

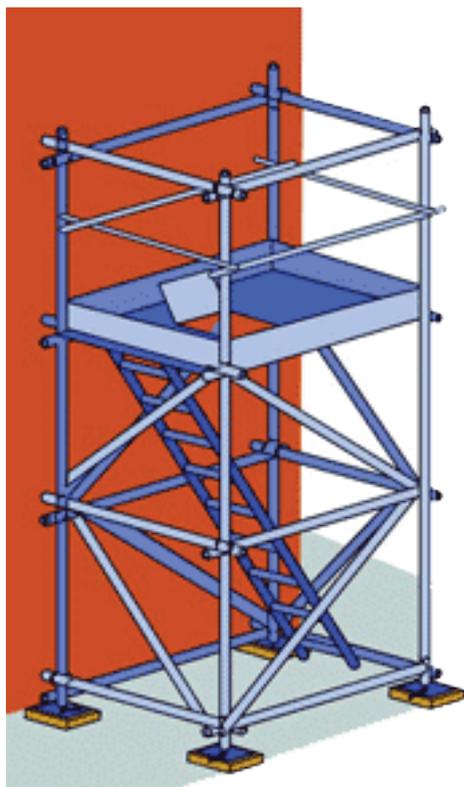


Consejos para el uso de escaleras de mano

- Lo primero que se debe considerar antes de utilizar una escalera de mano es el tipo de trabajo a realizar para trabajos que precisan esfuerzo, y el **uso de las dos manos**. Para trabajos en intemperie con condiciones climáticas desfavorables, con visibilidad reducida u otros peligros, deben sustituirse las escaleras por otros medios, tales como andamios, plataformas móviles, plataformas motorizadas, etc. Cuando se deba acceder frecuentemente a un lugar determinado es mejor utilizar una escala o una escalera fija.
- La base de la escalera deberá quedar **solidamente asentada**. En el caso de escaleras simples, la parte superior se sujetará, si es necesario, al paramento sobre el que se apoya y cuando este no permita un apoyo estable se sujetará al mismo, mediante una abrazadera u otros dispositivos equivalentes.
- Su **inclinación** será tal, que la separación del punto de apoyo inferior será la cuarta parte de la altura a salvar y corresponde a una inclinación de **75° con respecto a la horizontal**. Cuando se utilicen para acceder a lugares elevados, sus largueros deberán prolongarse, al menos, 1 metro por encima de esta.
- **No deben utilizarse las escaleras de mano como pasarelas**, ni tampoco para el transporte de materiales.
- En los trabajos eléctricos o en la proximidad de instalaciones eléctricas, deben utilizarse escaleras con el **aislamiento eléctrico adecuado**.
- En los trabajos con escaleras extensibles, hay que asegurarse de que las abrazaderas sujetan firmemente.
- En los trabajos con escaleras de tijera, el tensor siempre ha de estar **completamente extendido**.
- Antes de ubicar una escalera de mano, ha de inspeccionarse el lugar de apoyo para **evitar contactos con cables eléctricos, tuberías, etc.**
- Para ubicar una escalera en un suelo inclinado han de utilizarse **zapatillas ajustables** de forma que los travesaños queden en posición horizontal.



- El apoyo en el suelo de la escalera siempre ha de hacerse a través de los **largueros** y nunca en el peldaño inferior.
- Antes de acceder a la escalera es preciso asegurarse de que tanto la suela de los zapatos, como los peldaños están **limpios**, en especial de **grasa, aceite o cualquier otra sustancia deslizante**.
- Si la utilización de la escalera ha de hacerse cerca de vías de circulación de peatones o vehículos, habrá que protegerla de golpes. **Debe impedirse el paso de personas por debajo de la escalera**.
- Durante la utilización de las escaleras se mantendrá **siempre el cuerpo dentro de los largueros** de la escalera. Sólo será utilizada por un trabajador.
- El ascenso y descenso por una escalera de mano ha de hacerse con **las manos libres**, de frente a la escalera y agarrándose a los peldaños o largueros.



- No se debe subir nunca por encima del tercer peldaño contado desde arriba.
- Las **herramientas o materiales** que se estén utilizando durante el trabajo en una escalera manual **nunca se dejarán sobre los peldaños**, sino que se ubicarán en una bolsa sujeta a la escalera, colgada en el hombro o armada a la cintura del trabajador.
- **Nunca se ha de mover** una escalera manual cuando el trabajador este sobre ella.
- En la utilización de escaleras de mano de tijera no se debe pasar de un lado a otro por la parte superior, ni **tampoco trabajar a “caballo”**.
- Después de la utilización de la escalera, se debe:
 - Limpiar las sustancias que pudieran haber caído sobre ella.
 - Revisar y si se encuentra algún defecto que pueda afectar a su seguridad, señalarlo con un letrero que prohíba su uso, y enviarla a reparar o sustituir.
 - Almacenar correctamente libre de condiciones climatológicas adversas, nunca sobre el suelo sino colgadas y apoyada sobre los largueros.

- Los trabajos a más de **3,5 metros de altura**, que requieran movimientos o esfuerzos peligrosos para la estabilidad del trabajador, sólo se efectuarán si se utiliza **cinturón de seguridad** o se adoptan otras medidas de protección alternativas.
- Es importante establecer un procedimiento de **revisión de las escaleras**, tanto periódico, como antes de su utilización. La revisión antes de la utilización debe incluir el estado de los peldaños, largueros, zapatas de sustentación, abrazaderas o dispositivos de fijación y, además, en las extensibles hay que revisar el estado de cuerdas, cables, poleas y topes de retención.
- **Se prohíbe la utilización de escaleras de madera pintadas**, por la dificultad que ello supone para la detección de sus posibles defectos.

