

RECOMENDACIONES DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

10 REGLAS UNIVERSALES DE SEGURIDAD TRABAJOS DE ALTOR IESGO

1. Obedezca todas las reglas, señales e instrucciones.
2. Use el equipo de protección personal adecuado. Maténgalo en buenas condiciones.
3. Siempre que usted o el equipo que opera sea parte de un accidente, no importa que sea leve, reportelo inmediatamente al encargado de seguridad o a su jefe inmediato superior. Obtenga primeros auxilios con prontitud.
4. Use las herramientas y el equipo recomendado para el tipo de trabajo que realiza, úselos de manera segura según instrucciones de equipo y capacitaciones recibidas. Siga las instrucciones, no corra riesgos. Si no sabe pregunte.
5. Cuando levante peso, doble sus rodillas, agarre firmemente la carga, luego levante la carga manteniendo la espalda tan recta como sea posible. Obtenga a yuda para cargas pesadas.
6. Reporte inmediatamente cualquier condición o práctica que crea que pueda causar lesión a los trabajadores o daños materiales.
7. No se distraiga especialmente en trabajos de riesgo y evite distraer a otros.
8. Ponga todo lo que usa en su lugar apropiado. El desorden causa lesiones y resulta en pérdidas de tiempo, energía y material, mantenga su área limpia y ordenada.
9. Use, altere y repare el equipo sólo cuando tenga autorización oficial de personal calificado.
10. No use el celular cuando realiza **toda actividad** que requiere alta concentración y cuidado como ejemplo: Trabajos de altura, trabajos de soldadura, recojo de residuos sólidos, mantenimiento de áreas verdes, actividades en el camal, manejo de todo tipo de vehículos y similares.

RIESGOS	CONTROLES
Manipulación de herramientas y objetos varios	Uso de Equipos de Protección Personal
Herramientas en mal estado	Revisión de herramientas antes de utilizarlas
Herramientas manuales cortantes	Uso de Equipos de Protección Personal
Esfuerzo por el uso de herramientas	Capacitación
Realizar Trabajos de Riesgo	Capacitación
Esfuerzo de manos y muñecas	Capacitación
Posturas inadecuadas	Capacitación

Se hace disponible para el firmante del presente Contrato de Trabajo el Reglamento y Políticas en Seguridad y Salud en el Trabajo de la Municipalidad Provincial de Tacna en la dirección Web: www.munitacna.gob.pe; para su descarga y lectura.

Los firmantes del **CONTRATO DE TRABAJO** se comprometen a cumplir con la Ley N° 29783 y su Reglamento D.S. N° 005-2012-TR, modificatorias y normas de seguridad vigentes, así como acatar lo establecido en el Reglamento Interno de Trabajo y de Seguridad y Salud de la Municipalidad Provincial de Tacna, caso contrario serán sujetos a las sanciones pertinentes. Además se comprometen a no ingresar a laborar con síntomas de haber ingerido alcohol o drogas.