



# COOKING SAFETY

Cooking is a fundamental and enjoyable activity that brings people together, allowing us to savor delicious meals and explore our culinary creativity. Whether you're an experienced chef or a novice in the kitchen, understanding and practicing cooking safety principles is crucial to protect yourself, your loved ones, and your property.

## COOK WITH CAUTION!

- **Stay alert!** If you are sleepy or are under the influence, don't use the stove or stovetop.
- **Stand by your pan!** Stay in the kitchen while frying, boiling, grilling, or broiling food. If you leave the kitchen for even a short period of time, turn off the stove.
- **Watch what you heat!** If you are simmering, baking, or roasting food, check it regularly, remain in the home while the food is cooking, and use a timer to remind you that you are cooking.
- **Keep clean!** Keep the stovetop, oven and burners clean. Place anything that can catch fire — oven mitts, wooden utensils, food packaging, towels or curtains — away from your stovetop.

## If you have a small cooking fire and decide to fight the fire...

- Gently slide the lid over the pan, covering it completely. Avoid slamming the lid down, as this can cause hot grease or flames to splatter. Leave the pan covered until it is completely cooled.
- For an oven fire, turn off the heat and keep the door closed.

## If you have any doubt about fighting a small fire...

- Just get out! As you exit, shut the door behind you to help contain the fire.
- Dial 9-1-1 or the local emergency number from outside the home.

Source: [NFPA.ORG](http://NFPA.ORG)

## FACTS

- 🔥 During 2014–2018, cooking was the leading cause of reported home fires and home fire injuries and the second leading cause of home fire deaths.
- 🔥 Unattended cooking was the leading cause of cooking fires and casualties.

## COOKING & KIDS



Create a “kid-free zone” of at least 3 feet around the stove and areas where hot foods or drinks is prepared or carried.



# COCINANDO CON SEGURIDAD

Cocinar es una actividad fundamental y agradable que une a las personas, permitiéndonos saborear deliciosas comidas y explorar nuestra creatividad culinaria. Si usted es un chef experimentado o un novato en la cocina, comprender y practicar los principios de seguridad culinaria es crucial para protegerse a sí mismo, a sus seres queridos y a su propiedad.

## ¡COCINA CON PRECAUCIÓN!

- **¡Mantente alerta!** Si tiene sueño o está bajo la influencia, no use la estufa o fogón.
- **¡Quédate junto a tu cazuela!** Permanezca en la cocina mientras fríe, hierve, asa a la parrilla o horneas alimentos. Si sale de la cocina, incluso por un corto período de tiempo, apague la estufa.
- **¡Cuida lo que calientas!** Si está cocinando a fuego lento, horneando o asando alimentos, revíselos regularmente, permanezca en la casa mientras se cocina la comida y use un temporizador para recordarle que está cocinando.
- **¡Manténgase limpio!** Mantenga limpia la estufa, el horno y los quemadores. Coloque cualquier cosa que pueda incendiarse (guantes de horno, utensilios de madera, envases de alimentos, toallas o cortinas) lejos de su estufa.

## Si tienes un pequeño fuego de cocina y decides apagar el fuego...

- Deslice suavemente la tapa sobre la cazuela, cubriéndola por completo. Evite cerrar la tapa hacia abajo, ya que esto puede causar que la grasa caliente o las llamas salpiquen. Deje la sartén tapada hasta que esté completamente fría.
- Para un fuego de horno, apague el fuego y mantenga la puerta cerrada.

## Si tienes alguna duda sobre la lucha contra un pequeño fuego ...

- ¡Solo sal! Al salir, cierre la puerta detrás de usted para ayudar a contener el fuego.
- Marque el 9-1-1 o el número local de emergencias desde fuera de la casa.

Fuente: NFPA.ORG

## DATOS

- Durante 2014-2018, cocinando fue la principal causa de incendios domésticos reportados y lesiones por incendios domésticos y la segunda causa principal de muertes por incendios domésticos.
- La cocción desatendida fue la principal causa de incendios y muertes en la cocina

## LA COCINA Y NIÑOS



Cree una "zona libre de niños" de al menos 3 pies alrededor de la estufa y áreas donde se preparen o lleven alimentos o bebidas calientes.