

Trabajar en alturas: Escaleras

Entre 2015 y 2017, 1 de cada 4 muertes relacionadas con caídas fueron desde una escalera.

Si necesita usar una escalera, siempre:

- ¡Revise la escalera antes de usarla! Si observa daños, etiquétela “no usar” y pida otra escalera.
- Asegúrese de que la escalera pueda soportarlo a usted con su cinturón; revise la carga de trabajo de la escalera.
- Ubique la escalera sobre una base sólida y estable.
- Mantenga tres puntos de contacto con la escalera para mantener el equilibrio.
- Encare la escalera al subir o bajar.



Mire el video del CPWR sobre las prácticas de seguridad para el uso de escaleras en trabajos de techado:
<https://www.youtube.com/watch?v=PDpvllDhdzI&t=10s>



Al usar...

Una escalera de extensión:

- Ubique la escalera en un ángulo correcto de 4:1*
- Amarre y asegure la parte superior e inferior de la escalera, o use a otro trabajador.
- Extienda la escalera al menos 3 pies por encima del nivel al que está subiendo y los rieles laterales al menos 1 pie por encima del peldaño superior.

Una escalera de tijera:

- Nunca se pare en el último escalón o parte superior de la escalera.
- Siempre ubique la escalera cerca del lugar de trabajo para evitar estirarse demasiado.

PLANIFIQUE PROPORCIONE ADIESTRE

Tres pasos sencillos para prevenir caídas.

¡Únase a la campaña para acabar con las caídas en la construcción!

www.stopconstructionfalls.com



PLANIFIQUE. PROPORCIONE. ENTRENE.



NIOSH



CPWR
THE CENTER FOR CONSTRUCTION
RESEARCH AND TRAINING

*Use la aplicación gratuita de cómo usar escaleras del Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (National Institute for Occupational Safety and Health, NIOSH) para determinar el ángulo correcto: <https://www.cdc.gov/niosh/topics/falls/mobileapp.html>.

Fuente: The Construction Chart Book, Section 44, Chart 44c. <https://www.cpwr.com/chart-book-6th-edition-fatal-and-nonfatal-injuries-fatal-injuries-falls-lower-level-construction>.

#StandDown4Safety

Julio 2020