



## SEGURIDAD A LA PARRILLA

POR AARON WEIDMAN

Es pleno verano, ¿sabe si su parrilla está en las mejores condiciones para organizar una parrillada con amigos y familiares? Sabes qué Work Right te quiere PREPARADO para cada ocasión. Así que aquí hay algunos consejos para que revise sus peligros cuando se trata de asar a la parrilla este 4 de julio para que pueda parecer que está en forma a mitad de temporada.

✓ **Pinzas/espátula:** tenga los utensilios adecuados para lo que ponga en la parrilla. Nada significa un desastre más rápido que perder un hot dog con tu perro porque decidiste no llevar las pinzas contigo.



Aaron Weidman, PREPARADO  
para asar a la parrilla

✓ **Toalla/delantal:** gastaste mucho dinero en la camiseta perfecta para el 4 de julio. ¿Por qué arruinarlo con salpicaduras de grasa o una hamburguesa en el aire mientras intenta presumir con un tirón de su espátula? Usa un delantal o mantén una toalla sobre tu hombro, y BAM, tu camisa será el tema de conversación de la fiesta toda la tarde.

✓ **Zapatos:** sabemos que está expuesto al sol y le gusta usar chancletas, pero el goteo de grasa o las brasas que caen sobre su pie descalzo pueden ser dolorosos. Entonces, ponte un par de zapatos mientras estás en la parrilla o pon esos Crocs en modo deportivo. Tienes que estar listo para bailar si esas salchichas con queso cheddar comienzan a rociar jugo por todo el lugar.

✓ **Agua:** "Los humanos no pueden sobrevivir solo con agua" o algo así. En cualquier caso, asegúrese de tener un poco de agua a mano no solo para controlar esos brotes en su parrilla sino también para saciar su sed. Es un día largo y caluroso parado frente a la parrilla, y necesita estar hidratado para brindarles a sus invitados la comida perfecta.

✓ **Bebida en un koozie:** esta sección analiza las otras bebidas que a la gente le gusta tomar en una parrillada festiva. Ya tienes suficiente de qué preocuparte con los quisquillosos que solo quieren "bistecs bien hechos". No podemos permitir que su bebida se caliente demasiado y se vuelva mucho menos refrescante.

✓ **Guante para asar:** lo último que necesitamos es chamuscar esos pelos de la mano con la parrilla caliente. Mantén tu mano protegida con un guante para asar y evita ese olor a pelo quemado; ¡nadie quiere ese olor en una comida al aire libre!

✓ **Protector solar/sombrero:** estás en la parrilla toda la tarde cocinando para tus invitados. Protégase con un poco de protector solar y un sombrero para que pueda disfrutar de la fiesta por sí mismo después de que terminen sus deberes en la parrilla.

**¡Sigue los consejos anteriores y estarás PREPARADO para tener un gran 4 de julio!**



**Acerca de Aaron Weidman, MS, ATC, CEAS ||**  
Aaron es un entrenador atlético certificado del área de Normal, IL. Aaron ha pasado su carrera ayudando a atletas, pacientes y miembros del equipo a prevenir y recuperarse de lesiones y le apasiona la prevención. Cuando Aaron no está en el trabajo, disfruta viajar con su esposa o estar en casa mimando a Zoey, su terrier escocés.

Work Right NW está cambiando la forma en que las empresas ven los peligros en el lugar de trabajo. Nuestro enfoque es educar a la fuerza laboral para prevenir lesiones. Ofrecemos acceso a los Especialistas en Prevención de Lesiones en el lugar de trabajo para poder comunicar los primeros signos de malestar. Estamos cambiando la industria una compañía a la vez ayudando a una persona a la vez.