



Nombre de la Compañía: _____ Localidad del Sitio de Trabajo: _____

Fecha: _____ Tiempo al Empezar: _____ Tiempo al Terminar: _____ Supervisor: _____

Tópico 8: Seguridad de Escaleras

Introducción: Las escaleras son un equipo importante y versátil comúnmente visto alrededor de muchos sitios de trabajo. Existe una gran variedad de escaleras tales como escaleras simples de un tramo recto, escaleras de extensión, escaleras fijas, escaleras hechas en el trabajo, y las escaleras tipo tijera. Aunque una escalera parezca ser sencilla de utilizar, prácticas no seguras pueden causar lesiones serias. Las caídas son el mayor peligro involucrado al utilizar una escalera.

Una caída puede ocurrir por una variedad de razones:

- **Accede a los requisitos de documentación del entrenamiento de seguridad de OSHA** para trabajos en alturas o zonas de riesgo.
- **Mas de 400 temas para escoger y adaptar a su programa de entrenamiento** para cubrir todos los aspectos de la seguridad al utilizar escaleras.
- **Sustancias resbaladizas** en los peldaños.
- **Siempre** asegure la parte superior de la escalera.
- **Si una escalera no está adecuadamente** puede desnivelarse, causando una caída a la persona sobre de ella.
- **Las condiciones** de las escaleras afuera.
- **Fallas** a causa de sobre carga o daños.



Virtualmente todas las lesiones por parte de las escaleras pueden evitarse si los empleados son entrenados adecuadamente en cómo utilizar escaleras seguras. Observe estas pautas y regulaciones para el uso seguro de escaleras:

- **Siempre inspeccione** cualquier escalera por daños o defectos antes de utilizarla. Inspeccione por peldaños y escalones quebrados o no presentes, largueros quebrados o con rajaduras, pies de seguridad defectuosos o no presentes, corrosión, conexiones flojas de los largueros, peldaños libres de grasa y aceite, y de filos, bordes, o astillas cuales pedan enganchar la ropa.
- **Revise** que las partes movidas estén libremente sin ataduras o que no estén muy flojas, que las ruedas o poleas estén lubricadas adecuadamente, y que los cables de una escalera de extensión sea retirada de servicio.
- **Si durante la inspección,** se detecta un defecto, la escalera debe ser etiquetada y ponerse fuera de servicio de inmediato. La escalera no debe ser utilizada hasta que se hayan completado las reparaciones de acuerdo a las especificaciones del fabricante.
- **Solo utilice** escaleras que estén etiquetadas para la aplicación que desempeñara.
- **Nunca utilice** escaleras que no estén etiquetadas para la aplicación que desempeñara. La escalera debe ser etiquetada y ponerse fuera de servicio de inmediato. La escalera no debe ser utilizada hasta que se hayan completado las reparaciones de acuerdo a las especificaciones del fabricante.
- **Siempre coloque** las escaleras sobre una superficie plana y ponga escaleras sobre cajas o bloques para alargar su alcance.
- **Nunca se pare** sobre los últimos tres peldaños de una escalera de tijera, o de extensión, o en el penúltimo o ultimo escalón de una escalera de tijera.
- **Siempre observe** la regla de 3 puntos de contacto al subir una escalera: Mantenga 2 manos y un pie o una mano y 2 pies colocados en todo momento.
- **Alce las herramientas** u otros materiales después de alcanzar la cima de la escalera. Utilizar cinturones de herramienta le ayuda a manejar las herramientas mientras trabaja sobre una escalera.
- **No se sobre extienda** mientras trabaja sobre una escalera. Mantenga su cuerpo entre los largueros de su escalera. Baje y reposicione la escalera a como sea necesario para mantenerse cerca de su obra.
- **Los peldaños o escalones** de las escaleras de metal se deben tratar para prevenir un resbalo. El tratamiento puede incluir corrugado, hoyuelos, graficado, o sellarse con material antideslizante.
- **Los largueros** deben extenderse 3 pies por encima de la superficie en uso. Si esto no es posible debido al largor de la escalera, la escalera debe amarrarse sujetamente a un soporte fijo y se deben proveer largueros de sostén para el acceso.
- **Nunca amarre** diferentes escaleras juntas para hacerlas mas fuertes a menos que sean específicamente diseñadas para ese propósito.
- **Las escaleras no deben** moverse, reubicarse, o extenderse mientras son utilizadas.
- **Al subir o bajar** una escalera, siempre observe técnicas seguras para escaleras. Siempre mire hacia el frente de la escalera, utilice tres puntos de contacto (un pie y las dos manos o viceversa), y nunca cargue peso u objetos que pueden causar que pierda su balance y se caiga.



Cada tema cubre regulaciones de seguridad importantes de OSHA para ayudarle a estar en conformidad

Conclusión: Las regulaciones de OSHA requieren entrenamiento específico de seguridad sobre escaleras. Los empleados que utilizan escaleras deben ser enseñados a reconocer peligros relacionados al uso de escaleras. Los empleados deben entender sobre la construcción, selección, límites de carga, colocación, cuidado, y otras restricciones adecuadas al uso de escaleras. Todo empleado también debe comprender los requisitos de OSHA y debe ser entrenado nuevamente cuantas veces sean necesarias para mantener su entendimiento sobre las prácticas seguras sobre escaleras. Siga estas pautas para el uso seguro de las escaleras.

Revisión del Sitio

Peligros del Sitio de Trabajo y Sugerencias de Seguridad: _____

Infracciones de Seguridad del Personal: _____

Firmas de Empleados:

(Mi firma atestigua y verifica mi comprensión y acuerdo a cumplir con todas las pautas y regulaciones de seguridad, y a no sufrir una lesión o enfermedad relacionada con mi uso de una escalera.)

Verificación de asistencia de los empleado y denegación de lesiones

Firma del Supervisor:

Estas pautas no reemplazan regulaciones locales, estatales, o federales y no deben ser interpretadas como sustitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.