



ESCALERAS MANUALES

Debe evitarse siempre que sea posible trabajar en una escalera de mano para prevenir las caídas de altura. En todo caso no es recomendable utilizarlas en caso de trabajos de larga duración (más de aproximadamente 30 minutos) y si la tarea requiere esfuerzo físico o manipulación de cargas. Si se usa una escalera de mano debe prestarse atención a tres aspectos básicos: la propia escalera, su ubicación y la forma de utilizarla.

Antes de utilizar una escalera de mano es fundamental analizar qué tipo de trabajo se va a realizar, y ver la conveniencia de la utilización de una escalera manual u otro tipo de medios.

Para trabajos que puedan precisar esfuerzos y el uso de las dos manos, trabajos en intemperie con condiciones climáticas desfavorables, con visibilidad reducida u otros peligros debe sustituirse la escalera por otros medios como andamios, plataformas móviles, plataformas motorizadas, etc.

La escalera debe estar libre de defectos visibles, lo que debería verificarse diariamente. Además, con la periodicidad indicada por el fabricante, debe someterse a una inspección visual detallada cuyos resultados deberían registrarse. Para uso profesional es recomendable emplear sólo escaleras manuales que cumplan la norma UNE-EN 131 clase 1.

Las escaleras de mano deberán utilizarse de la forma y con las limitaciones establecidas por el fabricante, por lo que antes de su utilización deberá consultarse el manual de instrucciones.

Los trabajos a más de 3,5 metros de altura, desde el punto de operación al suelo, que requieran movimientos o esfuerzos peligrosos para la estabilidad del trabajador, única y exclusivamente se realizarán si se utiliza arnés de seguridad anclado a un punto fijo o se adoptan otras medidas de protección alternativas.

NORMAS DE USO

Las escaleras de mano se colocarán de forma que su estabilidad durante su utilización esté asegurada.

1. Antes de ubicar una escalera de mano, ha de inspeccionarse el lugar de apoyo para evitar contactos con cables eléctricos, tuberías, etc.
2. No se debe situar una escalera sobre elementos inestables o móviles (cajas, bidones, planchas, etc.).
3. Las superficies deben ser planas, horizontales, resistentes y no deslizantes.
4. Para ubicar una escalera en un suelo inclinado han de utilizarse zapatas ajustables de forma que los travesaños queden en posición horizontal.
5. No las coloque cerca de conductores eléctricos con tensión o delante de una puerta sin trabarla y señalizarla.



6. No situarla en lugar de paso para evitar todo riesgo de colisión con peatones o vehículos y en cualquier caso balizarla o situar una persona que avise de la circunstancia.
7. Se impedirá el deslizamiento de los pies de las escaleras de mano durante su utilización ya sea mediante la fijación de la parte superior o inferior de los largueros, ya sea mediante cualquier dispositivo antideslizante o cualquier otra solución de eficacia equivalente
8. En los trabajos con escaleras de tijera, el tensor siempre ha de estar completamente extendido. El ángulo de abertura de una escalera de tijera debe ser de 30º como máximo, con la cuerda que une los dos planos extendida o el limitador de abertura bloqueado.
9. En los trabajos con escaleras extensibles, hay que asegurarse de que las abrazaderas sujeten firmemente.
10. Las escaleras con ruedas deberán haberse inmovilizado antes de acceder a ellas.
11. Si la utilización de la escalera ha de hacerse cerca de vías de circulación de peatones o vehículos, habrá que protegerla de golpes.
12. Debe impedirse el paso de personas por debajo de la escalera.
13. El ascenso, trabajo y descenso por una escalera de mano ha de hacerse con las manos libres, de frente a la escalera, agarrándose a los peldaños o largueros.
14. Subir por la escalera haciendo uso de todos los peldaños.
15. No trate de alcanzar objetos alejados de la escalera. Si necesita moverse lateralmente baje de la escalera y desplácela. No haga juegos de equilibrio innecesarios. El transporte de materiales o herramientas a mano se hará de modo que ello no impida una sujeción segura.
16. Se prohíbe el transporte y manipulación de cargas por o desde escaleras de mano cuando por su peso o dimensiones puedan comprometer la seguridad del trabajador.



NO

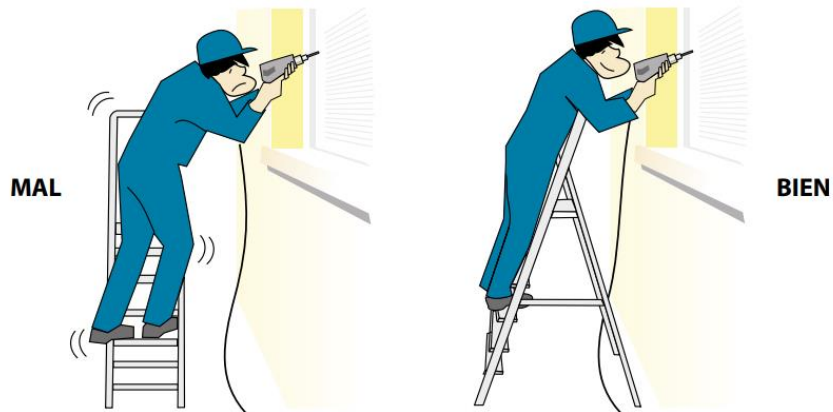
NO



17. 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.
18. No debe utilizarse las escaleras de mano como pasarelas, ni tampoco para el transporte de materiales.
19. No utilice escaleras de tijera como escaleras de apoyo. En cualquier momento se deslizarán y puede tener un accidente; las escaleras de tijera no se han diseñado para eso.
20. No suba hasta los últimos peldaños, deben quedar libres para poder asirse a ellos.
21. 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”.
22. Nunca se debe mover una escalera manual estando el trabajador sobre ella.

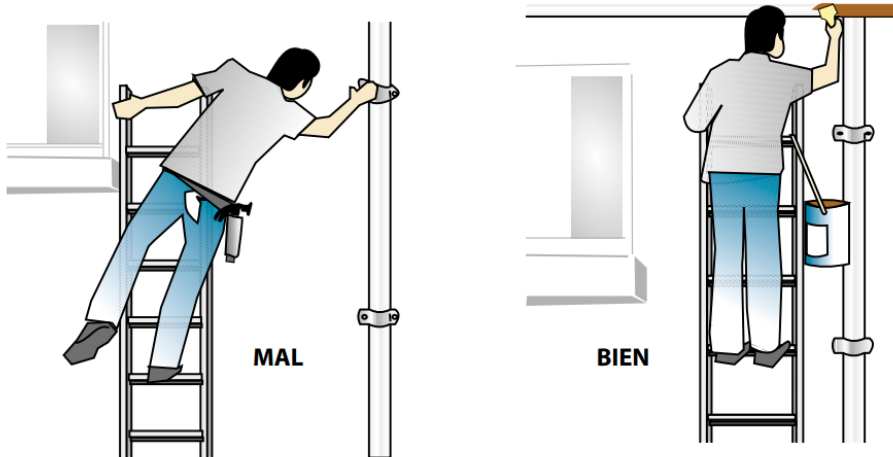
¿Cómo debo usar la escalera?

1. Trabaje siempre de frente a la escalera. Nunca de lado a ella. Al subir o bajar debe hacerse también de frente a la escalera.





2. Mantenga los dos pies siempre apoyados en la escalera, no intente alcanzar puntos alejados de ella y, siempre que sea posible, sujétese a la escalera con una mano

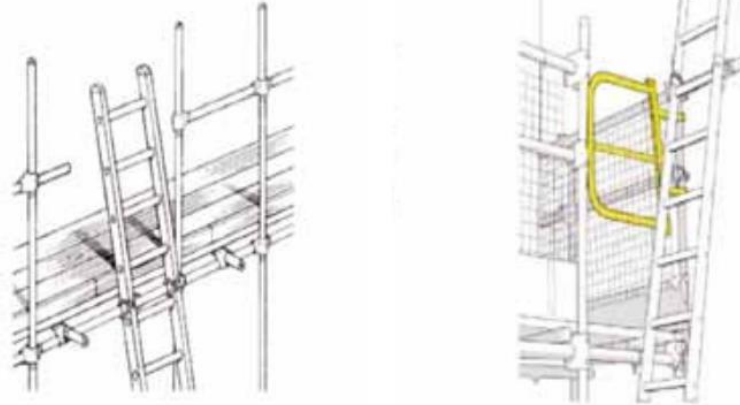


3. Si los pies están a más de dos metros del suelo, utilice cinturón de seguridad anclado a un punto sólido y resistente.

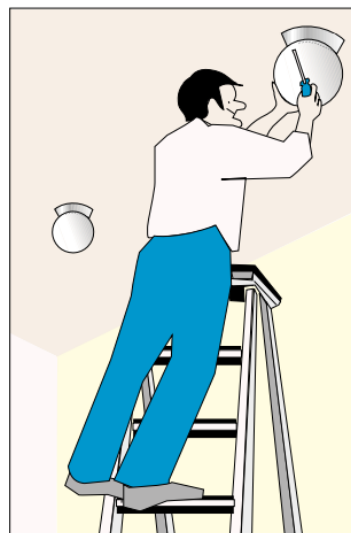
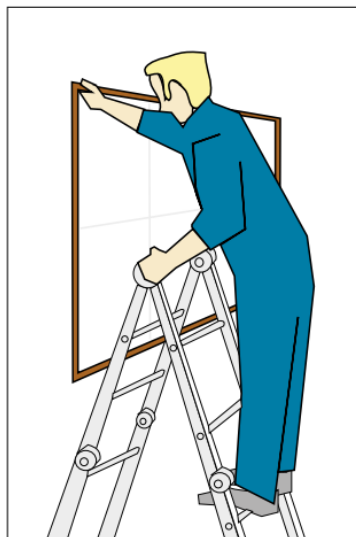




4. Si la escalera se utiliza para acceder a un nivel superior, debe sobrepasar al menos un metro el punto de apoyo superior, tal como se muestra en las siguientes ilustraciones.



5. No suba demasiado arriba. La parte superior de la escalera debe quedar aproximadamente a la altura de su cintura, para poder sujetarse con facilidad en caso necesario. En la práctica ello representa dejar siempre libres los últimos dos o tres escalones, dependiendo del tipo de escalera, tal como se muestra en las siguientes ilustraciones.

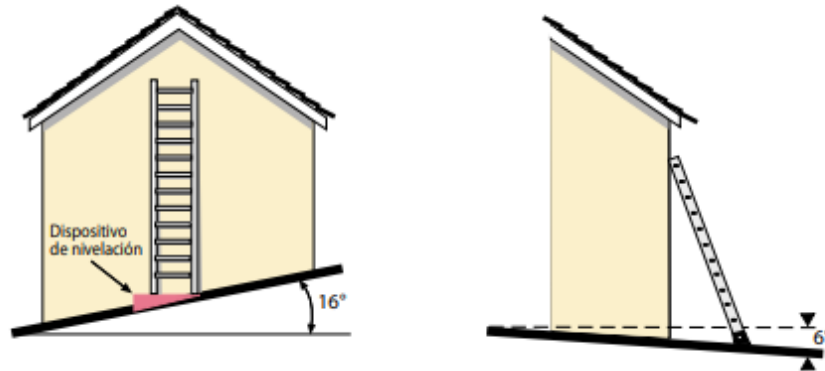


6. Una escalera debe ser utilizada por una sola persona.

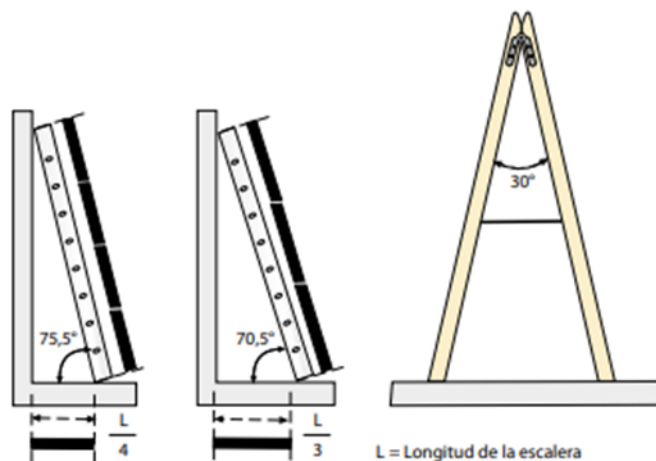


¿Está la escalera bien colocada?

Las escaleras deben colocarse sobre superficies planas, horizontales, resistentes y no deslizantes. Si el pavimento está inclinado *lateralmente* respecto a la escalera menos de 16° (ver la figura adjunta), puede compensarse el desnivel empleando prolongaciones sólidas con collar de fijación. La inclinación del terreno en el mismo sentido de la colocación de la escalera no debe ser superior a 6° .

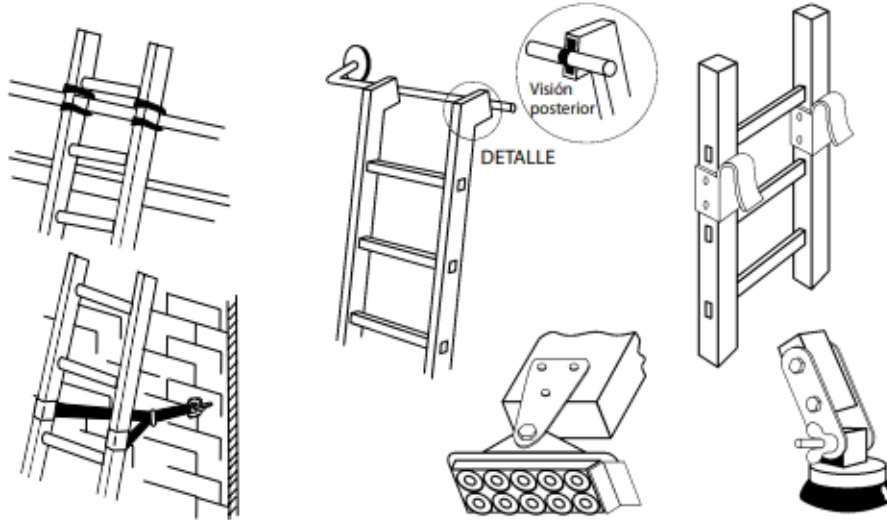


La inclinación de la escalera debe ser tal que la distancia del pie a la vertical pasando por el vértice esté comprendida entre el cuarto y el tercio de su longitud, correspondiente a una inclinación comprendida entre $75,5^\circ$ y $70,5^\circ$.





La escalera debe quedar perfectamente sujeta al edificio y estar bien apoyada, a fin de evitar cualquier posible deslizamiento, Para ello existen diversos sistemas de fijación y de zapatas antideslizantes, algunos de los cuales se muestran en las figuras siguientes.



Después de la utilización de la escalera se debe:

- Limpiar las sustancias que pudieran haber caído sobre ella.
- Revisar y, si se encuentra algún desperfecto que pueda afectar a su seguridad, señalarla con un letrero que prohíba su uso, enviándola a reparar o sustituir.

ALMACENAMIENTO E INSPECCIÓN

Las escaleras de madera deben almacenarse en lugares al amparo de los agentes atmosféricos y de forma que faciliten la inspección.

Las escaleras no deben almacenarse en posición inclinada.

Las escaleras deben almacenarse en posición horizontal, sujetas por soportes fijos, adosados a paredes.

Las escaleras deberán inspeccionarse antes de su uso y como máximo, cada seis meses, comprobando, entre otros:

- Peldaños flojos, mal ensamblados, rotos, con grietas, o indebidamente sustituidos por barras o sujetos con alambres o cuerdas.
- Mal estado de los sistemas de sujeción y apoyo.
- Defecto en elementos auxiliares (poleas, cuerdas, etc.) necesarios para extender algunos tipos de escaleras.



- Ante la presencia de cualquier defecto de los descritos se deberá retirar de circulación la escalera. Ésta deberá ser reparada por personal especializado o retirada definitivamente. Se dejará constancia documental de todas las revisiones que se efectúen.