

Uso seguro de escaleras

En promedio, **172** mineros se lesionan cada año cuando están usando escaleras.*

Aproximadamente

19

días se pierden debido a lesiones

Use zapatos seguros

Use zapatos con tacones que tengan el borde de adelante definido.



Retire los contaminantes

Retire escombros, lodo, hielo o grasa que haya en la escalera y que tenga en los guantes y zapatos.

Inspeccione la escalera

Antes de subirse, fíjese si tiene defectos, como partes rotas, sueltas o dobladas.

Úsela de frente

Use la escalera de frente al subir y bajar.

Suba y baje con cuidado

Nunca salte de una escalera ni suba más de un escalón a la vez.

Mantenga tres puntos de contacto

Cuando suba por la escalera no lleve nada en las manos. Use una mochila o una correa de hombro para las herramientas y los artículos personales.

Asegúrese de que la escalera tenga un ángulo seguro

Confirme que la escalera esté en un ángulo seguro para subir y bajar.



Las ilustraciones son de NIOSH

* Los datos se basan en un análisis de lesiones no mortales relacionadas con el uso de escaleras, notificadas a la Administración de Seguridad y Salud en Minas (MSHA) entre el 2010 y el 2015. Las recomendaciones se basan en las normas CFR 30 56.11011, CFR 29 1926.1053 y ANSI ASC A14.3-2008.

Descargue la *app* de NIOSH "Uso seguro de escaleras", www.cdc.gov/niosh/topics/falls/mobileapp.html, que incluye una herramienta para medir los ángulos, una lista de verificación para hacer inspecciones mecánicas y descripciones de accesorios para el uso seguro de escaleras.

Octubre del 2020
MLS - 323763

Descargo de responsabilidad: La mención de cualquier empresa o producto no constituye respaldo alguno del Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

