

# CUIDADOS NA COZINHA

Antes de qualquer procedimento ligue **193** e acione o Corpo de Bombeiros.

## DICAS DE SEGURANÇA NA COZINHA

Cozinhar é uma delícia, mas requer bastante cuidado. Por si só, a cozinha pode ser um ambiente perigoso se não tomarmos as devidas precauções.

**1)** Não deixe panelas no fogo e vá fazer outras atividades fora da cozinha. O alimento pode queimar e o fogo ligado ainda pode causar um incêndio.

**2)** Panos de pratos e toalhas devem ficar longe do fogão, do botijão de gás e de eletrodomésticos que emitem calor, como as torradeiras. Perto do fogo, eles podem incendiar ou derreter.

**3) Panelas de Pressão** - para evitar acidentes com esse tipo de panela, só abra depois que a pressão sair naturalmente, após o cozimento. Também evite abrir a panela assim que apagar o fogo.

**4)** Quando for retirar uma tigela ou prato do micro-ondas, use um pano de prato ou luva térmica para evitar queimaduras.

**5)** Objetos de alumínio ou metal nunca devem ir ao micro-ondas. Alguns tipos de plásticos também não podem ser aquecidos nesse eletrodoméstico. Verifique se os potes que você tem na sua casa podem ir ao micro-ondas.

**6)** Vai fazer fritura? Deixe o cabo da panela ou frigideira virado para dentro do fogão. Isso evita que você esbarre nele sem querer e que o óleo quente seja derrubado em cima de você. Se você tem filhos pequenos, uma dica de segurança também é colocar a panela em que a fritura será feita nas bocas de trás do fogão.

**7)** Não jogue o alimento dentro da panela para fritar. Coloque o alimento o mais perto possível da panela, assim, o óleo quente não vai espirrar em cima de você.

**8)** Deixe suas facas bem afiadas, pois assim você vai precisar de menos esforço para cortar os alimentos e isso significa menos possibilidade de se machucar. Evite lavá-las com outros objetos e deixá-las soltas na pia, principalmente se houver crianças na casa.

**9)** Quando for picar ou cortar alimentos, encolha os dedos e deixe que eles sirvam de apoio para a faca. Se for cortar o pãozinho francês de todos os dias, não utilize sua mão como apoio! Use sempre uma tábua de corte ou bancada para cortar os alimentos.

**10)** A última dica é fundamental para qualquer atividade na cozinha: tenha atenção! Nada de cozinhar, cortar, lavar ou até mesmo limpar o chão de forma distraída. Isso evitará acidentes.

**11)** Não usar aventais ou toalhas plásticas na cozinha.

**12)** Quando sair de casa, verifique que nada ficou aceso e que nenhum perigo de incêndio porá em perigo sua residência.

**13)** Não coloque panos ou papéis decorativos próximo do fogão.

**14)** Cozinha não é lugar para crianças, não permita que elas fiquem sozinhas lá.

**15)** Deixar fósforos ou isqueiros ao alcance de crianças é um atentado contra sua casa e à integridade física das mesmas.

**16)** Ao pegar uma panela quente, tenha certeza que conseguirá transportá-la, evitando que caia de suas mãos.

