

# Cómo usar un Extintor



**1** Quite el precinto de seguridad a una distancia prudente del fuego



**2** Apunte a la base del fuego desde una distancia de 3 mts.



**3** Presione la maneta del extintor apuntado hacia el fuego.



**4** Dirija la descarga hacia el fuego con movimientos de lado a lado.



# Correcto levantamiento manual de cargas



MEOPP  
ART MUTUAL



1

Acercate a la carga y apoyá los pies firmemente, apuntando en dirección al desplazamiento.

Verificá el camino por el cual vas a transitar con la carga

Flexioná las rodillas y con la espalda recta, tomá la carga con ambas manos.

2

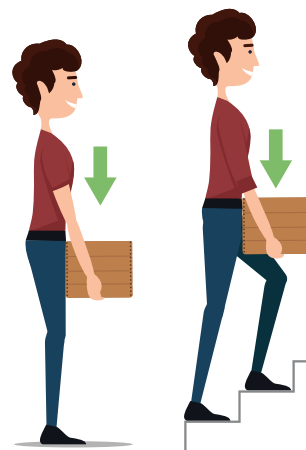


3

Levantala por extensión de tus piernas, con los brazos estirados.

Mantené la carga pegada al cuerpo, los brazos y la espalda recta.

4

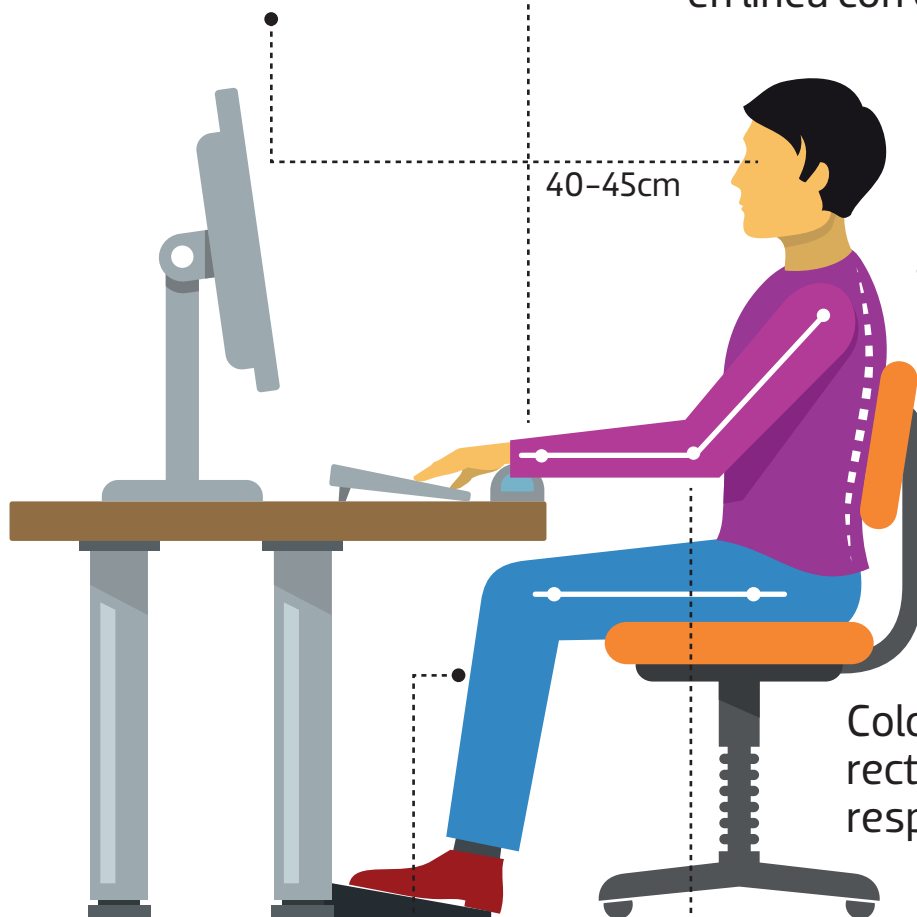


# Postura correcta frente a la computadora

Colocar la pantalla a una distancia de 45 a 55 cm, a la altura de la vista

• Posiciona las muñecas en línea con el antebrazo

40-45cm



Coloca la espalda recta y pegada al respaldo del asiento

Mantén los pies sobre el suelo o un descansador de pies

Ubica los codos en un ángulo de 90° permitiendo reposar los antebrazos en la mesa

Mantén las piernas en un ángulo aproximado de 90°



Correcto



Incorrecto

# Conocé tus Derechos y Obligaciones



## Si sufrís un accidente, debés:

Hablar con tu empleador, con tu ART o dirigirte a un Centro Médico Habilitado para solicitar atención médica.



Tenés que recibir de la ART todas las prestaciones que correspondan: asistencia médica y farmacéutica, prótesis y ortopedia, rehabilitación, recalcificación profesional y prestaciones dinerarias.

**Recibir**, hasta tu curación completa o mientras no te sientas bien: Asistencia Médica y Farmacéutica, Prótesis, Ortopedia y Rehabilitación.

**Participar** en actividades de capacitación y formación sobre salud y seguridad en el trabajo.

**Denunciar** ante tu empleador o ART los accidentes de trabajo o enfermedades profesionales que ocurran en tu lugar de trabajo.



**Comunicar** a tu empleador o a la SRT cualquier hecho de riesgo relacionado con tu puesto de trabajo o establecimiento.

**Cumplir** con la realización de los exámenes médicos en salud.

**Utilizar** correctamente los elementos de protección personal provistos por tu empleador.

**Suspender** las tareas en caso de riesgo grave e inminente

**Realizar** los exámenes médicos preocupacionales y por cambio de actividad e informar los resultados de los mismos al trabajador y a la ART.

**Solicitar** la atención médica inmediata en caso de accidentes de trabajo o enfermedades profesionales

**Informar** a tus trabajadores la ART a la que están afiliados.



**Proveer** a tus empleados de los elementos de protección personal e informarlos y capacitarlos en prevención de riesgos del trabajo.

**Denunciar** ante la ART los accidentes o enfermedades vinculados al trabajo que ocurren en tu establecimiento.

**Notificar** a la ART la incorporación de nuevo personal.



Cumplir con las normas de salud y seguridad en el trabajo

Centro de Emergencias Médicas **0800 222 2787**



consultas e informes  
**0800 666 6778**



Ministerio de Trabajo,  
Empleo y Seguridad Social  
Presidencia de la Nación



## Mantener el orden y la limpieza

## Es obligatorio el uso correcto de elementos de protección



Protección  
auditiva



Protección  
ocular



Protección  
del cuerpo



Protección  
de la cabeza



Protección  
facial



Protección  
de los pies



Protección  
del cuerpo



Protección  
de las manos



protección  
respiratoria

# PELIGROS MATERIALES INFLAMABLES



**Prohibido fumar**



**Prohibido  
encender fuego**

# PELIGRO



MEOPP  
ART MUTUAL



## Riesgo Eléctrico

**SRT** <sup>Ⓢ</sup>

Superintendencia de  
Riesgos del Trabajo



# PELIGRO



MEOPP  
ART MUTUAL



## Proyección de partículas

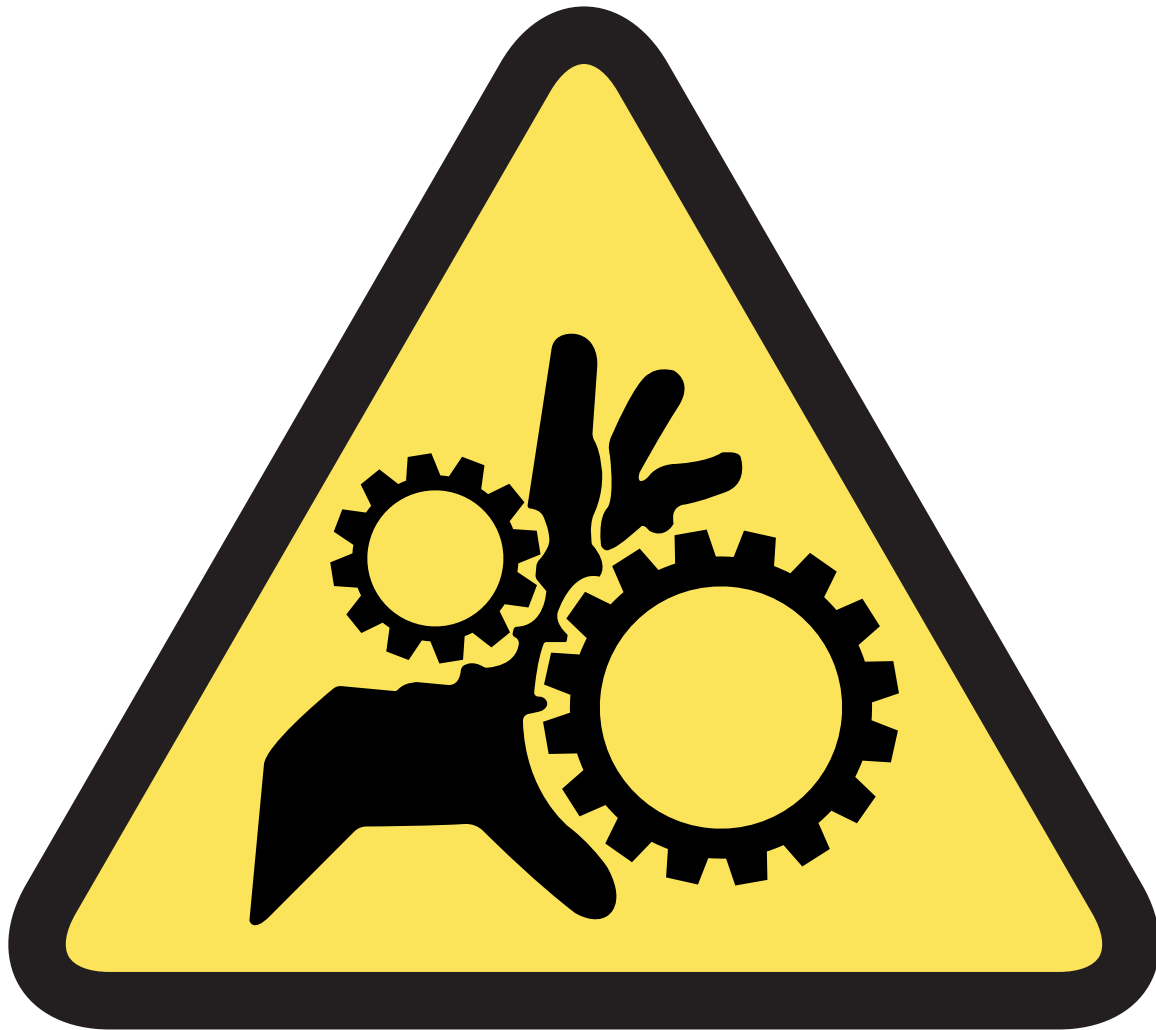
**SRT**

Superintendencia de  
Riesgos del Trabajo

# CUIDADO



MEOPP  
ART MUTUAL



## Piezas en movimiento

**SRT** <sup>Ⓢ</sup>

Superintendencia de  
Riesgos del Trabajo



# Primeros Auxilios

**SRT** 

Superintendencia de  
Riesgos del Trabajo

**SALIDA**

