



REGLAS GENERALES PARA SEGURIDAD EN EL TRABAJO

1. **Levantamiento:** Siempre use métodos propios de levantamiento. Pida ayuda para cargas pesadas.
2. **Caídas y objetos que se caen:** Mire antes de caminar. Mantenga todas las áreas de andar limpias. No se pare debajo de cargas o andamios. No use escaleras inseguras. Instale barandales apropiadamente.
3. **Pisando clavos:** Quite todo riesgo de clavos. Mire antes de caminar.
4. **Aberturas:** Propiamente cubra las aberturas del suelo apropiadamente. Instale barandales. Ponga barricadas en su lugar.
5. **Vestimenta:** Use su casco. Proteja sus ojos con lentes de seguridad. Siempre utilice el equipo de protección. No use joyas.
6. **Limpieza y mantenimiento:** Un trabajo limpio es un trabajo seguro. Deseche los desperdicios apropiadamente.
7. **Uso inseguro de herramientas:** Recuerde que las herramientas eléctricas son peligrosas. Mantenga guardas en su lugar. Use equipo de protección personal apropiado. Proteja a sus compañeros. Pare y desenchufe el equipo para hacer ajustes.
8. **Herramientas inseguras y equipo:** inspeccione las herramientas y los equipo regularmente. Reporte todos los defectos a su supervisor. Siempre use la herramienta correcta. Siempre asegure las herramientas cuando no están en uso.
9. **Trabajo en equipo:** Planifique su trabajo con la seguridad en mente. Siempre esté al pendiente y proteja a todos los trabajadores en el sitio de trabajo.

RECORDATORIO- USTED SÍ PUEDE APRENDER COMO TRABAJAR CON SEGURIDAD PARA SU PROTECCIÓN Y LA DE LOS DEMÁS

Recomendaciones para seguridad: _____

Asistentes:
