



CÓDIGO DE PRÁCTICAS SEGURAS

Estas instrucciones serán obligatorias para todos los empleados en todos los puestos de la empresa. Personal de oficina para trabajador de campo estas son directrices de seguridad para su protección por favor sigalos en todo momento.

quehaceres domésticos

1. Use señales de precaución o conos para bloquear áreas resbaladizas.
2. No almacene ni deje artículos en las escaleras.
3. No bloquee ni obstruya escaleras, salidas o accesos a equipos de seguridad y emergencia, como extintores o alarmas contra incendios.

General

1. No coloque material como cajas o basura en pasarelas y pasadizos.
2. No tire fósforos, cigarrillos u otros materiales para fumar en cestas de basura.
3. No saque objetos de su camino; recogerlos o empujarlos fuera del camino.
4. Mantenga los pisos alejados de artículos como clips de papel, lápices, tachuelas o grapas.
5. Enderezar o quitar alfombras y esteras que no se encuentran planas en el suelo.
6. Fregar el agua alrededor de las fuentes de bebida y las máquinas dispensadoras de bebidas.
7. No bloquee la vista llevando artículos grandes o voluminosos; utilizar un camión dolly o de mano o obtener ayuda de un compañero empleado.
8. Almacene objetos afilados, como bolígrafos, lápices, abrecartas o tijeras en cajones o con los puntos hacia abajo en un contenedor.
9. Lleve lápices, tijeras y otros objetos afilados con los puntos hacia abajo.
10. Utilice una escalera o taburete escalonado para recuperar o almacenar los artículos que se encuentran encima de la cabeza.
11. No corra por las escaleras ni tome más de uno, paso a paso.
12. Mantenga las puertas en los pasillos completamente abiertas o completamente cerradas.
13. Utilice pasamanos cuando suba o suba escaleras o rampas.



14. Obedezca todas las señales de seguridad y peligro publicadas.

Uso de muebles

1. Abra un cajón de archivador a la vez.
2. Cierre los cajones y puertas inmediatamente después de su uso.
3. Utilice el mango al cerrar puertas, cajones y archivos.
4. Coloque archivos pesados en los cajones inferiores de los archivadores.
5. No incline la silla en la que está sentado en su espalda dos patas.
6. No se para en los muebles para llegar a lugares altos.

Equipo de oficina

1. No utilice ventiladores que tengan vibración excesiva, cuerdas deshilachadas o guardias que faltan.
2. No coloque ventiladores de tipo de piso en pasarelas, pasillos o puertas.
3. No conecte varios dispositivos eléctricos a una sola toma de corriente.
4. No utilice cables eléctricos dañados, deshilachados, cut, faltantes de puntas o cables eléctricos agrietados
5. Utilice una cubierta de cable cuando ejecute cables eléctricos u otros cables a través de pasillos, entre escritorios o a través de entradas o salidas.
6. Gire el interruptor de alimentación de los ventiladores de escape locales a "Activado" al operar el plano máquina.

Procedimientos de elevación

1. Pruebe el peso de la carga antes de levantar empujando la carga a lo largo de su superficie de reposo.
2. Si la carga es demasiado pesada o voluminosa, utilice ayudas de elevación y transporte, como camiones de mano, dollies, palets y carros, o obtener ayuda de un compañero de trabajo.
3. Nunca levante nada si sus manos están grasientas o mojadas.
4. Use guantes protectores al levantar objetos con esquinas afiladas o bordes irregulares.

Levantamiento de gallinas W

1. Enfrentate a la carga.
2. Coloque los pies a 6" ~12" de distancia con un pie ligeramente delante del otro.



3. Doblarse de rodillas, no en la parte posterior.
4. Mantén la espalda recta.
5. Obtenga un agarre firme del objeto con las manos y los dedos. Utilice asas cuando esté presente.
6. Sostenga los objetos lo más cerca posible del cuerpo.
7. Realizar movimientos de elevación sin problemas y gradualmente; no sacuda la carga.
8. Si debe cambiar de dirección mientras levanta o lleva la carga, gire los pies y gire y todo nuestro cuerpo. No gire en la cintura.
9. Establezca los objetos de la misma manera que los recogió, excepto al revés.
10. No levante un objeto del suelo a un nivel por encima de la cintura en un solo movimiento. Establezca el cargar hacia abajo en una mesa o banco y luego ajustar su agarre antes de levantarlo más alto.

Escaleras y escaleras escalonadas

1. Lea y siga la etiqueta de instrucciones del fabricante colocada en la escalera si no está seguro de cómo utilizar la escalera.
2. No utilice escaleras que tengan peldaños sueltos, rieles laterales agrietados o divididos, que falten almohadillas de goma o que estén visiblemente dañados.
3. Mantenga los peldaños de escalera limpios y libres de grasa. Retire la acumulación de material como suciedad o barro.
4. Al realizar trabajos desde una escalera, enfréntate a la escalera y no se inclina hacia atrás o hacia los lados de la escalera.
5. Permita que solo una persona en la escalera a la vez.
6. No se para en el peldaño superior de ninguna escalera.
7. No se para en una escalera que se tambalea, o que se inclina hacia la izquierda o la derecha.
8. No intentes "caminar" una escalera balanceándola. Baja por la escalera, y luego muévela.

Subir una escalera



1. Enfréntate al ladder al subir o bajar.
2. No lleve artículos en sus manos mientras sube o baja por una escalera.
3. Mantenga siempre un ontact de tres puntos c manteniendo ambas manos y un pie o ambos pies y una mano en la escalera al subir o bajar.

Seguridad de la conducción/vehículo

Combustibles de vehículos

1. Apague el vehículo antes de alimentarse.
2. No fume mientras alimenta un vehículo.
3. Lávese las manos con agua y jabón si derrama gasolina en sus manos si está disponible use barrido de grasa cuando se derrame combustible diesel y notifique al asistente.

Conducción Rules

1. Cierralas puertas y abróchate el cinturón de seguridad antes de mover el vehículo.
2. Obedezca siempre todas las señales de tráfico, leyes y señales.
3. Mantener un contacto de tres puntos usando ambas manos y un pie o ambos pies y una mano al subir y salir de los vehículos.
4. No deje las llaves en un vehículo desatendido.

Seguridad del vehículo/remolque

1. Poner el freno de estacionamiento en el vehículo de remolque y utilizar bloques de ruedas para chock las ruedas del remolque antes de retirar cualquier equipo del remolque.
2. Asegure el equipo al vehículo con cadenas o correas para eliminar o minimizar el desplazamiento de la carga.
3. Nadie puede montaren el remolque.
4. Dé vueltas lentas y anchas al remolcar remolques que contengan equipos o materiales.
5. No exceda la capacidad de carga como se registra en la puerta del remolque.
6. No coloque todo el equipo pesado en un lado del remolque.

Seguridad en el sitio

1. No comience a trabajar hasta que se hayan para aislar el área de trabajo del tráfico local.



2. Los chalecos reflectantes de advertencia deben ser usados por los abanderamientos asignados al control del tráfico.
3. No se acerque a ningún equipo pesado hasta que el operador le haya visto y le haya indicado que es seguro acercarse.
4. Camine o pise agujeros, rocas, raíces, materiales o equipos en su camino.
5. Utilizar barricadas de madera contrachapada, delineadores y cinta de precaución para cubrir agujeros que crean un peligro.
6. Obedezca siempre todas las reglas de seguridad publicadas y use todos los EBP mientras está en el lugar de trabajo.
7. Tome descansos en áreas sombreadas.

Seguridad de equipos pesados

1. No se permite la entrada de pasajeros en equipos pesados.
2. Mantenga las ventanas y el parabrisas limpios.
3. Apague el motor antes de dejar el equipo pesado desatendido.
4. No salte ni se suba a ningún equipo pesado.
5. Mantenga el equipo pesado en marcha cuando vaya decalidad propia. No utilice neutral.
6. No utilice retroexcavadoras, palas eléctricas y otros equipos pesados dentro de dos (2) pies desde el borde de una excavación o trinchera.
7. El agua se utilizará para evitar que el polvo se estropee, o se transporte en la zona de losa, también los caminos de operación del equipo en el lugar de trabajo.

retroexcavadora

1. No utilice un bucket u otros archivos adjuntos para una plataforma provisional o temporal para trabajadores.
2. No opere retroexcavadora sobre o a través de servicios públicos subterráneos marcados por pintura, marcado, o apostado.
3. Ajuste el freno oscilante del brazo del cucharón al mover el vehículo hacia y desde la excavación sitio.



4. Permanezca en el compartimiento durante el funcionamiento de la retroexcavadora o pala eléctrica. No llegar o intentar operar controles desde fuera de la retroexcavadora o pala de potencia.
5. No utilice Retroexcavadora fuera del alcance de la misma operación.

Paletas eléctricas

1. Compruebe visualmente para asegurarse de que las cuchillas están libres de obstrucciones y el área está despejada para la operación.
2. Nunca deje la paleta desatendida mientras está funcionando.
3. Manténgase siempre firme y mantenga las manos y la ropa suelta lejos de las partes giratorias o móviles.
4. Asegúrese de que el interruptor de parada de emergencia esté en la posición ON.
5. Lea y entienda el manual de los operadores por completo antes de usar una paleta de alimentación.
6. El gerente/Capataz debe asegurarse de que los empleados que utilizan las máquinas estén capacitados y competentes para operar la máquina sin supervisión.
7. La ropa adecuada debe usarse cuando se manejan paletas eléctricas. Esto incluye botas de trabajo, pantalones largos y resistentes, guantes y protección para los ojos. Evite la ropa, como cordones de arranque sueltos que pueden quedar atrapados en cuchillas giratorias.
8. No permita que los transeúntes o el personal no entrenados estén en las proximidades de las paletas de energía durante la operación.
9. Las paletas de potencia walk-behind deben estar equipadas con un interruptor de control que apague automáticamente la alimentación cada vez que las manos del operador se retiren de las manijas del equipo.
10. No ate ni anule el interruptor de cierre de seguridad.
11. Los protectores de máquina deben estar en su lugar y estar seguros. Revise los guardias antes de cada uso.
12. Las paletas de potencia de conducción deben comenzar con el embrague desenganchado y la presión aliviada.



- de las cuchillas para evitar el movimiento repentino de la máquina que podría herir al operador.
13. Si las paletas de potencia de conducción están equipadas con luces, deben estar en buen funcionamiento
condición y se utiliza en condiciones de poca luz.
 14. Ajuste el asiento para adaptarse cómodamente al operador en las paletas de conducción para evitar
fatiga del operador.
 15. Los empleados no están autorizados a hacer reparaciones, mantenimiento o máquinas de correr. Los motores deben apagarse antes del trabajo, a menos que puedan
recomendación del fabricante de que es necesario tener la máquina en funcionamiento.
 16. Detenga el motor y déjelo enfriar antes de alimentar las paletas de potencia.
 17. Las paletas eléctricas deben funcionar en espacios bien ventilados; humos de escape pueden ser
Mortal. Si se utilizan en espacios cerrados, se requiere equipo personal.
 18. Wgallina que transporta paletas de conducción, ascensor sólo por los soportes de elevación proporcionados o grilletes.
 19. Wgallina transportando o moviendo paletas de poder caminando detrás de un lugar a otro, utilizar dos
personas para levantar y llevar la máquina; el tamaño incómodo hace que levantar y llevar con
una persona difícil y posiblemente peligrosa.

Seguridad del generador portátil

1. Inspeccione los generadores portátiles en busca de daños o líneas de combustible sueltas que puedan haber ocurrido durante el transporte y o la manipulación.
2. Mantenga el generador seco.
3. Mantener y operar generadores portátiles de acuerdo con el uso de la fabricación y instrucciones de seguridad.
4. Nunca conecte un generador directamente al sistema eléctrico de una estructura (hogar, oficina o



remolque) a menos que el generador tenga un interruptor de transferencia instalado correctamente.

5. Conecte siempre los aparatos eléctricos directamente al generador utilizando las manufacturas cables suministrados. Utilice cables de extensión de servicio pesado sin daños que estén conectados a tierra (3-con puntas).
6. Utilice el suelo — circuito de falla interrumpido (GFCI) según la instrucción.
7. Antes de repostar, apague el generador. Nunca guarde combustible en interiores.
8. Intoxicación por monóxido de carbono es un gas tóxico incoloro, inodoro. Muchas personas han muerto de intoxicación por C.O. porque su generador no estaba adecuadamente ventilado. Para prevenir esto nunca utilizar un generador en el interior y nunca colocar cerca de puertas, ventanas o respiraderos.
9. If usted u otros muestran síntomas de intoxicación por C.O. (mareos, dolores de cabeza, náuseas, cansancio) tomar aire fresco inmediatamente y buscar atención médica.

Equipo de protección personal

1. Use sombreros duros, protección hearing y gafas de seguridad mientras opera pesado equipo.
2. No use sombreros duros abarrotados o agrietados.
3. No continúe trabajando si sus gafas de seguridad se empañan. Detener el trabajo y limpiar el gafas hasta que las lentes estén claras y desfogadas.
4. Use sombreros duros, gafas de seguridad y chalecos o ropa altamente visible siempre mientras trabaja en un sitio de trabajo.

Seguridad general de las herramientas manuales

1. Mantenga la hoja de todas las herramientas de corte afiladas.
2. No utilice una herramienta si su mango tiene astillas, rebabas, grietas, divisiones o si la cabeza de la



herramienta está suelta.

3. Etiquete las herramientas desgastadas, dañadas o defectuosas "Fuera de servicio" y no las use.
4. No utilice herramientas de impacto como martillos o cinceles que tengan cabezas setas.
5. Al entregar una tool a otra persona, dirigir puntos afilados, y los bordes de corte lejos de ti y de la otra persona.
6. Wgallina usando cuchillos, cizallos u otras herramientas de corte, cortado en una dirección lejos de su cuerpo.
7. Lleve todas las herramientas afiladas en una funda o funda.
8. No realice reparaciones de "hacer cambio electrónico" en las herramientas.
9. No utilice "tramposos" en aglutinantes de carga o "boomers".
10. No lleve herramientas en la mano al escalar. Llevar herramientas en las correas de herramientas o izar el herramientas para el área de trabajo utilizando una línea de mano.
11. No tire herramientas de una ubicación a otra ni de un empleado a otro.

Herramientas neumáticas

1. No apunte una manguera de aire comprimido cargada a los transeúntes ni la utilice para limpiar su ropa.
2. Bloquear y /o etiquetar herramientas "Fuera de servicio" para evitar el uso de la herramienta.
3. No utilice herramientas que tengan asas con rebabas o grietas.
4. No utilice compresores si faltan sus protectores de cinturón. Reemplace los protectores de cinturón antes utilizando el compresor.
5. Gire el interruptor de encendido de la herramienta a "Off" y deje que llegue a una parada completa antes de dejándolo desatendido.



6. Desconecte la herramienta de la aerolínea antes de realizar cualquier ajuste o reparación también.

Cables de alimentación eléctrica

La electricidad es importante en los lugares de trabajo donde se requieren herramientas eléctricas. Muchos trabajadores son electrocutados cada año porque no seguían prácticas de trabajo seguras para la electricidad o no estaban familiarizados con el equipo que se utilizaba. El peligro eléctrico más común en las obras de construcción actuales es de la descarga eléctrica por falla de suelo, que se puede evitar fácilmente si se toman las precauciones adecuadas.

1. La descarga eléctrica es a menudo sólo el comienzo en una cadena de accidentes. La lesión final puede ser una caída, corte, quemadura o hueso roto.
2. Los cables de extensión se utilizan en el trabajo para muchos propósitos y si no se eligen cuidadosamente para el trabajo y debidamente cuidado, puede ser peligroso. La principal preocupación es la conectores, aislamiento y el tamaño de cable adecuado necesario para llevar la corriente.
3. Con el fin de reducir las lesiones relacionadas con descargas eléctricas, la norma eléctrica de la OSHA requiere el uso de interruptores de circuitos de fallas de tierra (GFCIs) para tomas de receptáculo.
4. Los enchufes y los receptáculos deben coincidir con el trabajo en cuestión. Cada tipo de receptáculo es diseñado para manejar una cantidad específica de voltaje y corriente. Siempre sea consciente de sus requisitos de circuito.
5. Herramientas eléctricas - para maximizar su propia seguridad, un empleado siempre debe usar herramientas que funcionan correctamente. Las herramientas deben inspeccionarse antes de su uso y, si se encuentran defectuosas, debidamente etiquetado y eliminado del servicio.



Las regulaciones específicas de la OSHA que cubren los cables de extensión flexibles y los requisitos de puesta a tierra son:

1. Los conjuntos de cables de extensión utilizados con herramientas y equipos eléctricos portátiles deberán ser de tres-tipo de cable y se diseñará para un uso duro o extra-duro.
2. Inspeccione todos los cables y herramientas eléctricas para asegurarse de que el enchufe es un enchufe de 3 puntas con tierra adecuada. Nunca vuelva a mover o cortar el enchufe de tierra y utilice el cable.
3. Se construirán recipientes, conectores de cable y tapones de fijación para que no receptáculo o conector de cable aceptará un enchufe de fijación con un voltaje diferente o clasificación actual que aquella para la que está destinado el dispositivo.
4. Receptáculos conectados a circuitos con diferentes voltajes, frecuencias o tipos de (AC o DC) en las mismas instalaciones serán de tal diseño que el los enchufes de fijación utilizados en esos circuitos no son intercambiables.
5. Un conductor utilizado como tierra en tierra o como suelo de equipo será identificable y distinguible de todos los demás conductores.
6. Un terminal de puesta a tierra o de puesta a tierra en un recipiente, conector de cable o enchufe de fijación no se utilizará para ningún otro propósito.
7. Ningún conductor en tierra se unirá a ningún terminal o cable para revertir polaridad designada.
8. Los cables y cables flexibles estarán protegidos contra daños. Es importante que cualquier los cables dañados se retiran del servicio y se "etiquetan" por seguridad y para evitar infracciones de código.
9. Los cables de extensión no deben organizarse de una manera enredada y desordenada que crea un viaje y el riesgo de falsificación.
10. Los cables flexibles para empalmes se utilizarán únicamente en longitudes continuas sin empalme ni grifo.



11. Los cables flexibles de servicio duro N° 12 o más pueden repararse si se empalman empalme conserva el aislamiento.

Es esencial tener electricidad disponible en el lugar de trabajo. es responsabilidad del empleado utilizar PRÁCTICAS DE TRABAJO SEGURAS, sentido común y precaución cuando el equipo eléctrico está en uso.

Equipo de elevación

1. No utilice cabestrillos en cadena si los eslabones están agrietados, retorcidos, estirados o doblados.
2. No acorte los cabestrillos mediante el uso de dispositivos improvisados como nudos o pernos.
3. No utilice unacadena con tinta k.
4. Proteja los cabestrillos de los bordes afilados de sus cargas colocando almohadillas sobre los bordes afilados de los elementos que se han cargado.
5. Use guantes de trabajo cuando manipule cadenas, cables, cuerdas, o cabestrillos.
6. No altere ni retire el pestillo de seguridad en los ganchos. No utilice un gancho que no tenga un pestillo de seguridad, o si el pestillo de seguridad está doblado.

Al levantar

1. No coloque las manos entre el cabestrillo y su carga cuando el cabestrillo esté siendo apretado alrededor de la carga.
2. Levante la carga desde el centro de los ganchos, no desde el punto.

Cuchillos/Instrumentos afilados

1. Use cuchillos para la operación para la que están hechos.
2. No utilice knives que tenga asas rotas o sueltas.



3. No utilice cuchillos como destornilladores, barras de palanca, abrelatas o picos de hielo.
4. Al manipular cuchillas de cuchillo y otras herramientas de corte, aleje directamente puntos y bordes afilados de ti.
5. Corte en la dirección lejos de su cuerpo cuando utilice cuchillos.

Martillos

1. No utilice un martillo si sus manos están aceitosas, grasientas o húmedas.
2. No golpee objetos con la mejilla del martillo.
3. No golpee un martillo contra otro martillo.

alicates

1. No intente forzar los alicates usando un martillo sobre ellos.
2. No utilice alicates agrietados, rotos o surtidos.

sierras

1. Mantenga el control de las sierras liberando presión hacia abajo al final del trazo.
2. No utilice una sierra que tenga hojas de sierra opacas.
3. Mantenga las manos y los dedos alejados de la hoja de sierra mientras está utilizando la sierra.
4. No lleve una sierra junto a la hoja.
5. Cuando utilice una sierra de mano, sostenga la pieza de trabajo firmemente contra la mesa de trabajo.

Herramientas eléctricas

1. No utilice equipos o herramientas eléctricas en las que no haya sido entrenado.
2. Mantenga los cables de alimentación lejos de la trayectoria de las sierras eléctricas.
3. No utilice cables que tengan empalmes, cables expuestos o extremos agrietados o deshilachados.
4. No lleve equipo o herramientas enchufados con el dedo en el interruptor.
5. No lleve equipo ni herramientas junto al cable.
6. Apague la herramienta antes de enchufarla o desenchufarla.
7. No deje las herramientas "On" desatendidas.



8. No manipule ni opere herramientas eléctricas cuando las manos estén mojadas o cuando de pie sobre suelos mojados o mojados.
9. No utilice cables de extensión u otros cables de alimentación con tres puntas en tierra que pron del suelo retirado o roto.
10. No utilice un adaptador que elimine el suelo, como un enchufe tramposo.
11. No conduzca, arrastre, pise ni coloque objetos en un cable.

Seguridad general de la sierra eléctrica

1. Use el equipo protector personal prescrito, como goggles, guantes, polvo máscaras y protección auditiva al operar la sierra eléctrica.
2. No utilice una sierra eléctrica que haya roto, roto o suelto guardias u otro visible daño.
3. Apague la sierra antes de realizar mediciones, ajustes o reparaciones.
4. Mantenga las manos alejadas de la hoja expuesta.
5. Utilice la sierra a toda velocidad de corte con una cuchilla afilada para evitar contragolpes.
6. Si la sierra se atasca, gire el interruptor de encendido de la sierra a "OFF" antes de pulsar fuera del corte incompleto.
7. Noa lterel anti-dispositivo de retroceso protector de cuchillas.
8. Cuando utilice la sierra de alimentación, no llegue a través de la operación de corte.
9. Cuando utilice la sierra eléctrica, no sostenga la pieza de trabajo contra su cuerpo al hacer el corte.

Materiales peligrosos

1. Siga las instrucciones de la etiqueta y en la hoja de datos de seguridad (SDS) correspondiente para cada producto químico que utilizará en su lugar de trabajo.
2. No utilice ropa o equipo de protección que tenga costuras partidas, agujeros, cortes, desgarros u otros signos visibles de daño.



3. Cada vez que uses los guantes, lávalos antes de quitar los guantes, usando agua fría del grifo y movimiento normal de lavado de manos. Lávese siempre las manos después de quitarse los guantes.
4. No utilice productos químicos de recipientes sin etiquetar ni cilindros sin marcar.
5. Utilice siempre gafas químicas y un protector facial antes de manipular productos químicos etiquetados como "corrosivos" o "cáusticos".
6. No almacene recipientes químicos etiquetados como "Oxydizer" con recipientes etiquetados como "Corrosive" o "Cáustico".
7. No fume mientras manipula productos químicos etiquetados como "Inflamables".