

Departamento de Trabajo de EEUU

Administración de Salud y Seguridad de Minas (MSHA)



La Oficina de Minas Pequeñas de MSHA—Sirviendo a las minas pequeñas de los Estados Unidos de América

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 (Ej. para un resfrío o una gripe), por su seguridad y por la seguridad de sus colegas 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 de los empleados: