Ladder Safety for Municipalities Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La seguridad de las escaleras se refiere a las prácticas y procedimientos que se aplican para evitar lesiones y accidentes al trabajar con escaleras. La seguridad de las escaleras en los municipios implica la aplicación de medidas para garantizar que los trabajadores puedan utilizar las escaleras de forma segura y eficaz en el desempeño de sus funciones.

CUÁL ES EL PELIGRO

LOS MUNICIPIOS DEBEN SER CONSCIENTES DE LOS PELIGROS DE LAS ESCALERAS

Las escaleras de mano entrañan riesgos importantes, sobre todo cuando se utilizan de forma inadecuada o no se mantienen en buen estado.

- **Caídas:** Las caídas son uno de los peligros más comunes asociados al uso de escaleras. Los trabajadores municipales que utilizan escaleras pueden caerse, lo que puede provocar lesiones graves o incluso la muerte. Las caídas pueden deberse a diversos factores, como la colocación incorrecta de la escalera, el uso de una escalera demasiado corta para la tarea que se va a realizar o el estiramiento excesivo.
- **Peligros eléctricos:** Cuando se trabaja cerca de líneas o equipos eléctricos, las escaleras pueden suponer un riesgo eléctrico importante. Si una escalera entra en contacto con un conductor eléctrico energizado, el trabajador puede electrocutarse.
- **Selección inadecuada de la escalera:** El uso de un tipo de escalera inadecuado para el trabajo puede aumentar el riesgo de accidentes. Por ejemplo, utilizar una escalera de tijera para una tarea que requiere una escalera extensible puede aumentar el riesgo de caídas.
- **Falta de mantenimiento de la escalera:** Las escaleras que no se mantienen adecuadamente pueden suponer un peligro importante. Si una escalera está dañada o le faltan componentes, puede romperse o desplomarse durante su uso, provocando accidentes.
- **Uso inadecuado:** El uso inadecuado de una escalera también puede provocar accidentes. Los trabajadores que utilizan escaleras deben recibir formación

sobre seguridad en el uso de las mismas y seguir las instrucciones y directrices de seguridad del fabricante.
- **Alcance excesivo:** El alcance excesivo es otro peligro común asociado a las escaleras. Cuando una persona se extiende demasiado hacia un lado u otro, la escalera puede volverse inestable y volcar. Los ayuntamientos deben proporcionar a los empleados la longitud de escalera adecuada para cada tarea y enseñarles a recolocar la escalera cuando sea necesario en lugar de estirarse demasiado.

COMO PROTEGERSE

LAS MEJORES PRECAUCIONES DE SEGURIDAD CON LA ESCALERA

1. Elija la escalera adecuada: Los distintos tipos de escaleras tienen usos diferentes. Cada tipo de escalera tiene una capacidad de carga diferente. Al elegir la escalera más adecuada para el trabajo, es importante tener en cuenta el peso de la persona que sube por la escalera más el peso de las herramientas, los materiales y el equipo.

2. Antes de cada uso, compruebe si la escalera presenta daños o problemas: Con el tiempo, una escalera puede adquirir problemas que la hagan poco fiable. Debería asignarse a una persona competente la inspección visual periódica de las escaleras en busca de defectos. A continuación, se indican algunos defectos a los que debe prestar atención:

- Daños estructurales, barandillas laterales partidas o dobladas, peldaños, barandillas o tirantes rotos o sueltos. Aparte de eso, tornillos, pernos, bisagras y otras piezas de ferretería sueltos.
- Grasa, suciedad u otros contaminantes que puedan provocar resbalones o caídas.
- Pintura o pegatinas que puedan ocultar defectos (no incluyen etiquetas de advertencia o seguridad).
  Si una escalera ha sido identificada con defectos, lo mejor es repararla o sustituirla.

3. Asegúrese de la capacidad física para utilizar una escalera: La persona que utilice una escalera debe ser alguien con capacidad para realizar tareas físicas. La capacidad física suele medirse por la fuerza de agarre, la velocidad al caminar, el tiempo que se tarda en levantarse de la silla y el tiempo que se tarda en mantener el equilibrio. Los empleadores deben formar a los trabajadores para que reconozcan los peligros relacionados con las escaleras a fin de minimizar los accidentes.

4. Coloque la escalera sobre una superficie plana y estable: Las escaleras deben colocarse sobre una superficie firme y nivelada para mayor estabilidad. La superficie debe poder soportar el peso de la escalera y de la persona que la utiliza. En caso de que el suelo sea blando, se pueden utilizar dispositivos como niveladores de patas, protectores antideslizantes para canalones, tablas anchas o estabilizadores.

5. Colóquese en un lugar seguro: Es importante tener en cuenta el entorno cuando se instala una escalera. La zona que rodea a la escalera debe estar despejada y libre de obstáculos. Si es necesario colocar una escalera en una entrada o pasillo, deben estar presentes barreras y señalizaciones, o una persona que

ayude.

6. No se incline ni se aleje nunca de la escalera: Inclinarse o estirarse cuando se está en la escalera la hace inestable y pone a la persona en riesgo de caerse. Para evitar caídas, descienda y luego mueva la escalera.

7. Mantenga siempre tres puntos de contacto: Al subir o bajar de la escalera, deben respetarse los tres puntos de contacto para un agarre seguro en la escalera. Los tres puntos de contacto se refieren a dos manos y un pie, o dos pies y una mano.

8. Suba o baje objetos pequeños por la escalera: Tenga siempre en cuenta los límites de carga de la escalera en uso. Llevar objetos más grandes o pesados de lo que la escalera puede soportar la hará inestable. La persona en la escalera será incapaz de mantener tres puntos de contacto, lo que provocará una caída y lesiones.

9. Aplique la regla 1:4: Al utilizar escaleras inclinadas, como una escalera extensible, la posición de la escalera debe tener un ángulo de 1:4. La base de la escalera debe estar a 1 metro de la estructura por cada metro de altura de 4.

10. Descienda con precaución: Permanezca de cara a la escalera manteniendo los tres puntos de contacto al descender de la misma. Hágalo lentamente, evitando movimientos bruscos.

SEGURIDAD DE LAS ESCALERAS EN LOS MUNICIPIOS

Los municipios deben implantar programas de seguridad de escaleras que incluyan formación para los trabajadores que las utilizan, inspecciones y mantenimiento periódicos de las escaleras y una selección adecuada de las mismas para cada trabajo. Los empleadores también deben asegurarse de que los trabajadores tengan acceso a equipos de protección individual adecuados, como cascos, gafas de seguridad y equipos de protección contra caídas.

CONCLUSIÓN

Para evitar accidentes con escaleras en un entorno municipal, es importante proporcionar a los trabajadores una formación adecuada sobre seguridad en el uso de escaleras, garantizar que las escaleras se inspeccionan y mantienen con regularidad y aplicar normas de seguridad estrictas para su uso.