

# 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

---

## Semana 6

Lugar: \_\_\_\_\_ Supervisor: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

### 1. Cubiertas

- Cerrar/Etiquetar el equipo cuando repara las cubiertas.
- Después de la reparación o el mantenimiento, recolocar las cubiertas antes de empezar de nuevo la máquina o el equipo.
- Reportar las cubiertas que estén rotas o sean inadecuadas.

### 2. Levantamiento

- Buscar ayuda cuando tenga que levantar o mover objetos pesados.
- Usar y cinchar su cinturón de soporte lumbar para levantar objetos pesados.
- Para levantar, asegurarse de usar las piernas, mantener la espalda recta y sostener el objeto cerca de su cuerpo.

### 3. Reportar heridas

- Todas las heridas, no importa su gravedad, deben ser reportadas a su supervisor.
- Queremos proveer la atención médica inmediata para usted.
- Recordar que algunos accidentes y heridas pueden ser reportadas a MSHA y a Workers Compensation (Indemnización para Trabajadores)

Asistentes:

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

Comentarios de los empleados: