



# Escaleras de Tijera y Extensión



## Introducción:

### ¿Por qué hablar sobre la seguridad de utilizar una escalera?

- ✓ Hoy vamos a mostrar un video sobre Joe. Joe era un "Formen" y constructor de techos y murió al caer por un tragaluz. Al final del video vamos a hablar sobre lo que pasó. Aunque el video es sobre tragaluces, hablaremos sobre la seguridad de utilizar una escalera.
- ✓ Las caídas son la principal causa de accidentes o muerte en la industria de la construcción.
- ✓ Las caídas no solo resultan en muerte, también pueden causar accidentes graves que resultan en días fuera del trabajo o incapacitados a largo plazo.

**Mostrar el video:** *CDPH/FACE: Prevención de caídas por tragaluces* (5-6 minutos)

### Preguntas que usted debe hacer después de mostrar el video:

1. Al inicio del video, los trabajadores están cerca de los tragaluces y sin protección. ¿Con qué frecuencia se ve esto?
2. Aunque Joe parece distraído, ¿Cuáles fueron las razones principales por las cuales se cayó Joe por el tragaluz?
3. ¿Alguna vez usted o alguien que conoce ha sufrido una caída seria? ¿Puede compartir lo que pasó?

#### **Vamos a hablar sobre la seguridad al utilizar una escalera:**

4. Aunque el video es sobre la prevención de caídas por tragaluces, hay mensajes similares en relación a los peligros de seguridad al utilizar una escalera en el lugar de trabajo?
5. **Pregunte:** ¿Existen problemas con la seguridad de escaleras en su trabajo? ¿Cómo se pueden resolver?
6. Con un voluntario, demuestre la manera correcta de colocar una escalera. Invite a los trabajadores a hacer preguntas y a ofrecer sugerencias durante la demostración.



⇒ **Puntos Claves que se deben cubrir:** *(es mejor demostrar)*

**Ejemplos de peligros al usar una escalera**

- ✓ Escaleras rotas o defectuosas
- ✓ Escalera apoyadas sobre superficies resbalosas o desniveladas
- ✓ No usar la escalera correcta para el trabajo (considere la capacidad de peso y la altura)
- ✓ Uso de escaleras de metal cerca de cables con corriente o equipos eléctricos

**Escaleras de tijeras**

**Lo que Si se debe hacer**

- Siempre abra la escalera totalmente y coloque los seguros antes de subirse en ella.
- Cuando suba o baje una escalera, siempre mantenga la mirada de frente a la escalera.

**Lo que No se debe hacer**

- Nunca utilice una escalera de tijera cerrada, como si fuera de extension.
- No se pare más arriba del segundo escalón superior
- Nunca se estire para hacer su trabajo. Trate de mover y ajustar la posición de la escalera.

**Escaleras de extensión**

**Lo que Si se debe hacer**

- Para subir a un techo o plataforma, extienda la escalera para que se apoye por lo menos 3 pies por encima del filo en que este apoyada.
- Coloque la escalera en un ángulo correcto. Coloque la base de la escalera a 1 pie de distancia de la pared por cada 4 pies de la escalera.
- Permita una superficie plana y firme para apoyar la escalera.
- Amarre bien la parte superior de la escalera y asegure la base.
- Utilice la escalera de extensión para llegar a un lugar, y no para trabajar subido en ella. Es mejor usar los andamios, plataformas o elevadores (scissor lift).
- Revise los pasos correcto de mantener en contacto en tres puntos: dos manos y un pie o dos pies y una mano.

**Lo que No se debe hacer**

- No lleve herramientas, materiales en la mano mientras suba o baje la escalera. Para esto utilice cinturón de herramientas, use cuerdas o gruas para levantar o bajar.
- Nunca se pare más arriba del cuarto escalón superior.
- Nunca se estire para hacer su trabajo. Baje de la escalera y vuelva a ajustar la posición de la escalera.
- Nunca use una escalera más corta o con capacidad de peso menos de lo que requiere el trabajo.

**Ejercicios que el empleador debe hacer después del entrenamiento:**

Por ejemplo: Inspeccione las escaleras junto con los trabajadores. Escaleras rotas o defectuosas se deben tirar a la basura.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

**Después del entrenamiento, algunas prácticas de seguridad que los trabajadores deben realizar:** Por ejemplo: Siempre abra la escalera totalmente y coloque los seguros antes de subirse en ella.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_