



SEGURIDAD CON CUCHILLOS

CONSEJOS SOBRE EL USO ADECUADO DE LOS CUCHILLOS EN LA COCINA



INTRODUCCIÓN

OBJETIVO

Describir el uso adecuado de cuchillos y objetos filosos en la cocina para evitar lesiones.

MENSAJES CLAVE:

- Comprender cómo evitar lesiones por cortes y rasguños
- Describir algunos consejos útiles sobre el uso de cuchillos
- Educar sobre las diferentes formas de cuchillos que se encuentran en la cocina y sus diversos usos



CÓMO USAR CORRECTAMENTE UN CUCHILLO

1. Comienza por organizar tu estación de trabajo.

- a. Mantén una toalla húmeda debajo de la tabla de cortar para evitar que se mueva.

2. Elige un cuchillo afilado o afila uno.

- a. Todas las cocinas deben tener un programa de afilado de cuchillos o un contrato con una compañía externa para afilar sus cuchillos.
- b. Un cuchillo sin filo es más peligroso que uno afilado, ya que se requiere más fuerza para cortar algo con un cuchillo sin filo, lo que puede hacer que se resbale.
- c. Nunca toques el lado filoso de la hoja para probar el filo.

3. Colócate un guante resistente a los cortes en la mano que no sostiene el cuchillo.

- a. Si tu instalación lo exige, usa guantes desechables en ambas manos.

4. Sostén el artículo a cortar con los dedos doblados hacia adentro.

- a. Si, durante el corte, alguien te interrumpe, siempre coloca el cuchillo plano sobre la tabla para cortar. No intentes realizar múltiples tareas mientras cortas.
- b. Siempre corta alejado de tu cuerpo.

CONSEJOS PARA EL MANEJO DE CUCHILLOS

- Nunca uses un cuchillo para otra cosa que no sea cortar, por ejemplo, para abrir una lata.
- Cuando entregues un cuchillo a un compañero de trabajo, colócalo sobre una superficie plana y permite que lo recoja.
- Deja que se caiga: si un cuchillo se resbala de tu mano, déjalo caer al piso y retrocede. Además, advierte a quienes te rodean que está cayendo. No intentes atrapar un cuchillo que se está cayendo.
- Nunca dejes un cuchillo en remojo en agua. Siempre lávalos inmediatamente después de usarlos y guárdalos en un soporte o en una funda para cuchillos.
- Al transportar un cuchillo, siempre mantén la punta de la hoja hacia abajo y el filo ligeramente alejado y hacia atrás de tu cuerpo.



LA HOJA CORRECTA PARA EL TRABAJO CORRECTO

CUCHILLO DE CHEF



Hoja de 8 a 12 pulgadas

Ideal para rebanar o cortar en cubos y cortar cualquier corte grande y grueso de carne.

CUCHILLO PARA DESHUESAR



Hoja extremadamente filosa y muy delgada. Ideal para trabajos de corte delicados, como deshuesar un pollo o filetear mariscos.

CUCHILLO DE PELAR



Hoja de 3 a 4 pulgadas

Dado su tamaño pequeño y su naturaleza delgada y afilada, este cuchillo es ideal para pelar frutas y verduras.

CUCHILLO DENTADO



Perfecto para cortar alimentos con un exterior duro, como pan crujiente. No debe usarse en carnes, ya que el borde dentado desgarrará la carne.

CUCHILLO MULTIUSOS



Similar a un cuchillo de chef, pero aproximadamente la mitad del tamaño. Este cuchillo se puede utilizar para casi cualquier tarea de corte, excepto las más delicadas.

CONCLUSIONES CLAVE

- ✓ Para evitar lesiones, es importante seguir el procedimiento correcto de manejo de cuchillos, que incluye la organización de tu estación de trabajo, la elección de un cuchillo afilado, el uso de un guante resistente a los cortes y cortar alejado de tu cuerpo.
- ✓ Para que una cocina funcione bien, los empleados deben trabajar en equipo. La seguridad con los cuchillos es igual de importante. Seguir algunas reglas sencillas, como permitir que un cuchillo caiga al suelo sin intentar atraparlo o pasar un cuchillo colocándolo en una superficie plana, ayudará a mantener la seguridad de todos.
- ✓ Hay cuchillos específicos para cada trabajo en la cocina. Saber qué cuchillo elegir hará que la tarea sea más segura y eficiente.

REFERENCIAS

<https://www.ishn.com/articles/101029-knife-safety-30-handling-tips-to-avoid-cuts>

PRUEBA SOBRE SEGURIDAD CON CUCHILLOS

1. Al entregarle un cuchillo a un compañero de trabajo, es mejor:
 - ☐ Arrojárselo.
 - ☐ Pasárselo, con el lado del mango hacia el compañero.
 - ☐ Colocar el cuchillo en una superficie plana para que la persona lo recoja.
 - ☐ Todas las anteriores
2. Debes usar un cuchillo de chef cuando necesites realizar un corte delicado.
 - ☐ Verdadero
 - ☐ Falso
3. Uno de los pasos del procedimiento de corte adecuado es usar guantes resistentes a los cortes.
 - ☐ Verdadero
 - ☐ Falso
4. Un cuchillo sin filo es menos peligroso que un cuchillo afilado.
 - ☐ Verdadero
 - ☐ Falso