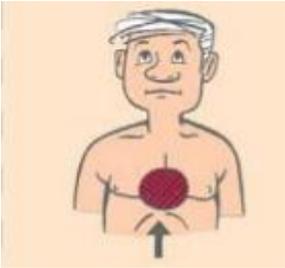
Mantén hacia atrás la cabeza



Mantén hacia arriba su mandíbula.



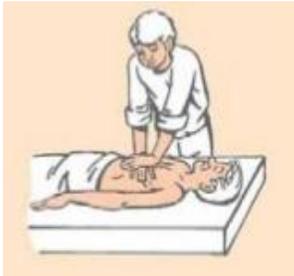
Aplica los labios sobre la boca del accidentado e insufla aire obturándole la nariz.



Punto del masaje cardíaco.

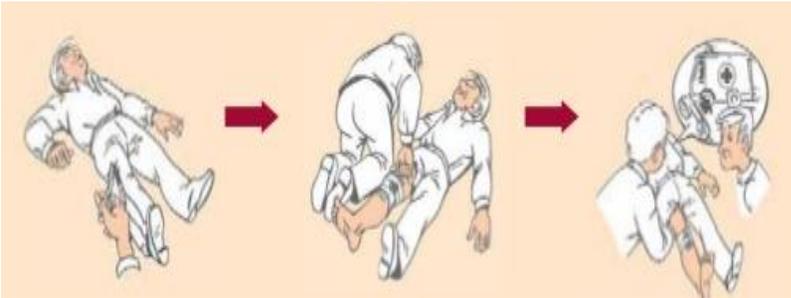


Si la boca de la víctima está cerrada y sus dientes apretados, se le tapa los labios con el dedo pulgar para evitar que el aire se le escape, al serle insuflado por la nariz.



Posición de los talones de las manos en el masaje cardíaco.

HEMORRAGIAS



- Aplica gasas o paños limpios sobre el punto sangrante.
- Si no para, añade más gasa encima de la anterior y haz más compresión.
- Aprieta con los dedos encima de la arteria sangrante.
- Trasládalo al centro médico más próximo.

HERIDAS

- No manipules la herida.
- Lávala con agua y jabón



- No uses pomadas.
- Tápala con gasa estéril.



QUEMADURAS

Hay tres niveles de quemaduras:

- Las quemaduras de primer grado afectan sólo la capa externa de la piel. Causan dolor, enrojecimiento e hinchazón.
- Las quemaduras de segundo grado afectan ambas, la capa externa y la capa subyacente de la piel. Causan dolor, enrojecimiento, hinchazón y ampollas. También se llaman quemaduras de espesor parcial.
- Las quemaduras de tercer grado afectan las capas profundas de la piel. También se llaman quemaduras de espesor total. Causan piel blanquecina, oscura o quemada. La piel puede estar adormecida.

Las quemaduras se dividen en dos grupos.

Quemaduras menores:

- Quemaduras de primer grado en cualquier parte del cuerpo
- Quemaduras de segundo grado de menos de 2 a 3 pulgadas (5 a 7 centímetros) de ancho

Quemaduras mayores que incluyen:

- Quemaduras de tercer grado
- Quemaduras de segundo grado de más de 2 a 3 pulgadas (5 a 7 centímetros) de ancho
- Quemaduras de segundo grado en las manos, los pies, la cara, la ingle, las nalgas o sobre una articulación importante

Usted puede tener más de un tipo de quemadura al mismo tiempo.

Las quemaduras graves necesitan atención médica inmediata. Esto puede ayudar a prevenir cicatrización, discapacidad y deformaciones.

Las quemaduras en la cara, las manos, los pies y los genitales pueden ser particularmente graves.

Como tratarlos:

- Aplica agua abundante sobre la zona quemada un mínimo de 15 minutos.



- Quítale la ropa, anillos, pulseras, etc, impregnadas de líquidos calientes.

- No uses pomadas.
- Cúbrelas con gasa estéril.
- Trasládalo al centro médico más próximo.



SEÑALIZACIÓN DE SEGURIDAD.- NORMAS GENERALES

OBJETO.

1. La señalización de seguridad se establecerá en orden a indicar la existencia de riesgos y medidas a adoptar ante los mismos, y determinar el emplazamiento de dispositivos y equipos de seguridad y demás medios de protección.

2. La señalización de seguridad no sustituirá en ningún caso a la adopción obligatoria de las medidas preventivas, colectivas o personales necesarias para la eliminación de los riesgos existentes, sino que serán complementarias a las mismas.

3. La señalización de seguridad se empleará de forma tal que el riesgo que indica sea fácilmente advertido o identificado.

Su emplazamiento se realizará:

- a) Solamente en los casos en que su presencia se considere necesaria.
- b) En los sitios más propicios.
- c) En posición destacada.

d) De forma que contraste perfectamente con el medio ambiente que la rodea, pudiendo enmarcarse para este fin con otros colores que refuercen su visibilidad.

4. Los elementos componentes de la señalización de seguridad se mantendrán en buen estado de utilización y conservación.

5. Todo el personal será instruido acerca de la existencia, situación y significado de la señalización de seguridad empleada en el centro de trabajo, sobre todo en el caso en que se utilicen señales especiales.

6. La señalización de seguridad se basará en los siguientes criterios:

a) Se usarán con preferencia los símbolos evitando, en general, la utilización de palabras escritas.

b) Los símbolos, formas y colores deben sujetarse a las disposiciones de las normas del Instituto Ecuatoriano de Normalización y en su defecto se utilizarán aquellos con significado internacional.

TIPOS DE SEÑALIZACIÓN.

1. A efectos clasificatorios la señalización de seguridad podrá adoptar las siguientes formas: óptica y acústica.

2. La señalización óptica se usará con iluminación externa o incorporada de modo que combinen formas geométricas y colores.

3. Cuando se empleen señales acústicas, intermitentes o continuas en momentos y zonas que por sus especiales condiciones o dimensiones así lo requieran, la frecuencia de las mismas será diferenciable del ruido ambiente y en ningún caso su nivel sonoro superará los límites establecidos en el presente Reglamento.

Se cumplirán además con las normas establecidas en el Reglamento respectivo de los Cuerpos de Bomberos del país.

COLORES DE SEGURIDAD

TIPOS DE COLORES.- Los colores de seguridad se atenderán a las especificaciones contenidas en las normas del INEN.

CONDICIONES DE UTILIZACIÓN.

1. Tendrán una duración conveniente, en las condiciones normales de empleo, por lo que se utilizarán pinturas resistentes al desgaste y lavables, que se renovarán cuando estén deterioradas, manteniéndose siempre limpias.

2. Su utilización se hará de tal forma que sean visibles en todos los casos, sin que exista posibilidad de confusión con otros tipos de color que se apliquen a superficies relativamente extensas.

En el caso en que se usen colores para indicaciones ajenas a la seguridad, éstos serán distintos a los colores de seguridad.

3. La señalización óptica a base de colores se utilizará únicamente con las iluminaciones adecuadas para cada tipo de color.

SEÑALES DE SEGURIDAD

CLASIFICACIÓN DE LAS SEÑALES.

1. Las señales se clasifican por grupos en:

a) Señales de prohibición (S.P.)

Serán de forma circular y el color base de las mismas será el rojo. En un círculo central, sobre fondo blanco se dibujará, en negro, el símbolo de lo que se prohíbe.

b) Señales de obligación (S.O.) Serán de forma circular con fondo azul oscuro y un reborde en color blanco. Sobre el fondo azul, en blanco, el símbolo que exprese la obligación de cumplir.

c) Señales de prevención o advertencia (S.A.) Estarán constituidas por un triángulo equilátero y llevarán un borde exterior en color negro. El fondo del triángulo será de color amarillo, sobre el que se dibujará, en negro el símbolo del riesgo que se avisa.

d) Señales de información (S.I.)

Serán de forma cuadrada o rectangular. El color del fondo será verde llevando de forma especial un reborde blanco a todo lo largo del perímetro. El símbolo se inscribe en blanco y colocado en el centro de la señal.

Las flechas indicadoras se pondrán siempre en la dirección correcta, para lo cual podrá preverse el que sean desmontables para su colocación en varias posiciones.

Las señales se reconocerán por un código compuesto por las siglas del grupo a que pertenezcan, las de propia designación de la señal y un número de orden correlativo