Pinch Points and Hand Injuries Picture This – Spanish



CÓMO PREVENIR LESIONES EN LAS MANOS

LAS LESIONES DE TODO TIPO QUE AFECTAN A LAS MANOS SON MUY FRECUENTES DEBIDO A QUE SON EXTREMIDADES MUY EXPUESTAS. SIN EMBARGO, MUCHAS LESIONES PUEDEN EVITARSE TOMANDO ALGUNAS MEDIDAS PREVENTIVAS.

Las lesiones más frecuentes en las manos, ocurren por la impertinencia de una persona o por realizar una acción con mucha prisa.



¿CÓMO CUIDAR LAS MANOS?

- No realices acciones o tareas de forma apurada.
- Antes de trabajar, quítate los anillos y reloj.
- Ten cuidado con los bordes filosos y evita movimientos que puedan ocasionar cortes y/o lesiones.
- Si vas a limpiar o reparar una herramienta eléctrica, desconéctala de la electricidad antes de hacerlo
- Mantén tu área de trabajo limpia y seca para evitar posibles caídas o contacto con equipos en movimiento.
- Utiliza guantes y equipo de protección pertinente para realizar tus tareas.

Fuente: *https://www.achs.cl*