CPWR CHARLA INFORMATIVA
THE CENTER FOR CONSTRUCTION RESEARCH AND TRAINING

# Maquinarias:
# Cómo Subirse y Bajarse

***Subirse y bajarse de las maquinarias implica un riesgo de lesiones desde torceduras, cortes, moraduras, fracturas, incluso hasta la muerte.***

## La historia de Joe

Joe era operador de un cargador frontal. Un dia, al bajar de la cabina, perdió el equilibrio en los escalones lodosos. Joe se cayó al suelo y se fracturó el tobillo.

- **¿Cómo se pudo haber evitado este incidente?**
- **¿Alguna vez usted o alguien que usted conoce ha sido lesionado subiendo o bajando de las maquinarias? ¿De ser así, que sucedió?**

## Recuerde esto:

- Póngase frente a la máquina y mantenga tres puntos de apoyo al subir o bajar.
- Use zapatos que brinde el soporte y tracción adecuados.
- Coloque el freno de mano para evitar que la máquina se mueva.
- Mantenga las áreas de trabajo limpias y sin desechos, como restos, materiales y otra basura.
- Asegúrese de que los asideros y los escalones estén libres de lodo o que no existan otras condiciones que puedan hacerlos resbaladizos.

## ¿Cómo podemos estar seguros hoy?

¿Qué haremos en nuestro lugar de trabajo para prevenir las lesiones mientras se sube o se baja de una maquinaria?

1. _____
   _____
2. _____
   _____

**NORMAS OSHA: 1926.600, 1926.20**

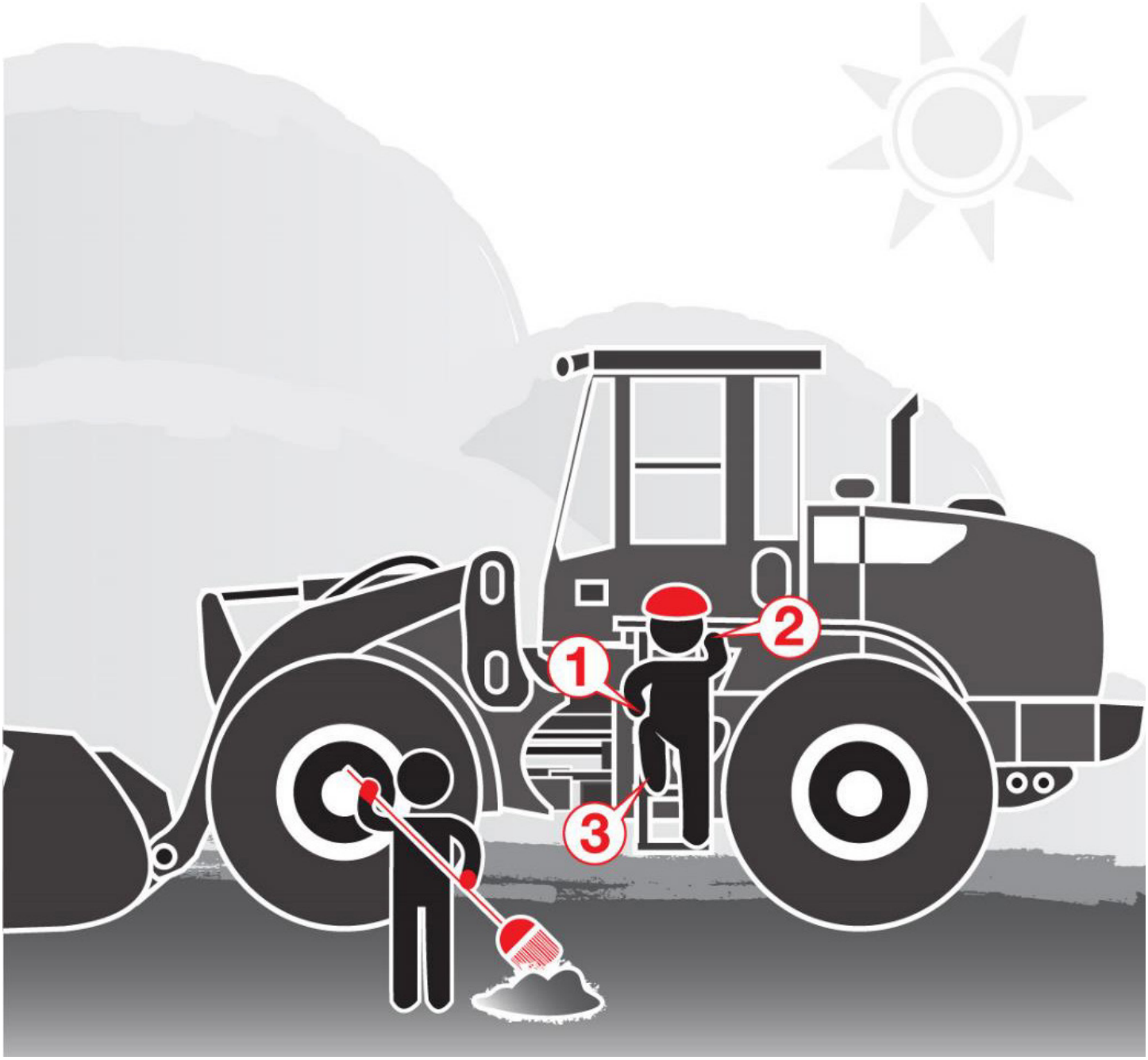
© 2018, CPWR-El Centro para la Investigación y Capacitación en la Construcción. Todos los derechos reservados. CPWR es el brazo de investigación y entrenamiento de NABTU. La producción de este documento fue respaldada por el acuerdo cooperativo OH 009762 del Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH). Los contenidos son responsabilidad exclusiva de los autores y no representan necesariamente las opiniones oficiales de NIOSH.

**Gracias a la Sociedad Americana de Ingenieros en Seguridad por su apoyo y contribución en la traducción al español de las charlas informativas.**

CPWR
THE CENTER FOR CONSTRUCTION RESEARCH AND TRAINING

CPWR CHARLA INFORMATIVA
THE CENTER FOR CONSTRUCTION RESEARCH AND TRAINING

# Maquinarias:
## Cómo Subirse y Bajarse




- Póngase frente a la máquina y mantenga tres puntos de apoyo al subir o bajarse.
- Mantenga las áreas de trabajo limpias y sin desechos, como restos, materiales extra y basura.
- Asegúrese de que los asideros y los escalones estén libres de lodo o que no existan otras condiciones que puedan hacerlos resbaladizos.