

Evite los Riesgos a su Espalda



Mala Postura para Levantar

- Siempre levante con las piernas y no con la espalda.
- Mantenga la carga cerca a su cuerpo en la zona de fuerza (Power Zone).
- Mantenga su espalda en una posición recta.

Sobreesfuerzo

- Consiga ayuda al levantar objetos pesados o incómodos.
- Utilice un dispositivo-plataforma de carga mecánica, montacargas, carrito o algún sistema de elevación.
- Limite la carga – reduzca el peso y haga más viajes.

Evite Girar

- Cambie la dirección de su cuerpo con los pies y gire su cuerpo completo.

Limítese al Agacharse o al Alcanzar algo

- Coloque los objetos pesados o de uso frecuente a la altura de la cintura.
- No levante por encima de su cabeza.

Rockwood Casualty Insurance Company (Rockwood) puede proveer servicios de gestión de seguridad a sus asegurados a fin de reducir el riesgo de pérdidas que puedan llevar a reclamos de seguro. La información y los consejos que proveemos no tienen la intención de incluir todas las medidas y controles de seguridad posibles. Rockwood no garantiza que se eviten o mitiguen pérdidas y reclamos si se siguen nuestras recomendaciones. Los servicios de gestión de seguridad que proveemos no exentan al asegurado de sus propios deberes y obligaciones con respecto a temas de seguridad, y Rockwood no garantiza al asegurado o terceros que la propiedad y/u operaciones del asegurado sean seguras, salubres o cumplan con leyes, reglamentos y normas aplicables. El asegurado sigue siendo responsable por sus propias operaciones, prácticas y procedimientos de seguridad y debe consultar a un asesor legal y profesionales de seguridad, de su propia elección, según se considere apropiado.

Safety Tip #125-Spanish



ROCKWOOD

Member Argo Group