

RECOMENDACIONES DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



1

Notifique inmediatamente cualquier accidente, acto o condición que ponga en riesgo su seguridad y la de otras personas.



2

Deténgase y observe a ambos costados antes de atravesar cualquier vía de tránsito vehicular. Utilice las zonas peatonales.



3

Mientras se desplaza evite hablar por celular, leer o chatear. Mire siempre dónde pisa y mantenga una mano libre para apoyarse si fuese necesario.



4

En casos de emergencia siga los procedimientos de seguridad y repórtela a las líneas de emergencia de la Universidad extensión: 3305; fijo: 342 62 48; celular: 320 348 55 07.



5

Si observa hechos vandálicos retírese inmediatamente a otro sitio para resguardarse; evite la curiosidad.



6

Ingresa a las áreas restringidas única y exclusivamente si está autorizado.



7

Aplique las pautas de higiene postural y de manipulación de cargas. Realice diariamente pausas activas.



8

Mantenga su zona de trabajo limpia y organizada.



9

Utilice siempre los elementos de protección personal definidos para determinadas actividades y reporte novedades y daños.



10

Evalúe y controle los riesgos antes de ejecutar cualquier tarea; evite improvisar.



11

Ponga en práctica los procedimientos seguros de trabajo y respete las instrucciones, señales y advertencias.



12

Opere equipos, tableros y herramientas de trabajo solo si está habilitado, capacitado y autorizado.



13

Cumpla con el protocolo de prevención de lesiones deportivas y aplique las reglas de juego limpio.



14

Ninguna labor puede efectuarse bajo los efectos del alcohol o de las drogas.