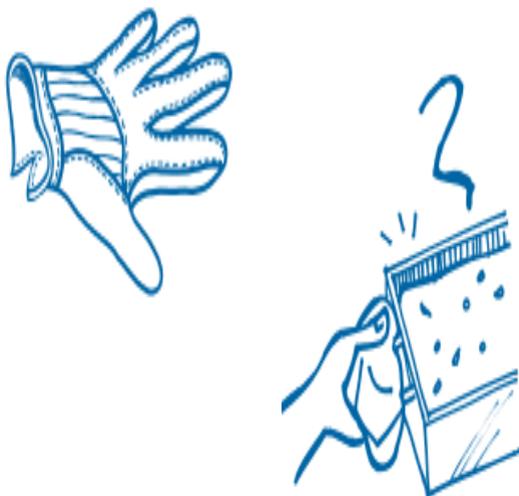


PROTÉGETE LAS MANOS

Usa los guantes adecuados a cada tarea (guantes anti-corte, guantes de látex o guantes de protección resistentes al calor por contacto), y mantenlos en las mejores condiciones.

Si se deterioran comunícalo, y solicita su sustitución.



Y RECUERDA...

- ✓ No limpie los equipos (cafetera, freidora, horno,...) en caliente
- ✓ Mantén un adecuado estado de orden y limpieza, evitando cuchillos en la encimera sin protección, paños encima del fogón,...
- ✓ Nunca viertas agua sobre aceite caliente
- ✓ Vigila la presión de los aparatos de cocción al vapor antes de abrirlos
- ✓ Nunca retires las protecciones de las máquinas corta-fiambre, sierra de cinta,...

CORTES Y QUEMADURAS



Actuación ante quemaduras



Detener el proceso:
Retirar la fuente de calor. Si la ropa arde, tirarse al suelo y rodar.



Retirar prendas quemadas (ya que mantienen el calor), sin desprenderlas si han quedado pegadas.



Enfriar la superficie quemada con agua, durante unos 5-10 minutos.



Cubrir la quemadura con apósitos. Si se afectan las manos vendar los dedos por separado uno a uno.



No romper las ampollas ni aplicar pomadas.



En el caso de quemaduras por agentes químicos, el lavado debe ser de 20 a 30 minutos.



No emplear algodón.



Realizar todas las maniobras con la máxima limpieza.



Trasladar a un centro sanitario si procede.

Actuación ante cortes

CUANDO SE PRODUCE UNA HERIDA SE DEBEN SEGUIR LOS SIGUIENTES PASOS:



1 Frene la hemorragia



2 Lávese las manos con abundante agua y jabón



3 Protéjase las manos con guantes



5 Desinfecte la herida con agua oxigenada



4 Lave la herida colocándola debajo del grifo



6 Seque con una gasa, y siempre de dentro a fuera de la herida



7 Aplique antiséptico y cubra con un apósito



8 Levante la cura cada 24 horas



Es importante que el apósito permanezca seco

¿CUÁNDO ACUDIR AL MÉDICO?

- Cuando la herida sangre abundantemente
- Cuando tenga objetos extraños clavados
- Cuando se haya producido por mordedura o arañazo de un animal
- Cuando aparezcan signos de infección (enrojecimiento de los bordes, aumento del dolor, supuración...)

En el ambiente, objetos, animales y en la piel, en especial en la de las manos de las personas, existen gérmenes que si se depositan en la herida pueden producir infección