

SAFETY MEETING QUIZ
PRUEBA DE REUNIÓN DE SEGURIDAD

Name/Nombre:

Date/Día:

Safety Topic/Tema de Seguridad: V1-12 Back Injury Prevention | *Prevención de Lesión de Espalda*

1. De acuerdo a los Centros de Control de Enfermedades (CDC), en la Construcción, 25% de las lesiones son lesiones de espalda.
 - a. Verdadero
 - b. Falso

2. Tareas que pueden causar o agravar una lesión de espalda existente incluyen
 - a. levantar materiales del piso.
 - b. empujar materiales pesados.
 - c. colocar materiales por arriba de la cabeza.
 - d. todas las anteriores.

3. Considere usar herramientas _____ para eliminar la necesidad de doblarse y agacharse.
 - a. con manijas suaves
 - b. que estén oxidadas
 - c. con manijas extendidas
 - d. que son pintadas color rojo brillante

4. Para reducir los riesgos del lugar de trabajo que puedan causar lesión de espalda
 - a. reduzca el cargar materiales cuando sea posible al hacer que sean entregados cerca de donde serán usados.
 - b. use herramientas para manejar materiales como carretillas, carritos, gato elevador y montacargas para limitar el levantamiento manual.
 - c. siempre asegure que las áreas de trabajo están libres de desorden y riesgos de tropiezo.
 - d. todas las anteriores.

5. Levante con sus _____, no su espalda.
 - a. piernas
 - b. cabeza
 - c. hombros
 - d. cintura



SAFETY MEETING QUIZ
PRUEBA DE REUNIÓN DE SEGURIDAD

ANSWER KEY/RESPUESTAS

Safety Topic/Tema de Seguridad: V1-12 Back Injury Prevention | Prevención de Lesión de Espalda

1. De acuerdo a los Centros de Control de Enfermedades (CDC), en la Construcción, 25% de las lesiones son lesiones de espalda.
 - a. Verdadero
 - b. Falso

2. Tareas que pueden causar o agravar una lesión de espalda existente incluyen
 - a. levantar materiales del piso.
 - b. empujar materiales pesados.
 - c. colocar materiales por arriba de la cabeza.
 - d. todas las anteriores.

3. Considere usar herramientas _____ para eliminar la necesidad de doblarse y agacharse.
 - a. con manijas suaves
 - b. que estén oxidadas
 - c. con manijas extendidas
 - d. que son pintadas color rojo brillante

4. Para reducir los riesgos del lugar de trabajo que puedan causar lesión de espalda
 - a. reduzca el cargar materiales cuando sea posible al hacer que sean entregados cerca de donde serán usados.
 - b. use herramientas para manejar materiales como carretillas, carritos, gato elevador y montacargas para limitar el levantamiento manual.
 - c. siempre asegure que las áreas de trabajo están libres de desorden y riesgos de tropiezo.
 - d. todas las anteriores.

5. Levante con sus _____, no su espalda.
 - a. piernas
 - b. cabeza
 - c. hombros
 - d. cintura

