



Módulos de Entrenamiento para Servicios de Jardinería y Horticultura

Programa de Seguridad Agrícola, 590 Woody Hayes Drive, Columbus OH 43210

Uso apropiado de escaleras

Objetivo: Uso apropiado de escaleras en trabajos de construcción y de mantenimiento.

Cómo usar este módulo

Cuando alguien se cae de una escalera o la usa inapropiadamente, pueden ocurrir accidentes. Para este módulo:

- Lea la siguiente información sobre escaleras y las prácticas de uso apropiado.
- Pida a su supervisor que le muestre los peligros y las normas de seguridad de las escaleras.
- Practique el uso de la regla del 4 por 1 mientras que su supervisor le observa.
- Repase los puntos importantes.
- Haga la prueba de “Verdadero o falso” para ver cuánto ha aprendido.

Información básica

La mayoría de los accidentes relacionados con escaleras ocurren porque alguien se cae de la escalera o porque alguien usa la escalera incorrectamente.

Antes de subirse a la escalera

- Cuando vaya a elegir una escalera, considere el tipo de trabajo que va a hacer.
- Asegúrese de que la escalera soportará el peso que se le pondrá. Revise la clasificación de escaleras para saber el límite de peso permitido.
 - ◆ Industrial: Para trabajos pesados con una capacidad de carga de no más de 250 libras.
 - ◆ Comercial: Para trabajos medianos con una capacidad de carga de no más de 225 libras (adecuada para pintar).
 - ◆ Para la casa: Para trabajos ligeros con una capacidad de carga de 200 libras.
- Inspeccione la condición de la escalera usando la lista de inspección de escaleras de la página siguiente.
- Asegúrese de que la escalera esté colocada en una superficie firme, nivelada, que no se resbale en verdina, manchas de aceite, tierra para macetas o recortes de césped mojados.
- Vea si hay cables del tendido eléctrico y manténgase alejado de ellos.
- Si está adentro, vea si hay focos de iluminación y manténgase alejado de ellos.

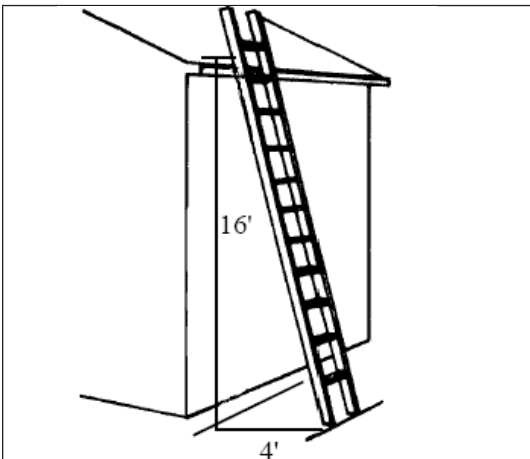
Lista de inspección de escaleras								
Escaleras de metal	Si	No	Escaleras de madera	Si	No	Escaleras de fibra de vidrio	Si	No
¿Bordes afilados?			¿Cortes?			¿Partes sueltas?		
¿Bollos?			¿Grietas?			¿Faltan partes?		
¿Escalones o peldaños doblados?			¿Mellas?			¿Grietas?		
¿Anti deslizante con patas de plástico o de goma?			¿Peldaños o escalones sueltos?			¿Mellas?		
¿Corrosión?			¿Madera combada?					

Escalera de tijera

- Asegúrese de que el tirante esté enganchado antes de subirse a la escalera.
- Nunca se pare en la parte superior de la escalera.
- Nota: ¡La parte superior no es un peldaño!

Escaleras de extensión y rectas

- Suba la escalera de extensión hasta la altura deseada y enganche los dos lados.
- Nunca se suba en los tres escalones más altos de la escalera recta o de extensión.
- No apoye la escalera contra un objeto que se mueve.
- Esté siempre de frente a la escalera sujetando los rieles con las dos manos cuando suba y baje.



La regla del 4 por 1

Por cada cuatro pies de altura, la base de la escalera debe estar a un pie de distancia del objeto en el que se apoya.

Colocación apropiada de la escalera

La escalera debe colocarse siguiendo la regla del 4 por 1. Primero mida la altura de la escalera, la distancia entre el suelo y el punto de apoyo de la escalera. Por cada cuatro pies de altura, la base de la escalera debe estar alejada un pie de distancia del objeto en el que se apoya. Por ejemplo, si una escalera de 16 pies se apoya en una pared, la base de la escalera debe colocarse a 4 pies de distancia de la pared. Mantenga la escalera alejada de cables del tendido eléctrico.

Recuerde

- No debe usar escaleras durante días de viento fuerte a no ser que la ate fijamente.
- Nunca ponga una escalera delante de una puerta a no ser que esté cerrada con seguro, bloqueada o vigilada y haya señales de aviso.
- Inspeccione las escaleras antes de usarlas para asegurarse de que no haya peligros.
- Mantenga su cuerpo en el centro de la escalera entre los rieles.
- Siempre que esté en una escalera debe tener tres puntos de contacto, por ejemplo, dos pies y una mano.
- No lleve herramientas ni materiales en las manos cuando suba o baje una escalera. Use un cinturón de herramientas o un delantal con bolsillos.
- Sólo debe haber una persona en la escalera.
- Si usted tiene que trabajar cerca de los cables del tendido eléctrico, siempre use una escalera de madera o de fibra de vidrio. No trabaje nunca con una escalera de metal cerca de cables del tendido eléctrico.

Repase estos puntos importantes

- Elija la escalera adecuada para cada trabajo.
- Conozca los posibles peligros al usar una escalera.
- Sepa cómo se deben colocar las escaleras.

Sobre estos módulos

El equipo de autores de los módulos de instrucción de la serie de paisajismo y horticultura incluye a Dee Jepsen, Directora de Programa, Seguridad y Salud Agrícola, Servicio de Extensión de la Universidad Estatal de Ohio; Michael Wonacott, Especialista de Investigaciones, Educación Vocacional; Peter Ling, Especialista de Invernaderos; y Thomas Bean, Especialista de Seguridad Agrícola. Los módulos fueron creados con fondos de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional, Departamento de Trabajo de los Estados Unidos, Subvención Número 46E3-HT09.

Cualquier opinión, descubrimiento, conclusión, o recomendación expresada en esta publicación es del autor(es) y no refleja necesariamente los puntos de vista del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos o del Departamento del Trabajo de los Estados Unidos.

Respuestas correctas: 1 = F, 2 = V, 3 = V, 4 = F, 5 = F.

El Servicio de Extensión de la Universidad Estatal de Ohio valora la diversidad humana y se compromete a asegurar que todos los programas de investigación y educativos que conduce estén disponibles a su clientela sin discriminación alguna debido a raza, color de la piel, religión, sexo, edad, nacionalidad, orientación sexual, identidad o expresión de género, discapacidad, o condición de veterano de la era Vietnam. Esta declaración está en acuerdo con las Leyes de los Derechos Civiles y el Departamento de Agricultura de Los Estados Unidos.

Keith L. Smith, Vicepresidente Asociado de la Administración de Agricultura y Director, Servicio de Extensión de la Universidad Estatal de Ohio.

No. para no-oyentes 800-589-8292 (solamente en Ohio) ó 614-292-1868

Derechos reservados © 2007, The Ohio State University



EXTENSION

Módulos de Entrenamiento para Servicios de Jardinería y Horticultura

Programa de Seguridad Agrícola, 590 Woody Hayes Drive, Columbus OH 43210

Uso apropiado de escaleras

Nombre _____

¿Verdadero o falso?

- | | | |
|---|---|---|
| 1. Súbase en los tres peldaños más altos de una escalera recta o de extensión. | V | F |
| 2. La regla del 4 por 1 debe aplicarse cuando una escalera se apoya contra un objeto. | V | F |
| 3. Mantenga el cuerpo centrado entre los rieles de la escalera. | V | F |
| 4. Usar una escalera en días de mucho viento es una buena idea. | V | F |
| 5. Una escalera de madera con grietas y cortes es segura para usar siempre y cuando no le falte ningún peldaño. | V | F |