

Módulo de entrenamiento: Uso Apropiado de Escaleras

Objetivo: Ser capaz de demostrar el uso seguro de escaleras que son primordialmente usadas en la construcción o los trabajos de mantenimiento.

Nota: Leer el módulo completamente antes de empezar la sesión de entrenamiento. Tener escaleras disponibles para demostrar la información acerca de la seguridad con escaleras.

Información Básica

Pasos básicos que se deben tomar antes de subir en la escalera

- Considere el tipo de trabajo a realizar antes de escoger una escalera.
- Este seguro que la escalera puede resistir el peso que se aplicará.
- Este seguro que la escalera es colocada en una superficie nivelada.
- Revisar las condiciones de la escalera.

Lista de chequeo para inspección de riesgos potenciales

<u>Escaleras de metal</u>	<u>Escaleras de madera</u>	<u>Escaleras de fibra de vidrio</u>
Lados cortantes	Grietas	Componentes sueltos
Abolladura	Partiduras	Componentes perdidos
Escalones doblados	Astillas	Partiduras
Peldaño o baranda doblada	Peldaño suelto	Astillas
Goma anti-resbalante		

Escaleras de Tijera

- Este seguro que el desplegado esté fijo antes de subir a la escalera.
- Nunca se pare en el último escalón o peldaño

Escaleras de Extensión y Convencionales

- Alzar la escalera con extensión hasta la altura deseada y trancar ambos lados.
- Nunca pararse en los tres últimos peldaños de una escalera convencional o con extensión.
- No recostar la escalera contra un objeto movable.
- Siempre mire la escalera y sujetarse de los lados con ambas manos, cuando sube o baja la escalera.

Peso de algunas clases de escaleras

Industrial	Para trabajo duro con una capacidad de peso no mayor de 250 libras.
Comercial	Para trabajo mediano con una capacidad de peso no mayor de 225 libras (Ideal para pintar).
Vivenda	Para trabajo liviano con capacidad de 200 libras.

Colocación Apropiaada de la Escalera

La escalera debe ser colocada de manera que la base este alejada un pie de donde va a ser recostada, por cada cuatro pies de altura al punto donde la escalera va a descansar. Esto es referido como la regla de cuatro-a-uno. Por ejemplo, si una escalera de 16 pies es recostada contra la pared, la base debe estar cuatro pies alejada de la pared.

Recuerde

- Nunca use la escalera con viento fuerte.
- Nunca use una escalera frente a una puerta a no ser que esté trancada, bloqueada o resguardada.
- Inspeccione las escaleras por peligros potenciales antes de usarlas.
- Mantenga su cuerpo centrado entre los rieles o lados de la escalera.
- Nunca cargar las herramientas o materiales en las manos cuando sube o baje la escalera.
- Sólo una persona debe estar en la escalera a la vez.
- Si alguien tiene que trabajar cerca de las lineas de electricidad, use escaleras de madera o fibra de vidrio.
- Nunca trabaje con escaleras de metal cerca de las lineas de electricidad.

Revisar los Puntos Siguietes

- Escoger la escalera correcta para el trabajo apropiado.
- Conocer los peligros potenciales cuando use una escalera.
- Conocer la colocación apropiada de las escaleras.



Verdadero o Falso

1. F, 2. V, 3. V, 4. F, 5. F

Uso Apropiado de Escaleras

Verdadero o Falso

Nombre _____

- | | | |
|--|---|---|
| 1. Es permitido pararse en los tres últimos peldaños de una escalera con extensión o convencional. | V | F |
| 2. La regla de cuatro-a-uno debe aplicarse cuando se recuesta una escalera contra un objeto. | V | F |
| 3. Se debe mantener el cuerpo centrado entre los rieles o lados de la escalera. | V | F |
| 4. Es una buena idea usar la escalera en condiciones de mucho viento. | V | F |
| 5. Es seguro usar una escalera de madera que tenga grietas y partiduras, | V | F |