Charla de seguridad sobre escaleras

29 CFR 1926.1053, 1910.23

Fecha _____ Instructor _____ Lugar _____

Pregunta para empezar

¿Alguna vez se han parado en lo más alto de una escalera de tijera porque la escalera adecuada estaba muy lejos?

Por qué es importante

Usamos escaleras tan seguido que es fácil dejar de pensar en ellas. Una caída de una escalera puede empezar con una sola decisión rápida: agarrar la escalera equivocada, no colocarla bien o estirarse demasiado. Hasta una caída de poca altura puede causar una lesión grave.

Puntos clave

1. **Escojan la escalera correcta para el trabajo**
   Usen una escalera que alcance el trabajo sin que tengan que pararse en lo más alto ni estirarse de más. Revisen en la etiqueta la capacidad de carga, y acuérdense de que la carga incluye su propio peso, sus herramientas y sus materiales. No se debe cargar una escalera más allá de la carga máxima para la que fue hecha ni de la capacidad que indica el fabricante. Si ustedes o la escalera pueden tocar equipo eléctrico energizado que esté expuesto, la escalera tiene que tener rieles laterales que no conduzcan electricidad, como los de fibra de vidrio (29 CFR 1926.1053(b)(12)).
   29 CFR 1926.1053(b)(3)

2. **Revísenla antes de subirse**
   Revisen la escalera cada vez antes de usarla. Busquen rieles rajados, doblados o partidos, peldaños o escalones rotos o que falten, piezas flojas, patas gastadas, y grasa o lodo. Si una escalera portátil tiene defectos en su estructura, hay que marcarla como defectuosa o ponerle una etiqueta de "No usar" (Do Not Use), y sacarla de servicio hasta que la reparen.
   29 CFR 1926.1053(b)(16)

3. **Pónganla en suelo firme y parejo**
   Las escaleras solo se deben usar sobre superficies estables y niveladas, a menos que estén aseguradas para que nada las mueva de su lugar. Mantengan libre el área alrededor de la base y de la parte de arriba. En una puerta, un pasillo o una entrada de carros, aseguren la escalera o pongan barreras para que la gente y los vehículos pasen lejos, y nunca muevan ni extiendan una escalera mientras alguien está arriba.
   29 CFR 1926.1053(b)(6)

ToolboxKits, de ALC Media LLC. No está afiliado con OSHA ni con el Departamento de Trabajo de EE. UU. No es asesoría legal.

4 Cuiden el ángulo y la altura

Pongan la escalera de extensión en un ángulo seguro, ni muy parada ni muy acostada: con las puntas de los pies tocando las patas de la escalera y los brazos estirados al frente, deben poder agarrar un peldaño. Cuando usen una escalera portátil para subir a otro nivel, los rieles laterales tienen que sobresalir por lo menos 3 pies arriba del nivel al que suben. Si la escalera no es lo bastante larga para eso, hay que asegurar la parte de arriba a un soporte rígido que no se doble, y tiene que haber de dónde agarrarse, como una agarradera, para que puedan subirse y bajarse de la escalera.

29 CFR 1926.1053(b)(1)

5 Suban y bajen de frente, con una mano en la escalera

Suban y bajen dándole la cara a la escalera, y agárrense por lo menos con una mano. No carguen nada que les pueda hacer perder el equilibrio. Usen un cinturón de herramientas, o suban las herramientas y los materiales con una soga.

29 CFR 1926.1053(b)(21)

6 Las escaleras de tijera tienen sus propias reglas

Abran la escalera de tijera completamente y aseguren los separadores (los brazos que la mantienen abierta) antes de subirse. Nunca se paren en la tapa de arriba ni en el último escalón. No se suban por los travesaños de atrás a menos que la escalera tenga escalones de los dos lados, y nunca apoyen una escalera de tijera cerrada contra la pared para subirse.

29 CFR 1926.1053(b)(13)

Situación

Imagínense esto: un pintor está terminando el techo de un cuarto y le falta un pedacito al que no alcanza. La escalera más alta está al otro lado del edificio, así que se sube a la tapa de arriba de su escalera de tijera para ganar esas últimas pulgadas. Su ayudante está sosteniendo una cubeta y no lo está viendo. ¿Qué debió haber hecho el pintor, y qué le dirían ustedes si lo vieran?

Preguntas para la cuadrilla

1. ¿Qué escaleras de esta obra tienen la altura correcta para el trabajo que vamos a hacer esta semana?
2. ¿Por qué razones sacarían una escalera de servicio?
3. ¿En qué partes de la obra es difícil poner una escalera en suelo firme y parejo, y qué debemos hacer ahí?
4. ¿Cómo van a subir sus herramientas y materiales sin cargarlos en las manos?

Lo más importante

Escojan la escalera correcta, revísenla, colóquenla bien y agárrense con una mano cada vez que suban.

Se puede compartir y adaptar sin fines comerciales bajo la licencia CC BY-NC-SA 4.0 (creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0).
Crédito: ToolboxKits, toolboxkits.com/es/temas/seguridad-con-escaleras/

Sign-in sheet / Hoja de asistencia

Topic / Tema Ladder safety / Seguridad con escaleras

Date / Fecha _____

Trainer / Instructor _____ Location / Lugar _____ Company / Empresa _____

#	Name Nombre	Signature Firma	Company Empresa	Date Fecha
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

Trainer signature / Firma del instructor _____ Time / Hora _____

ToolboxKits, de ALC Media LLC. No está afiliado con OSHA ni con el Departamento de Trabajo de EE. UU. No es asesoría legal.