

# Entre y salga en forma segura con 3 puntos de contacto

**Dos manos y un pie, o una mano y dos pies, deberían estar en contacto con el vehículo o el piso cuando entra o sale.**

- Tres puntos de contacto crean un triángulo estable. Mantenga su cuerpo centrado en el triángulo y quédese quieto.
- Mire siempre el vehículo cuando entra o sale.
- Sujétese de las agarraderas y carriles de montaje; nunca de la puerta, las manijas o el volante.
- Párese sobre los escalones, los estribos y las bandas de tracción; nunca sobre las llantas, los cubos de las ruedas o los ejes de la máquina.
- Mantenga sus manos libres mientras entra o sale; coloque el equipamiento en el suelo o el asiento del acompañante antes de entrar o salir.

- No salte nunca; se puede lesionar.
- No ingrese o salga de un vehículo en movimiento nunca.



**nsc**  
Member

**Para obtener más información, visite [nsc.org](https://www.nsc.org).**