



# COCINA

La Asociación Nacional de Protección contra Incendios (NFPA) informó que se registraron más de 158,000 incendios de cocina entre 2017 y 2021. Estos incendios de cocina alcanzaron su punto máximo durante las fiestas de Acción de Gracias y Navidad.

Ya sea que se prepare un simple bocadillo o una gran comida, cocinar forma parte de la vida cotidiana, por lo que es importante que los habitantes de Indiana comprendan y tomen las precauciones adecuadas al cocinar.

## CONSEJOS RÁPIDOS

- Tenga un extintor de incendios multiusos en la cocina o cerca de la cocina.
- Permanezca en casa y apague la estufa u otros electrodomésticos si necesita salir.
- Nunca intente usar agua para apagar un incendio causado por grasa. Apague los pequeños fuegos causados por grasa deslizando una tapa sobre la sartén y apagando la estufa.
- Descongele completamente la carne antes de colocarla en una freidora profunda.
- Coloque la parrilla lejos de la casa, de las barandillas de la terraza y alejadas de cualquier rama que sobresalga del árbol.

## CONSEJOS DE SEGURIDAD EN LA COCINA

### SEGURIDAD EN LA COCINA

A lo largo de Estados Unidos, los departamentos de bomberos responden a más de 400 incendios residenciales de cocina cada día, según la NFPA. Antes de empezar a preparar una comida en la cocina, asegúrese siempre de lo siguiente:

- Use un temporizador como recordatorio para controlar la comida que está cocinando.
- Compruebe regularmente los alimentos que esté hirviendo a fuego lento, horneando, asando o hirviendo.
- Permanezca en casa y apague la estufa u otros electrodomésticos si necesita salir.
- Mantenga a los niños y las mascotas a una distancia mínima de 3 pies de distancia de la estufa.
- Gire los mangos de ollas y sartenes alejándolos del borde hacia los costados para evitar derrames.
- Nunca use el horno ni la estufa cuando tenga sueño ni después de consumir alcohol.

- Aleje de la estufa los objetos inflamables, como guantes para horno, utensilios de cocina y envases de alimentos.
- Limpie regularmente los restos de comida y grasa de la estufa y el horno.
- Asegúrese de que los hornos de microondas estén enchufados directamente a las tomas de corriente de la pared y no a un cable alargador.
- Nunca use papel de aluminio ni metal dentro de un horno de microondas.

## SEGURIDAD AL FREÍR EN ABUNDANTE ACEITE

Según el Departamento de Agricultura de Estados Unidos, al freír en abundante aceite, el aceite puede alcanzar temperaturas de más de 400°F, es altamente inflamable y puede causar lesiones graves en el cuerpo cuando entra en contacto con el agua. Para evitar los peligros extremos y los riesgos de incendio que pueden causarse al freír en abundante aceite, realice lo siguiente:

- Use las freidoras profundas al aire libre a una distancia segura de cualquier edificio o de material inflamable.
- Nunca use freidoras profundas en terrazas de madera ni dentro de garajes.
- Nunca deje una freidora profunda sin supervisión.
- Descongele completamente la carne antes de colocarla en una freidora profunda.
- Siga las instrucciones del fabricante para determinar la cantidad adecuada de aceite que debe usar en la freidora profunda.
- Asegúrese de usar las freidoras profundas sobre una superficie plana para reducir el riesgo de vuelco accidental.
- Cubra la piel descubierta al colocar alimentos en la freidora profunda o al retirarlos.
- Cierre inmediatamente el suministro de gas si el aceite de la freidora profunda comienza a humear.

## COCINAR AL AIRE LIBRE

Según la NFPA, entre 2017 y 2021 se produjeron más de 9,000 incendios en hogares causados por parrillas. Antes de encender la parrilla, asegúrese siempre de hacer lo siguiente:

- Limpie la parrilla eliminando cualquier resto o acumulación de grasa.
- No deje nunca sin supervisión la parrilla de carbón o de gas al aire libre.
- Coloque la parrilla lejos de la casa, de las barandillas de la terraza y alejadas de cualquier rama que sobresalga del árbol.
- Compruebe regularmente las parrillas de propano para detectar cualquier fuga de gas. Si se detecta alguna, haga que un profesional realice el mantenimiento de la parrilla antes de volver a utilizarla.
- Retírese y llame inmediatamente al departamento de bomberos si huele gas mientras cocina.
- Evite colocar la parrilla sobre hierba seca u hojas.
- No eche nunca líquido para encender carbón a la llama de una parrilla.
- Al terminar de hacer el asado, deje que las brasas se enfríen completamente y deséchelas en un recipiente metálico.

## APAGAR INCENDIOS EN LA COCINA

Según la NFPA, más de la mitad de las lesiones relacionadas con incendios de cocina ocurren cuando los residentes intentan apagar el fuego por su cuenta. Cuando se trata de apagar incendios de cocina, recuerde siempre lo siguiente:

- Tenga un extintor de incendios multiusos en la cocina o cerca de la cocina.
- Asegúrese de tener una alarma de humo que funcione en la cocina o cerca de la cocina para que reciba alertas de incendio lo antes posible.
- Nunca intente usar agua para apagar un incendio causado por grasa. Apague los pequeños fuegos causados por grasa deslizándola una tapa sobre la sartén y apagando la estufa. Deje la tapa puesta y no intente llevarse la sartén.
- Apague un incendio en el horno apagando el fuego y manteniendo la puerta del horno cerrada.
- Proceda a la evacuación de la casa y llame al 911 si el fuego de la cocina se vuelve demasiado grande para poder apagarlo de forma segura.