



# Reunión semanal sobre seguridad

---

## Uso Seguro de Escaleras

No hay ninguna razón que una persona se hiere, se incapacita, o se muere mientras utiliza una escalera. No obstante, ocurre cada día. Alguna persona pisa la calcomanía que dice “¡Esto no es un peldaño!”, se cae, y se rompe la pierna. Otro trabajador coloque una piedra debajo del marco de la escalera porque “la escalera no está suficientemente estable.” Camino al hospital, se le ocurre, por el dolor de su brazo roto, que quizás esa no era la mejor idea. En otro sitio de trabajo, un compañero estira para alcanzar un poco demasiado lejos y... pues, ya no está con nosotros.

Virtualmente todos y cada uno de los accidentes de escalera podía y debe haber sido prevenidos. Solamente toma un poco de sentido común sobre la seguridad de escaleras para prevenir que un accidente ocurre mientras se utilizan escaleras. Adhiere a unas reglas simples de seguridad de escalera para asegurar que usted o sus compañeros de trabajo nunca se hieren mientras utilicen una escalera.

### Cuatro Reglas para Uso Seguro de Escaleras:

- Determine cuál es la escalera apropiada para el trabajo que va a realizar;
- Asegure que la escalera está en buen estado;
- Coloque la escalera en una posición segura; y
- Trabaje de manera segura mientras está en la escalera.

### Escoge la Escalera Correcta:

La escalera debe ser de tipo y longitud correcto. Probablemente usará una escalera de extensión ordinaria para la mayoría de las tareas. Trabajo en alturas puede requerir una escalera de extensión. Se utiliza una escalera de tijera cuando le hace falta una escalera independiente, o que tiene bandeja para herramientas. De todos modos, algunas situaciones no requieren una escalera. En su lugar, puede necesitar un andamio. Nunca use una escalera de metal alrededor de cualquier instalación eléctrica.

### Verifique el Estado de la Escalera:

- Nunca use una escalera dañada;
- Asegure que todas partes de la escalera están en buenas condiciones de funcionamiento, libre de corrosión, oxidación, podredumbre, grietas, y otros defectos;
- Chequee los peldaños, barandas laterales, bisagras, cuerdas, y poleas. Verifique que los peldaños están libres de sustancias resbalosas como el aceite;
- Nunca use una escalera pintada debido al hecho de que la pintura puede esconder defectos;
  - Para proteger la escalera, use un conservante transluciente en vez de pintura.
- Asegure que las plantillas de goma anti-deslizantes están en buenas condiciones. Haz una verificación completa para cualquier indicación de deformación o torsión.

## Cómo Trabajar Seguramente en una Escalera:

- Cuando se sube o trabaja en una escalera, mantenga contacto en tres puntos con la escalera. Esto significa que dos manos y un pie, o una mano y dos pies deben estar en contacto con la escalera en todos los momentos;
- Manténgase centrado en la escalera. Una manera de recordar cómo hacer esto es asegurar que la hebilla de su cinturón siempre quede entre los dos listones laterales. Nunca se incline hacia atrás en la escalera porque puede causar que se caiga;
- Nunca lleve herramientas o materiales en las manos. Mantenga las herramientas puestas en un cinturón de herramientas, o suba los objetos arriba después de usted;
- Procedimientos de seguridad deben ser adecuados y correctamente explicados;
- No se ponga de pie en los peldaños más altos de cualquier escalera;
- Calzado debe tener suelas limpias y hechas de material antideslizante. El cuero es demasiado resbaloso;
- Nunca mueva una escalera mientras está en la escalera;
- Mueva lento y cuidadosamente en una escalera;
- No trabaje en una escalera si está enfermo, excesivamente cansado, o posiblemente bajo la influencia de alcohol o cualquier droga;
- Evite usar escaleras en las afueras durante mal tiempo como lluvia, viento, o relámpagos; y
- Ciertas situaciones de trabajo pueden requerir el uso de equipo de prevención de caídas tales como cinturones o arneses de seguridad.
  - Asegúrese usar este equipo según las instrucciones y manténgalo en buen estado.

## Recuerde:

Las escaleras son un tipo de equipo bastante simple. Pero no permite que esta simplicidad interfiera con seguir prácticas y procedimientos seguros. Tan pronto como se siente como un accidente no ocurrirá, la posibilidad de que sucede se aumenta.

***¡¡NO ARRIESGUE LA VIDA...INSPECCIONE ESCALERAS EN SEGUIDA!!***

