

Scuole alberghiere - sicurezza nei laboratori di cucina

Informazioni generali e rischi

1. Premessa

La presente scheda informativa è indirizzata alle scuole nelle quali vengono eseguite attività ed esercitazioni nei laboratori di cucina.

Lo scopo è quello di informare gli studenti ed i docenti dei pericoli e dei rischi connessi all'attività di laboratorio, delle misure di prevenzione e protezione da adottare e delle norme comportamentali da tenere al fine di rendere i laboratori luoghi di lavoro sicuri.

2. Introduzione

Si definisce **cucina** il luogo attrezzato in cui si svolge l'attività di preparazione e cottura dei cibi.

Le norme in materia di salute e sicurezza nei luoghi di lavoro sono stabilite dal D. Lgs. n. 81 del 2008.

Nello specifico, è **considerato lavoratore anche l'allievo degli istituti di istruzione ed universitari** e il partecipante ai corsi di formazione professionale nei quali si faccia uso di laboratori, attrezzature di lavoro in genere, agenti chimici, fisici e biologici.

3. Rischi presenti nel laboratorio di cucina

Per prevenire gli incidenti è necessario conoscere i rischi per la sicurezza presenti in cucina.

Di seguito sono elencati i principali fattori di rischio nelle cucine:

- **urti, caduta e scivolamento:** rischi collegati direttamente all'ambiente di lavoro, presenza di oggetti fuori posto, pavimenti scivolosi o danneggiati e uso di scarpe non adatte, utilizzo improprio di scale portatili;
- **rischio da taglio:** utilizzo scorretto di affettatrici, tritacarne, taglia cotolette, sega ossi, coltelli, strumenti per spellare e per grattare;
- **rischio da ustione:** utilizzo scorretto di forni elettrici, a microonde, macchine bar;
- **rischio microclimatico:** accesso o permanenza non idonea in ambienti umidi, eccessivamente caldi o freddi (es. zona cottura, celle frigorifere);
- **rischio movimentazione manuale dei carichi:** movimenti inidonei in fase di carico/scarico e stoccaggio merci;
- **rischio elettrico:** le cucine sono ambienti a rischio elettrico per la presenza costante di umidità e vapori;
- **rischio incendio:** nelle cucine, dove si fa uso di gas, fiamma nuda, olio bollente e sostanze infiammabili, sussiste un elevato rischio di incendio;
- **rischio chimico:** uso non corretto dei prodotti chimici durante le operazioni di sanificazione di locali e attrezzature.

Informazioni specifiche e procedure

1. Corretto comportamento e corretto utilizzo delle attrezzature in cucina

1.1 Urti, caduta e scivolamento

- Garantire ordine negli ambienti di lavoro.
- Evitare la presenza di cavi di alimentazione lungo i passaggi.
- Garantire un'adeguata illuminazione.
- Una regola generale da osservare in cucina è quella di **muoversi con cautela e senza correre**.
- Tracce di umidità o ristagno di liquidi sui pavimenti possono essere causa di pericolose cadute: per questo, il pavimento, oltre a essere antiscivolo, deve essere sempre tenuto pulito e asciutto. Qualora si rovescino sostanze grasse sul pavimento, la pulizia deve essere immediata.
- Utilizzare calzature con **suola antiscivolo e scale stabili** per raggiungere oggetti sopraelevati o per pulire lampade e cappe.
- Nell'utilizzo delle scale portatili a mano, non usare mai la scala:
 - se la parte inferiore e/o quella superiore è appoggiata a parti cedevoli o fragili
 - contemporaneamente ad altre persone
 - con le mani occupate
 - lasciando oggetti sul piano della scala
 - sporgendosi lateralmente con il corpo durante il lavoro quando ci si è sopra
 - sostandoci quando la stessa viene spostata
- Nell'utilizzo delle scale portatili a mano:
 - farsi aiutare da altra persona per il passaggio di attrezzi e materiali
 - controllare che la scala sia completamente aperta e protetta dal dispositivo antiapertura (catenella)

1.2 Tagli

- I coltelli devono essere ben affilati e mantenuti in buone condizioni di funzionamento.
- Quando si trasportano coltelli, questi devono essere tenuti con la punta rivolta verso il basso.
- I coltelli, una volta usati, devono essere subito lavati (e non lasciati nel lavello) e riposti negli appositi cassetti con tutte le lame rivolte nella stessa direzione.
- Nel caso in cui un coltello stia cadendo a terra, è bene lasciarlo cadere senza cercare di recuperarlo.
- Devono essere usati guanti in maglia di acciaio durante il taglio manuale della carne od operazioni di taglio massivo e la pulizia di attrezzi taglienti (coltelli e affettatrici o macchine con parti taglienti), grembiuli impermeabili (inox o alluminio) da utilizzarsi nelle operazioni di disossamento o qualora la lama del coltello durante il suo normale utilizzo sia nella direzione del tronco.
- Durante le operazioni di taglio, il coltello deve essere afferrato saldamente per il manico.
- Usare sempre un tagliere come piano di appoggio durante il taglio; utilizzare taglieri antiscivolo o porre uno strofinaccio tra il tavolo di lavoro e il tagliere allo scopo di mantenere fermo quest'ultimo.
- Per aprire scatole o altri recipienti **non** ricorrere ai coltelli ma all'apposito apriscatole.
- Tutte le macchine il cui avviamento improvviso può causare danni ai lavoratori devono essere munite di relè di minima tensione (atto ad evitare un inaspettato avviamento delle macchine dopo un'interruzione di energia elettrica) e dei pulsanti di arresto e avviamento posti sul bordo macchina.
- Le affettatrici devono avere inoltre le seguenti cautele: dispositivi di interblocco sulle protezioni dell'affilatoio, sul carter paralama, mentre è necessaria l'elsa di protezione sull'impugnatura del carrello porta merce.
- Le protezioni antinfortunistiche previste sulle attrezzature non devono mai essere disattivate, per non rischiare contatti con le parti di esse in movimento.
- In caso di rottura di vetri, questi non devono essere raccolti con le mani e devono essere gettati separatamente dagli altri rifiuti.

1.3 Ustione

- Prima di spostare liquidi bollenti o pentole calde occorre avvisare i compagni di lavoro.
- Usare un vassoio o un carrello per servire alimenti liquidi o piatti bollenti o per trasportare utensili caldi.
- Per infornare e sfornare i prodotti è bene usare i guanti da forno e la giusta cautela.
- Stoviglie e pentole calde devono essere maneggiate con guanti protettivi anticalore o strofinacci asciutti.
- I coperchi delle pentole in ebollizione devono essere alzati in direzione opposta al proprio corpo.
- La fiamma dei fuochi sarà regolata in modo da non raggiungere i manici o le impugnature delle pentole.
- È necessario evitare di versare liquidi nelle sostanze grasse bollenti e di riempire eccessivamente le pentole con liquidi caldi (non riempire oltre i 2/3 della loro capacità totale).
- Non si devono collocare su ripiani alti recipienti o pentole contenenti liquidi scottanti (il rischio è quello che si rovescino addosso a chi andrà a recuperarli).
- È utile lasciare uno strofinaccio sopra i manici delle pentole o delle teglie da forno calde per segnalare che scottano.

1.4 Rischio microclimatico

- Installare idonee cappe di aspirazione sopra i piani di cottura e friggitura.
- Adottare sistemi per una corretta ventilazione, evitando di creare fastidiose correnti d'aria.
- Fornire adeguati indumenti protettivi (per esempio giacche termiche, guanti, scarpe antiscivolo) per i lavori nelle celle frigorifere.
- Si ricorda che le celle frigorifero devono avere la possibilità di essere aperte anche dall'interno, devono essere provviste di illuminazione di emergenza e di un impianto di allarme azionabile all'interno della cella e percepibile all'esterno.

1.5 Movimentazione manuale

- Effettuazione della movimentazione dei carichi con idonee attrezzature meccaniche di sollevamento o trasporto.
- Acquisizione di confezioni di peso o pezzature limitate (evitare pesi superiori a 20-25 kg).
- Ridurre allo stretto indispensabile l'uso dei grandi pentoloni mobili (chiedere l'aiuto di un'altra persona per sollevare i pentoloni).
- Non riempire i sacchi per la spazzatura in maniera eccessiva.
- Evitare di trasportare troppi piatti per volta.
- Adottare posizioni del corpo adeguate quando si solleva un peso.
- Informazione e formazione degli addetti sui rischi presenti.

1.6 Rischio elettrico

- Non usare nessun dispositivo che sia sprovvisto di messa a terra o il cui isolamento non sia in perfetto stato.
- Occorre prestare particolare attenzione ogni volta che si fa uso di apparecchi elettrici in prossimità di liquidi conduttori (acqua) o facilmente infiammabili (alcohol).
- Non toccare apparecchiature elettriche e prese con mani e/o piedi bagnati e non manipolare liquidi in vicinanza ad apparecchi elettrici.
- Dovendo usare apparecchi collegati alla rete elettrica, controllare sempre che essi siano spenti quando si inserisce la spina nella presa elettrica.
- Collegare un solo apparecchio a ogni presa: non devono assolutamente essere impiegate prese multiple né connessioni volanti.
- L'apparecchio deve essere acceso solo dopo aver controllato che il cavo di alimentazione sia disposto in modo da non intralciare il lavoro e da non interferire col movimento delle persone.
- Non manomettere gli apparecchi e/o gli impianti.
- In caso di incendio togliere subito la tensione. Non usare acqua per lo spegnimento di incendi di natura elettrica, per evitare folgorazioni, bensì estintori.
- Non estrarre mai le spine tirandole dal cavo elettrico.
- Riferire immediatamente al docente ogni mal funzionamento di apparati elettrici o l'esistenza di fili elettrici consunti e di spine o prese.
- In caso di mal funzionamento di un apparato elettrico è indispensabile interrompere il collegamento con la rete.

1.7 Rischio incendio

- Mantenere attrezzature elettriche in buono stato e sottoporle a controlli regolari.
- Apporre termostati alle friggitrice, per evitare che si surriscaldino.
- Pulire i coperchi unti, estrarre cappucci e filtri.
- Non lasciare stracci o altri materiali combustibili vicino alle fonti di calore.
- Mantenere, forni, fornelli, friggitrice, cappe di aspirazione, ecc. pulite (l'olio e il grasso sono ottimi combustibili).
- Assicurarsi che nei forni a legna o a carbone non rimangano braci ardenti senza il controllo del personale.
- Alla fine del turno di lavoro:
 - chiudere tutte le valvole di gas presenti in cucina;
 - controllare che tutte le attrezzature elettriche siano spente;
 - disattivare l'interruttore elettrico della cucina (salvo frigorifero, ecc.);
 - se possibile aerare il locale.
- In sala:
 - controllare che tutte le attrezzature elettriche siano disattivate a fine turno di lavoro;
 - usare un vassoio o un carrello per servire alimenti liquidi o piatti bollenti o per trasportare utensili caldi.
 - attenzione nel servire ai clienti piatti con "fiamma" (avvisare i presenti).

1.8 Rischio chimico

Sostituire i prodotti pericolosi e dotare il lavoratore di guanti, mascherina, occhiali protettivi.

Per quanto riguarda gli agenti chimici (e di conseguenza il rischio chimico), si fa riferimento alla scheda informativa del laboratorio di chimica.

2. Smaltimento

La scuola è responsabile che rifiuti, scarti, resti di alimenti, ecc. vengano smaltiti in maniera rispettosa dell'ambiente.

3. Protezione degli allievi e degli insegnanti

Ogni persona che si intrattiene nelle zone di lavoro deve obbligatoriamente rispettare le prescrizioni protettive richieste.

L'utilizzo delle attrezzature deve essere sempre sorvegliata da personale competente.

Deve sempre essere garantito un lavoro pulito e sicuro.

È un DPI qualsiasi attrezzatura destinata ad essere indossata dal lavoratore allo scopo di proteggerlo nei confronti di rischi presenti nell'attività lavorativa.

Protezione di:	DPI individuato
Piedi (da schiacciamento)	Zoccoli con cinturino bloccapiede, puntale in acciaio e suola poliuretana con impronta antiscivolo.
Mani (da metalli caldi)	Guanti pesanti da cucina.
Mani (dal taglio)	Guanti in maglia metallica
Mani (dal contatto con sostanze organiche, acqua, detersivi, ecc.)	Guanti in lattice o vinile, a perdere.
Occhi (da spruzzi)	Occhiali trasparenti in policarbonato con lenti antigraffio ed antiurto, o copriocchiale universale se il lavoratore indossa occhiali da vista.
Tronco da ferite provocate da coltelli durante operazioni di disossamento	Grembiule impermeabile.

Se le esercitazioni sono eseguite direttamente dagli allievi, questa attrezzatura deve essere disponibile anche per loro. È compito dell'insegnante valutare tale necessità.

4. Norme di comportamento generali in cucina

- Il personale di servizio, i docenti, gli assistenti tecnici e gli allievi che svolgono attività nei laboratori devono essere in regola con le norme sanitarie vigenti.
- Gli allievi, i docenti e gli assistenti tecnici durante le esercitazioni pratiche devono essere muniti d'idoneo abbigliamento previsto dalla normativa igienico sanitaria in vigore, avere un aspetto curato e pulito.
- Durante le esercitazioni pratiche di cucina e di sala bar, a tutti è fatto assoluto divieto di portare anelli, orologi da polso, braccialetti, orecchini, piercing, catenine e ed altri oggetti simili.
- È doverosamente sconsigliato l'uso di trucchi o di smalti.

Nessun alunno può utilizzare in modo autonomo macchinari pericolosi, nello specifico:

- affettatrice
- cutter
- tritacarne
- bollitori
- forni
- particolari coltelli o attrezzature
- lampade per la cottura del cibo

In ogni caso è prevista per legge la costante e continua assistenza agli alunni da parte del docente e dell'assistente tecnico durante tutte le operazioni che si svolgono all'interno dei laboratori di cucina.

5. Aiuti per il primo soccorso

Bisogna tenere a disposizione:

- estintore
- coperta ignifuga
- cassetta di pronto soccorso
- un raccordo per l'acqua nelle vicinanze

I provvedimenti per il pronto soccorso e i numeri di telefono per le urgenze devono essere apposti nell'aula in maniera ben visibile.

6. Norme di comportamento in caso di incidente

6.1 Comportamento in caso di infortunio

- Evitare azioni inconsulte e dannose
- Allontanare le persone non indispensabili
- Prodigare le prime cure se si è in grado di farlo
- Esame dell'infortunato:
 - controllare immediatamente le funzioni vitali
 - fare un'ispezione accurata del soggetto
 - valutare la dinamica dell'incidente
 - rassicurare l'infortunato se è cosciente (soccorso psicologico)
 - evitare commenti sul suo stato anche se pare incosciente
- chiamare il pronto intervento qualora si ritenga necessario, specificando chiaramente l'indirizzo e le modalità di accesso alla struttura
- praticare le manovre previste per l'urgenza e/o per la gravità:
 - eseguire immediatamente le manovre per la rianimazione
 - se la situazione non è urgente fare il minimo indispensabile
 - porre l'infortunato nella posizione di attesa più idonea
- non lasciare l'infortunato da solo fino a che non verrà affidato a persone competenti
- in caso di incidente provocato da contatto con sostanze chimiche, consegnare al medico l'imballaggio con l'etichetta della sostanza.

6.2 Ustioni e scottature gravi

- Se i vestiti hanno preso fuoco soffocare le fiamme con indumenti, coperte o tappeti.
- Tenere il paziente sdraiato per diminuire lo shock.
- Tagliare via i vestiti dalla zona ustionata. Se vi aderiscono non strappateli: tagliare il tessuto intorno all'ustione.
- Chiamare un medico o un'ambulanza.
- Non applicare sulle ustioni pomate, oli o disinfettanti di alcun genere.
- Se si prevede un ritardo importante nei soccorsi, lavarsi le mani accuratamente per evitare infezioni.
- Se l'ustione è grave ma poco estesa, coprire con garze sterili asciutte (non usate mai il cotone idrofilo o il talco) che, impedendo il contatto con l'aria, ridurranno il dolore e la possibilità d'infezioni.
- Se non si ha a disposizione materiale sterile per la medicazione, usare la pellicola trasparente per alimenti che si trova in ogni cucina.
- Attuare le prime cure per lo shock se l'ustione è estesa ad una vasta parte del corpo. Se l'infortunato è in se, sciogliere mezzo cucchiaino di bicarbonato di sodio e un cucchiaino di sale in un litro d'acqua. Far bere al paziente mezzo bicchiere di questa soluzione ogni 10 minuti circa, per reintegrare i liquidi corporei perduti attraverso la pelle ustionata. Se il paziente vomita non insistere a farlo bere.

6.3 Ustioni e scottature leggere

- Far scorrere acqua fredda sull'ustione per attenuare il dolore.
- Lavarsi le mani con cura prima di toccare l'ustione.
- Se non si sono formate vesciche, ungere con olio di vaselina o stendere la pomata per le ustioni che si trova nella cassetta di pronto soccorso e coprire con una medicazione formata da diversi fogli di garza sterile posti l'uno sull'altro.
- Se invece si sono formate vesciche, coprirle con garza sterile per evitare il contatto con l'aria e le infezioni sempre possibili. Non applicare né pomate né oli. Non asportare la pelle in prossimità delle vesciche.

Attenzione: le ustioni, anche se superficiali, possono essere pericolose se sono molto estese. In tal caso chiamare un medico.

6.4 Shock elettrico:






- Staccare l'interruttore generale.
- Isolarsi da terra e liberare la vittima usando una sola mano protetta da isolamento (per esempio con una giacca o un cappotto) oppure spostarla/spingerla usando un oggetto che non conduca la corrente (per esempio una scopa o una sedia di legno).
- Avvertire i responsabili o il centralino.
- Non lasciare sola la vittima.

7. Segnaletica di sicurezza

La segnaletica di sicurezza fornisce un'indicazione o una prescrizione concernente la sicurezza o la salute sul luogo di lavoro, tramite un cartello, un colore, un segnale luminoso o acustico, una comunicazione verbale o un segnale gestuale.

Obiettivo è quello di attirare in modo rapido, efficace e con modalità di facile interpretazione l'attenzione del lavoratore su situazioni o oggetti che possono essere causa di rischio sul posto di lavoro.

Sono previsti diversi tipi di segnali di sicurezza, caratterizzati da forme e colori standardizzati.

Tipi di segnali	Forma	Pittogramma	Esempio
DIVIETO	Rotonda	Nero su fondo bianco con bordo e banda rossi	 VIETATO SPROGHERE CON ACQUA
AVVERTIMENTO	Triangolare	Nero su fondo giallo con bordo nero	 MATERIALI RADIOATTIVI RADIAZIONI IONIZZANTI
PRESCRIZIONE	Rotonda	Bianco su fondo azzurro	 OBBLIGO DI MASCHERINA
SOCCORSO O SALVATAGGIO	Quadrata o rettangolare	Bianco su fondo verde	 PERCORSO LIBROTA DI EMERGENZA
ATTREZZATURE ANTICENDIO	Quadrata o rettangolare	Bianco su fondo rosso	 ESTINTORE