



**Guía del Programa de Seguridad en
Incendios/Quemaduras al Cocinar
Febrero, 2011**

Proud Program Sponsor
United States Fire Administration



Guía del Programa de Seguridad al Cocinar

Prepárese para la clase

Póngase en contacto con el profesor de la clase para determinar si usted deberá adaptar cualquier parte de la presentación para satisfacer las necesidades de su audiencia. Antes del día de clase, averigüe la siguiente información básica:

1. Número de estudiantes
2. Composición étnica
3. Edades aproximadas de los participantes
4. ¿Quiénes son los participantes? Por ejemplo, ¿padres, cuidadores, abuelos, futuros padres, madres adolescentes, otros?

Lea minuciosamente la guía del programa y examine las diapositivas. Como podrá ver, la presentación tiene dos secciones. La primera trata sobre la seguridad en incendios/quemaduras al cocinar en el hogar. La segunda abarca la seguridad en incendios/quemaduras en casa, y es opcional. Usted puede presentar toda esta información si el tiempo lo permite, o hacerlo en una clase posterior para aquellos que deseen conocer más sobre seguridad en incendios caseros.

Determine si va a hacer la presentación en una o dos partes. Puede presentar toda la información de una sola vez o hacer dos presentaciones más cortas.

- Una presentación de 30-40 minutos
- Dos presentaciones de 15-20 minutos

Si usted decide presentar la información en dos sesiones, asegúrese de que asistan a las clases los mismos participantes.

Usted necesitará

1. Una computadora con PowerPoint (si esto no es posible, puede imprimir la presentación como hojas informativas y, por medio de ellas, hablar con los participantes)
2. Un proyector y una pantalla de proyección
3. Una copia de los temas de conversación
4. Una lista de control de la seguridad al cocinar para cada participante
5. Un alarma de humo para demostración

Opcional

6. Evaluación del participante (*disponible para descarga en la intranet*)
7. Exámenes para antes y después de la clase (*disponibles para descarga en la intranet*)
8. Plantillas del plan de escape (*disponibles para descarga en la intranet*)
9. Guantes para horno, trapo de cocina, sartén y tapa o bandeja para hornear para demostración

Día de clases

Asegúrese de que ha puesto el nombre de su coalición en la primera página de las diapositivas del PowerPoint. Empiece la charla preguntando a los participantes qué opinan sobre la seguridad al cocinar, de esta forma sabrá qué partes de la presentación debe enfatizar. Al final de este documento encontrará una lista de actividades para romper el hielo. Recuerde señalar las salidas de incendios en el cuarto donde están ubicadas las alarmas.

Evaluación

En la intranet están disponibles un Examen para antes y después de clase y una Evaluación del Participante. La información recopilada tiene como objetivo ayudarle a fortalecer su programa y no es necesario enviarla a Safe Kids Worldwide.

Actividades adicionales

En las páginas 12 y 13 hay actividades adicionales que usted puede incorporar a la presentación para hacerla más interactiva. Comprendemos que el tiempo es limitado, por tanto todas estas actividades son opcionales.

TEMAS DE CONVERSACIÓN – Seguridad al Cocinar

DIAPOSITIVA 1 Diapositiva de títulos – añada el nombre de su coalición.

DIAPOSITIVA 2 El objetivo de esta presentación es el de proporcionarle consejos sobre la forma de prevenir incendios mientras se cocina y cómo prevenir que las quemaduras y escaldaduras le afecten a usted, al cocinero(a) y a sus niños o a los niños que usted cuida.

DIAPOSITIVA 3 Cocinar es la causa #1 de los incendios caseros y de las heridas por incendio en Estados Unidos; cocinar ocasiona el 40% de todos los incendios caseros.

DIAPOSITIVA 4

- Cada año, en 1 de cada 8 hogares se produce un incendio al cocinar.
- Cada año, los incendios al cocinar causan aproximadamente:
 - 500 muertes por incendio/4.660 heridas por incendio.
 - \$756 millones en daños a la propiedad.
- Más de la mitad (57%) de las heridas por incendio al cocinar ocurren cuando las personas tratan de apagar el fuego por sí mismas.
- En el Día de Acción de Gracias (Thanksgiving) se produce el máximo de incendios caseros por cocinar.

DIAPOSITIVA 5 Principales causas de los incendios al cocinar:

- La causa #1 de los incendios al cocinar es descuidar la cocina o el horno. (Por ejemplo, salir de la cocina o dar las espaldas mientras algo se está cocinando)
- Algo cercano a un electrodoméstico se prende fuego.
- Se encendió, o dejó encendido, un electrodoméstico por error.

Los participantes podrían desconocer la palabra " electrodoméstico". Ejemplos: horno para tostar, parrilla eléctrica, microondas.

DIAPOSITIVA 6 Definiciones

DIAPOSITIVA 7

- Cualquier cosa que pueda prenderse fuego debe mantenerse lejos de la cocina, horno para tostar u otra fuente de calor – incluyendo guantes para horno, toallas de papel, paños de cocina, cortinas, etc.
- Mantenga limpios la parte superior de la cocina, los quemadores y el horno.
- No deje que se acumule la grasa en la parte superior de la cocina, en el horno para tostar o en el horno normal.

DIAPOSITIVA
8

- No use ropa holgada que podría prenderse fuego si usted está demasiado cerca de un quemador – póngase ropa de manga corta o con las mangas subidas y métase la camisa dentro del pantalón.
- Si sus guantes para horno están viejos o gastados, consiga unos nuevos. No use nunca agarraderas o guantes para horno mojados porque podrían causar escaldaduras.

DIAPOSITIVA
9

Si usted tiene que salir de la cocina para hacer alguna de las siguientes cosas, apague el electrodoméstico que está usando.

- Permanezca siempre cerca, especialmente si está friendo comida o asando a la parrilla con mantequilla o grasa - freír es la forma de cocinar con el riesgo más alto de quemaduras.
- Si está utilizando una plancha de cocina, tostadora, parrilla eléctrica o cualquier otro aparato para cocinar en caliente, permanezca en la cocina y vigile hasta que la comida esté hecha, luego apague el artefacto.

DIAPOSITIVA
10

- Cuando cocine alguna cosa durante un largo período de tiempo, como hornear (un pavo) o hervir a fuego lento (una sopa) a baja temperatura, vigile con frecuencia y permanezca cerca mientras se cocina la comida.
- Use un reloj con alarma para que le recuerde cuándo estará hecha la comida y para que a usted no se le olvide.

DIAPOSITIVA
11

- El vapor caliente de un recipiente o de una comida puede ocasionar escaldaduras.
- Caliente la comida solamente en platos o recipientes fabricados para utilizarse con seguridad en un microondas. No utilice nunca papel de aluminio ni objetos metálicos en el microondas, pues podrían causar un incendio.
- Coloque el horno microondas en un lugar más bajo que su rostro. Esto es más seguro porque evita que las comidas o líquidos calientes caigan sobre la cara.

DIAPOSITIVA
12

- Si usted ha tomado cualquier medicamento, ha estado bebiendo o tiene sueño, trate de no cocinar nada caliente, espere hasta que se encuentre más alerta.

DIAPOSITIVA
13

Es importante tener en su casa alarmas de humo que funcionen, pero:

- Si hay un alarma de humo en la cocina, a veces cocinar normalmente puede hacer que se active la alarma.
- Si esto sucede con mucha frecuencia, traslade la alarma a un cuarto cercano a la cocina pero que no esté dentro de ella.
- Algunos alarmas de humo vienen con un botón silenciador, el cual permite silenciar la alarma sin tener que sacar las pilas – si lo desea, puede mantener este alarma en la cocina.
- Una alarma de ionización debe estar por lo menos a 20 pies de la cocina, una alarma fotoeléctrico por lo menos a 10 pies.

**DIAPPOSITIVA
14**

- Si la alarma suena al cocinar normalmente y no hay fuego, presione el botón silenciador, abra una puerta o ventana, y agite una toalla en el área para hacer circular el aire.
- No desmonte la alarma de humo, tampoco saque las pilas pues usted podría olvidarse de encenderlo de nuevo.
- Cada vez que se active la alarma, considere esto como un posible incendio. Practique lo que usted haría para asegurarse de que todos reaccionen con la alarma y salgan de forma rápida y sin peligro.
- *Use la alarma Kidde incluido para demostrar cómo funciona el botón silenciador y la forma de ventilarlo con un trapo de cocina.*

**DIAPPOSITIVA
15**

- Los niños pequeños corren un riesgo mayor de quemarse con las comidas y líquidos calientes. Establezca una zona de 3 pies, prohibida para niños, alrededor de la cocina. Esto lo puede hacer de forma verbal o usando una cinta para marcar el piso.

**DIAPPOSITIVA
16**

- Para prevenir que los niños pequeños alcancen y hagan caer una cacerola caliente, cuando cocine coloque las ollas y sartenes en los quemadores de atrás y también ponga los mangos hacia atrás.

**DIAPPOSITIVA
17**

- Mantenga alejados del borde de la encimera todos los electrodomésticos pequeños y sus cables, para que así los niños no los hagan caer.
- Enchufe todos los electrodomésticos directamente en el tomacorriente; no utilice extensiones eléctricas ni tomacorrientes múltiples.
- Mantenga las comidas, ollas y bebidas calientes alejadas de los bordes de las mesas y encimeras

**DIAPPOSITIVA
18**

- Nunca sostenga a un niño en sus brazos mientras esté cocinando o llevando comidas o bebidas calientes.
- Mantenga a los niños pequeños alejados por lo menos 3 pies de cualquier lugar donde haya comidas, bebidas, ollas o bandejas calientes.
- Para las bebidas calientes utilice termos de viaje con las tapas bien apretadas.
- Si hay niños muy pequeños en casa, no use manteles ni individuales. Los niños pueden jalar el mantel y hacer caer los líquidos y comidas calientes que los podrían quemar.

**DIAPPOSITIVA
19**

- Caliente los biberones en agua caliente.
- Nunca caliente un biberón en el microondas, pues éste calienta los líquidos de forma desigual.
- Antes de darle el biberón al niño, pruebe siempre el líquido en el dorso de su mano o en la parte interna de la muñeca.

**DIAPOSITIVA
20**

- Siga siempre las instrucciones del fabricante para garantizar que la parrilla funcione adecuadamente y esté montada de forma correcta.
- Nunca use la parrilla dentro de la casa.
- Limpie a fondo la parrilla después de cada uso.
- Mantenga lejos de la parrilla los cigarrillos encendidos, fósforos, llamas abiertas o líquidos combustibles.
- Mantenga a los niños y a las mascotas alejados al menos tres pies de la parrilla.

**DIAPOSITIVA
21**

- Reemplace cualquier pieza o tubo que esté gastado o que podría producir un escape de gas.
- Si cree que hay un escape, cierre inmediatamente el gas. No intente encender la parrilla hasta que haya arreglado el escape.
- Apenas termine de cocinar, apague la parrilla y cierre la válvula del tanque de gas.

**DIAPOSITIVA
22**

- Afuera debe cocinar solamente con carbón o con otro combustible.
- Vierta agua sobre las brasas antes de botarlas a la basura.
- Mantenga afuera la parrilla con los carbones recién usados hasta que éstos se enfríen completamente.
- Los carbones calientes pueden ocasionar un incendio y también producen monóxido de carbono hasta que se enfrían totalmente.

**DIAPOSITIVA
23**

- La freidora debe estar en un área abierta y alejada de las paredes, vallas o de cualquier estructura que pudiera prenderse fuego.
- Mantenga a los niños y a las mascotas alejados al menos a tres pies de la freidora.
- Si el aceite empieza a echar humo, cierre inmediatamente el suministro de gas.
- No trate de extinguir el fuego con agua. Llame al 9-1-1.

**DIAPOSITIVA
24**

Si se produce un incendio, usted tiene dos opciones: salir o apagar el fuego.

- Si usted no se siente capaz de extinguir el fuego, lo mejor que puede hacer es hacer que todos salgan afuera.
- Cuando salga, cierre la puerta detrás de usted para ayudar a contener el fuego.
- Llame al 9-1-1 después de que haya salido, no lo haga cuando aún está dentro de casa.

DIAPOSITIVA
25

Si sabe lo que está haciendo, usted mismo podría apagar el fuego.

- Si el fuego es más grande que una pelota de baloncesto y/o se está propagando, salga de la cocina.
- Usar un extintor de incendios:
 - Aprenda cómo usar un extintor - pida que le enseñen en el cuerpo de bomberos local o en su trabajo y así podrá practicar la forma de extinguir un incendio.
 - SIGA SIEMPRE LAS INSTRUCCIONES DEL FABRICANTE – si se lo usa de forma incorrecta, un extintor podría de hecho propagar el fuego.

DIAPOSITIVA
26

Fuego con la grasa de un sartén

- Si se produce un fuego pequeño dentro de un sartén, póngase un guante para horno y sofoque las llamas colocando con cuidado la tapa de una olla o una bandeja para hornear sobre el sartén. La tapa de una olla o una bandeja para hornear puede cubrir el fuego con un solo movimiento y se las puede usar para proteger su mano y brazo mientras sofoca el fuego.
- Nunca ponga agua sobre un fuego con grasa - ¡el agua incluso puede hacer que el fuego se propague!
- No utilice un extintor para apagar el fuego en un sartén. El polvo sale rápidamente y con tal fuerza que podría volcar el sartén y propagar el fuego.
- *Si los participantes preguntan acerca del bicarbonato de sodio, explíqueles que puede ser una opción peligrosa. Es posible que no tengan la suficiente cantidad de bicarbonato de sodio como para apagar el fuego, que no puedan llegar a tiempo al sitio donde está este bicarbonato, o que se vean obligados a acercar su mano a las llamas de forma peligrosa.*

DIAPOSITIVA
27

Un video con una entrevista en Today Show sobre la forma de apagar el fuego en un sartén. Está hablando Meri-K Appy, presidenta de Safe Kids USA.

DIAPOSITIVA
28

- Si algo se prende fuego dentro del horno, apague el horno y mantenga la puerta cerrada. *El fuego necesita aire para crecer. Si usted abre la puerta del horno, el aire provocará que el fuego se haga más grande.*
- Antes de abrir la puerta de nuevo, espere hasta que el horno se haya enfriado completamente.
- Llame al 9-1-1 para informar sobre el fuego. Los bomberos verificarán que el fuego no se haya propagado detrás de las paredes.

**DIAPOSITIVA
29**

- Si se produce un fuego en el horno microondas, apáguelo inmediatamente y mantenga la puerta cerrada.
- No abra nunca la puerta hasta que el fuego esté apagado completamente.
- Llame al 9-1-1 para informar sobre el fuego.
- Después de un fuego, los hornos y microondas deben ser comprobados y/o revisados antes de utilizarlos de nuevo.

**DIAPOSITIVA
30**

- Asegúrese de que todos hayan salido de la cocina y que usted tiene un camino despejado hacia la salida.
- Si usted no ha podido disminuir el fuego en su primer intento, escape y no continúe tratando de apagarlo.

**DIAPOSITIVA
31**

Si su ropa se prende fuego:

- DETÉNGASE inmediatamente.
- TÍRESE al suelo y cúbrase el pecho con las manos.
- Para apagar el fuego, DESE VUELTAS de un lado al otro o de hacia atrás y adelante.

**DIAPOSITIVA
32**

Tratamiento de quemaduras

- Trate inmediatamente la quemadura poniéndola bajo agua fría. Enfríe la quemadura de 3 a 5 minutos.
- No se ponga lociones, cremas, mantequilla o cualquier otra cosa sobre la quemadura. Las quemaduras necesitan respirar para que se enfríen.
- Si la quemadura es grande o tiene dudas sobre cómo tratarla, busque atención médica enseguida.

**DIAPOSITIVA
33**

INTRODUCCIÓN A LA SEGURIDAD EN INCENDIOS/QUEMADURAS EN EL HOGAR

**DIAPOSITIVA
34**

- Cada año, se estima que 356.200 incendios caseros y 1.800 incendios caseros fatales se reportan a los departamentos de bomberos de EE.UU.
- Esos incendios ocasionaron 2.635 muertos y 12.600 heridos (en todas las edades).
- Los incendios caseros ocasionaron más de \$7.000 millones de dólares en pérdidas a la propiedad en 2009.

DIAPOSITIVA
35

- Fumar es la causa principal de los incendios mortales en el hogar.
- Los dormitorios son los lugares donde es más posible que se inicien los incendios mortales en el hogar, en segundo lugar está la sala familiar.
- Las muertes por incendio casero se producen más en enero que en cualquier otro mes.
- Los incendios caseros mortales suelen ocurrir a últimas horas de la noche y temprano en la mañana, entre 12-5 a.m.

DIAPOSITIVA
36

A pesar de que cocinar es la causa principal de los incendios caseros, la mayoría de las muertes por incendio es causada por los materiales para fumar.

- No fume dentro de casa o cerca de los niños.
- Si usted fuma, moje las colillas con agua antes de tirarlas.

DIAPOSITIVA
37

- Asegúrese de que se haya probado la seguridad del calentador. Busque en la parte inferior una etiqueta como ETL, UL o CSA.
- Mantenga los calentadores por lo menos a 3 pies de cualquier cosa que pudiera quemarse.
- Debe haber siempre un adulto en la habitación donde esté prendido un calentador.
- Apague los calentadores antes de salir de una habitación o de irse a dormir.
- Nunca use los calentadores para secar ropa o cobijas.

DIAPOSITIVA
38

Muchas muertes y heridas por incendio son causadas por fuegos prendidos por los niños.

- Guarde en un armario con llave los fósforos y encendedores.
- Utilice únicamente encendedores con dispositivos de seguridad para niños. Los encendedores vistosos o que parecen juguetes pueden ser confundidos con un juguete.

DIAPOSITIVA
39

- No queme la basura, papeles de regalo, cajas de cartón o árboles de Navidad porque estos artículos arden de forma irregular, pueden contener venenos o causar un incendio casero.
- Las pantallas impiden que las brasas o las chispas salgan volando.
- Los niños deben estar alejados a 3 pies de la chimenea, incluso si hay una pantalla o puerta de vidrio. La puerta de vidrio puede ponerse muy caliente y ocasionar una quemadura por contacto.
- Abra las salidas de humo antes de usar la chimenea.
- Haga que un deshollinador inspeccione las chimeneas todos los años - se debe arreglar cualquier grieta, obstrucciones y agujeros, y limpiar cualquier acumulación en la chimenea que pudiese originar un fuego.

**DIAPOSITIVA
40**

- Mantenga las velas alejadas por lo menos tres pies de cualquier cosa que pudiera quemarse.
- Coloque las velas en un lugar donde no puedan ser derribadas o ser movidas por el viento.
- Use siempre candeleros estables. Si es posible, utilice un candelero de vidrio que proteja la llama abierta.
- No permita que los niños guarden o usen velas o incienso en sus dormitorios.
- Cuando sea posible, use velas a pilas, en especial cuando combine velas con follaje u otra decoración.

**DIAPOSITIVA
41**

- Almacene la gasolina en cantidades muy pequeñas utilizando un recipiente aprobado que tenga dispositivos de seguridad para niños. El lugar más seguro para guardar el recipiente es un garaje separado o cobertizo.
- Mantenga los recipientes de los líquidos inflamables, como pintura y solventes de limpieza, almacenados herméticamente en sus envases originales y lejos de fuentes de ignición como calderas y calentadores de agua.

**DIAPOSITIVA
42**

- Siga siempre las instrucciones del fabricante.
- Las alarmas deben ser instalados:
 - En lo alto de las paredes o techos.
 - Dentro y fuera de todos los dormitorios y áreas para dormir.
 - Alejados de la trayectoria del vapor del baño y del humo de la cocina.
 - Lejos de las ventanas, puertas o conductos.

**DIAPOSITIVA
43**

Haga una demostración con la alarma de humo Kidde con pila sellada de 10 años de duración – explique que este tipo de alarma no necesita un cambio de pilas cada año.

- Coloque una nueva pila si la alarma hace un sonido como de chirrido. Esto significa que la energía está baja.
- Si sus alarmas de humo tienen más de 10 años, compre unos nuevos.

**DIAPOSITIVA
44**

- Dos tipos
 - De ionización – son mejores para detectar incendios con llamas.
 - Fotoeléctricos – son mejores para detectar incendios con humo.
- Todo tipo de alarmas sirven – lo más importante es que todo hogar tenga alarmas de humo que funcionen. Todos las alarmas deben tener una etiqueta que diga que han sido probados por un laboratorio de pruebas (UL/ETL/CSA), y deben ser instalados y mantenidos correctamente.
- Las alarmas de humo que tienen una pila que dura 10 años no necesitan que se cambie la pila; si empiezan a emitir un chirrido, se los debe tirar a la basura.

DIAPOSITIVA
45

- Junto con su familia, elabore un plan de escape de casa que muestre:
 - 2 vías para salir de cada cuarto.
 - 2 vías para salir de casa.
 - El lugar seguro fuera de casa donde se reunirá su familia.

DIAPOSITIVA
46

- Asegúrese de que las salidas de su casa no estén atestadas de cosas u otros objetos que podrían impedir una salida rápida de su familia.
- Verifique que las ventanas se puedan abrir con facilidad y que estén libres de obstáculos.
- Mantenga cerradas las puertas de los dormitorios. Si se produce un incendio en el pasillo, una puerta cerrada ayudará a mantener el humo fuera de la habitación.

DIAPOSITIVA
47

- Si hay un incendio, usted podría tener solamente de 2 a 3 minutos para poner a salvo a su familia.
- Practique el escape con todos los miembros de la familia y trate de usar vías de escape diferentes y seguras. (No practique utilizando una escalera de escape, pues podría ser peligroso).
- Elija con anterioridad un lugar seguro de reunión, para que así todos sepan dónde encontrarse con los demás.
- Practique caminar agachado o gateando sobre manos y rodillas hasta la salida más cercana. En un incendio, el humo se eleva hacia el techo, por tanto el aire es más limpio y más fácil de respirar cerca del suelo.
- Designe a un adulto para que ayude a los niños pequeños.

DIAPOSITIVA
48

- Antes de que usted abra una puerta para escapar de un incendio, toque el pomo de la puerta y las rendijas alrededor de ella. Si usted siente que están calientes, no salga de la habitación por esa salida pues el fuego podría estar muy cerca.
- Si usted tiene una escalera de escape para incendios, úsela para escapar por una ventana si puede hacerlo con seguridad.
- Si no puede escapar, vaya a la ventana, permanezca agachado hacia el suelo y agite algo para que los bomberos puedan verlo.

DIAPOSITIVA
49

- Antes de llamar al 9-1-1, espere hasta que usted haya salido de la casa.
- Llame desde un teléfono portátil o celular, o desde el teléfono de un vecino, para así no usar un teléfono dentro de la casa.
- Esté preparado para decirle a la operadora la dirección y el número de la casa donde usted se encuentra.
- Permanezca en el lugar de encuentro seguro hasta que lleguen los bomberos.

DIAPOSITIVA
50

- Sólo los adultos deben usar un extintor de incendios.
- Asegúrese de que todos hayan salido de casa.
- Aprenda cómo usar un extintor - si es posible, pida que le enseñen en el cuerpo de bomberos local o en su trabajo y así podrá practicar la forma de extinguir un incendio.
- Guarde las instrucciones para que usted pueda revisarlas de vez en cuando.
- Haga que alguien llame a los bomberos desde afuera.

DIAPOSITIVA
51

- Ponga el calentador de agua a 120° F. Una temperatura más alta pone en riesgo a los niños pequeños de sufrir heridas por escaldaduras.
- Considere instalar, en los grifos de agua y en las cabezas de las duchas, aparatos para prevenir escaldaduras que cierran el agua cuando la temperatura está demasiado caliente.

DIAPOSITIVA
52

- Cuando bañe a los niños pequeños, siempre pruebe el agua primero para asegurarse de que no está demasiado caliente.
- Permanezca lo suficientemente cerca de los niños que están dentro y alrededor de la bañera, de modo que usted pueda tocarlos.
- Los niños pequeños y las personas mayores tienen una piel fina que se quema con más rapidez.
- Coloque a su niño dando la espalda al grifo para que él/ella no trate de abrirlo.

Actividades Adicionales

1. Romper el hielo

Cuándo: Antes de la presentación.

Empiece la conversación preguntando a los participantes: "¿Desde que usted es madre/padre, qué ha cambiado al preparar las comidas?"

Respuestas potenciales:

- Utilizamos más comidas de preparación rápida.
- Comemos muchos macarrones con queso.
- En realidad mi esposo (esposa) es quien cocina.
- Hay menos tiempo para cocinar. Hacemos más comidas que pueden prepararse en 30 minutos o menos.
- Tengo anotados en la cocina los teléfonos de los sitios de comida para llevar.

2. Participación de la audiencia

Cuándo: Después de cada sección.

Como una forma de repasar los mensajes de seguridad, usted podría dedicar un par de minutos después de cada sección para hacer preguntas a la audiencia. Puede usar con confianza alguna o todas estas preguntas o preparar sus propias preguntas.

- Introducción a la seguridad al cocinar
¿Alguno de ustedes ha sufrido quemaduras o escaldaduras mientras cocinaba?
- Seguridad en incendios/quemaduras en la cocina
¿Qué método para cocinar usa usted generalmente? ¿Freír, hornear, a la parrilla, otros?
- Alarmas de humo
¿Tiene una alarma de humo cerca de la cocina?
- Mantener seguros a los niños en la cocina
¿Qué ha cambiado en la cocina desde que usted era joven? ¿Es más segura/menos segura/lo mismo?
- Cocinar afuera
¿Con qué frecuencia cocina usted afuera? ¿Qué utiliza usted para hacerlo?
- Si se produce un fuego o quemadura
¿Se le ha producido un fuego cuando estaba cocinando? Descríbalo.

Seguridad en incendios caseros

- Hacer más seguro su hogar
¿Cuál de estos consejos usted ya lo ha seguido? ¿Qué ha planificado hacer después de esta lección?
- Alarmas de humo
¿Cuántas alarmas de humo hay en su casa? ¿Dónde están ubicados?

- Preparar a su familia
¿Qué medidas va a tomar ahora para preparar a su familia en caso de incendio?
- Escaldaduras
¿Dónde baña a su bebé/dónde piensa bañar a su bebé?

3. Temas para el inicio de la conversación

Cuándo: Después de la lección de seguridad al cocinar.

Presente los siguientes escenarios y pregunte a los participantes qué harían si estuvieran en esa situación.

1. Escenario: Su bebé no se siente bien y quiere estar en sus brazos constantemente. Su niño de tres años desea ahora mismo su almuerzo caliente y se está poniendo fastidioso.
 - Pregunte a los participantes qué harían. Haga hincapié en las prácticas seguras al cocinar mientras se satisfacen las necesidades de los dos niños.
2. Escenario: Su familia política está en camino, la cena está casi lista y usted tiene que limpiar los platos, recoger los juguetes en la sala y poner los filetes en la parrilla que se está precalentando. Mientras usted se da prisa para recoger los platos sucios, se mancha la blusa con salsa. Ahora también necesita cambiarse de ropa.
 - Pregunte a los participantes qué es lo que harían. Ponga énfasis en las prácticas seguras al cocinar mientras se hacen múltiples tareas.
3. Escenario: Cuando el niño empieza a llorar, usted se olvida que la comida se está friendo en un sartén. Suena la alarma del detector, pero no hay fuego.
 - Pregunte a los participantes qué es lo que harían. Reitere lo que se debe hacer cuando se activa la alarma de humo al cocinar normalmente.

4. Actividades con la bolsa de sorpresas

Cuándo: Después de la lección

Materiales: Reúna artículos o fotos: paño de cocina, cuchara de madera, sartén, libro de cocina, juguete para niños, teléfono, etc.

- Coloque los artículos en una bolsa de la compra. Pida a los participantes que saquen un artículo de la bolsa y recuerden una práctica segura al cocinar relacionada con él. Por ejemplo, si sacan un juguete, "Los niños no deben tener sus juguetes en el área para cocinar, mantenga una zona segura de tres pies alrededor de la cocina".