



Week 16

Lugar: _____ Supervisor: _____ Fecha: _____

1) Estado de salud del operador

- Nunca reportar al trabajo si está bajo la influencia de drogas o de alcohol
- Si está tomando medicamentos (e.j. para un resfrío o gripe), por su seguridad y por la seguridad de sus compañeros de trabajo, por favor avisarle a su supervisor
- Ir al trabajo con una actitud mental positiva – dejar cualquier problema personal en casa
- Descansar bien entre sus turnos laborales
- Mantenerse en buen estado físico, endurecer su espalda para que no sufra heridas, y usar los métodos correctos para levantar materiales

2) Limpiando con agua o mangueras de incendios

- Tomar firmemente la manguera y subir despacio la presión
- Jamás dirigir la boca de la manguera hacia arriba o hacia abajo por las escaleras, con una manguera bajo presión o a otra persona
- No subir ni bajar escaleras con la manguera bajo presión
- Trabajar con dos personas para manejar una manguera que esté bajo alta presión
- No usar equipos eléctricos de mangueras

3) Acceso seguro

- Siempre usar los caminos, las plataformas, las escaleras o los ascensores para inspeccionar el equipo
- Usar un ascensor y/o un arnés de seguridad / un cinturón de seguridad para trabajar fuera de los caminos
- Usar las escaleras apropiadas, siempre sujetarlas bien o asegurarse de que haya alguien para sujetarlas
- Nunca pararse encima de las barandillas

Asistentes:

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Comentarios del empleado: