

# La Seguridad con las Escaleras

Cada año en los Estados Unidos, más de 100 personas mueren en accidentes relacionados con las escaleras y miles sufren lesiones incapacitantes.<sup>1</sup> De acuerdo con la [Administración de Seguridad y Salud Ocupacional](#) (Occupational Safety and Health Administration, por su nombre en inglés), las caídas de escaleras portátiles (escalonadas, rectas, combinadas y de extensión) se encuentran entre las principales causas de lesiones y fatalidades en el área de trabajo. Sin embargo, estas caídas se pueden prevenir cuando los empleados saben cómo inspeccionar, usar y mantener las escaleras.



## Inspección de las Escaleras

Inspeccione las escaleras a intervalos determinados por el empleador y documente la inspección por escrito. La documentación se logra fácilmente al fechar y poner sus iniciales en una etiqueta de inspección en uno de los rieles laterales de la escalera.

Antes de usar cualquier escalera, revise en busca de:

- peldaños, travesaños, refuerzos o rieles laterales que estén sueltos, desgastados o faltantes;
- clavos, pernos o tornillos sueltos;
- astillas de madera;
- piezas de metal corroídas;
- soldaduras rotas o parcialmente rotas donde los peldaños se unen con los rieles laterales;
- soportes para los pies dañados o faltantes; y
- agua, aceite, grasa, lodo u otras sustancias resbaladizas en la escalera o en sus zapatos.

No utilice una escalera en mal estado. En vez de hacer esto:

- informe a un supervisor;
- márkelo inmediatamente con una etiqueta que diga “No Usar” (Do Not Use, en inglés); y
- haga que reparen, eliminen o destruyan la escalera.

<sup>1</sup> Instituto Americano de las Escaleras. Mes Nacional de la Seguridad con las Escaleras. Sitio web. <https://www.laddersafety-month.com/About/National-Ladder-Safety-Month#:~:text=Every%20year%20over%20100%20people,and%20thousands%20suffer%20disabling%20injuries>. Consultado el 8 de diciembre de 2020.

## Elija la Escalera Adecuada para el Trabajo

No use una escalera cuando haya escaleras permanentes, rampas o pasarelas disponibles. Si usa una escalera, elija el tipo y el tamaño que sean adecuados para la tarea.

- Seleccione una escalera que pueda soportar al menos cuatro veces la carga máxima. No sobrepase la capacidad de carga. Siempre incluya su peso más el peso de todas las herramientas, materiales y equipos al calcular la carga máxima. (Consulte la Tabla 1.) Si falta la etiqueta de clasificación de carga en la escalera o si ésta no es legible, reemplácela u obtenga una escalera nueva.

Ladder Type	Weight Limit	Description
Type 1-AA	375 pounds	Special Duty
Type 1-A	300 pounds	Heavy Duty Industrial
Type I	250 pounds	Heavy Duty
Type II	225 pounds	Medium Duty
Type III	200 pounds	Light Duty

- Nunca aumente la altura de una escalera colocándola encima de cajas, barriles u otros objetos.
- Nunca empalme dos escaleras.
- Nunca use escaleras como plataformas, pasarelas o andamios.
- No utilice una escalera autoportante (tal como las escaleras de tijera) como una escalera recta.
- Lea y siga todas las etiquetas, instrucciones y advertencias de la escalera.
- Use las escaleras solamente como fueron diseñadas. Si necesita una escalera que haga otra cosa, [elija una escalera especializada](#). Una aplicación para teléfonos inteligentes desarrollada por el Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional ([National Institute for Occupational Safety and Health](#), por su nombre en inglés) puede ayudarlo a seleccionar la escalera, el ángulo de la escalera y proporcionarle otros consejos útiles de seguridad. La aplicación de teléfono móvil está disponible a través de la [Tienda de Aplicaciones de Apple](#) o en [Google Play](#).

## Instale la Escalera Adecuadamente

Prevenga los accidentes relacionados con las escaleras colocando la escalera de manera correcta.

- Deje suficiente espacio para bajar de la escalera de manera segura.
- Mantenga el área alrededor de la escalera libre de herramientas y equipos.
- Coloque la base de la escalera, de modo que la parte de abajo descansa de manera segura, sosteniendo uniformemente ambos rieles laterales.
- Asegúrese que la escalera se asiente sobre una base sólida contra un soporte firme.

## **Instale la Escalera Adecuadamente**

- Use una escalera lo suficientemente larga para que los rieles laterales se extiendan por encima del punto de soporte superior por lo menos tres pies.
- Coloque las escaleras de mano inclinadas en un ángulo de un pie de distancia de la pared por cada cuatro pies de altura vertical. Una manera rápida para verificar esto es poner la escalera con los puntos de sus pies entre los rieles laterales. Cuando esté en el ángulo correcto, usted puede extender los brazos y sujetar los rieles con las manos.
- Amarre, bloquee o asegure la parte de arriba de la escalera para evitar que se mueva.
- A menos que haya barreras protectoras instaladas, nunca coloque escaleras en puertas o pasillos donde otras personas puedan chocar con ellas.
- Nunca use escaleras de metal cerca de cables eléctricos o de equipos eléctricos expuestos y energizados. De ser posible, mantenga las escaleras de madera o de fibra de vidrio al menos diez pies de los cables eléctricos.
- No coloque mangueras, cables de extensión o cuerdas en una escalera, ya que pueden causar que la escalera se mueva inesperadamente o crear riesgos de tropiezos o caídas.

## **Instale la Escalera Adecuadamente**

- Nunca se pare sobre los tirantes transversales de una escalera de tijera a menos que estén diseñados como un segundo conjunto de escalones.
- Nunca se pare sobre el escalón de seguridad más alto que tiene la escalera (el escalón o estante de la parte superior), tal como se indica en la etiqueta de la escalera.
- Mantenga su cuerpo cerca de la mitad del escalón y siempre mire hacia la escalera.
- Mantenga tres puntos de contacto con la escalera (usando dos manos y un pie, o dos pies y una mano).
- No intente llevar herramientas o materiales con usted si no puede hacerlo mientras mantiene los tres puntos de contacto con la escalera.
- Mire hacia la escalera al subir y mantenga el cuerpo dentro de los rieles laterales.
- Evite inclinar la escalera al momento de estirarse demasiado para un lado. Si algo está fuera de su alcance, bájese y acerque la escalera al objeto que está tratando de alcanzar.

Para obtener más información, visite el [Centro de Recursos](#) de la Sección de Seguridad en el Área de Trabajo del Departamento de Seguros de Texas, División de Compensación para Trabajadores para préstamos gratuitos de videos en formato DVD relacionados con seguridad con las escaleras.



[www.txsafetyatwork.com](http://www.txsafetyatwork.com)

**1-800-252-7031, Option 2**

*The Texas Department of Insurance,  
Division of Workers' Compensation (DWC)-Workplace Safety  
P.O. Box 12050  
Austin, TX 78711-2050*

---

Descargo de responsabilidad: A menos que se indique lo contrario, este documento fue producido por la Sección de Seguridad en el Área de Trabajo del Departamento de Seguros de Texas, División de Compensación para Trabajadores utilizando información de personal que es especialista en el tema, entidades gubernamentales u otras fuentes acreditadas. La información contenida en esta hoja informativa es considerada exacta al momento de su publicación. Para más publicaciones gratuitas y otros recursos de seguridad, visite [www.txsafetyatwork.com](http://www.txsafetyatwork.com), llame al 800-252-7031, opción 2, o envíe un correo electrónico a [resourcecenter@tdi.texas.gov](mailto:resourcecenter@tdi.texas.gov).



Texas Department of Insurance, Division of Workers' Compensation  
[www.txsafetyatwork.com](http://www.txsafetyatwork.com)  
HS02-029E (12-20)