



SAFETY MATTERS

WORKING SAFELY WITH LADDERS

Proper ladder selection, inspection, and use can help prevent falls and injuries in the workplace. The following information can help prevent a ladder-related accident.

Select the Right Ladder for the Job

Use a ladder, not a chair or box, to reach heights. The ladder should be:

- Tall enough to reach the height you need
- Rated to handle the combined weight of you and your equipment
- Don't use metal ladders around electricity, because metal is a conductor

Ladder Rating	
I-A	300 pounds
I	250 pounds
II	225 pounds
III	200 pounds

Inspect Every Ladder Before Using It:

- Don't use a ladder that has any missing or broken parts.
 - Tag it as defective and remove it from service.
 - Don't try to fix a ladder yourself.

A ladder should have:

- No missing parts
- Firmly attached slip-resistant steps, rungs, or cleats free of grease or oil
- Tight support braces, bolts, screws, and spreaders
- Lubricated metal parts
- Safety feet
- Rope in good condition (not worn or frayed)
- No splinters or sharp edges
- No dents or bent parts in metal ladders

Set up a ladder firmly and properly

- Place it on level floor or ground, with feet parallel to the surface it rests against
 - Place the ladder on wide boards if the ground is soft or broken

- Extend the ladder at least three feet above the top support.
 - Don't rest is on a window or window sash or in front of an unlocked door.
- Anchor the top. Tie the bottom or have someone hold it.
- The distance from the ladder's base to the wall should equal one-fourth the ladder's length

Climb and Work on Ladders Safely

- Wear shoes with clean, non-skid, non-leather soles
- Allow only one person at a time on a ladder.
- Climb up and down facing the ladder and holding both side rails
- Carry tools on a belt or rope or hoist
- Work with one hand on the ladder
- Don't move a ladder while you're on it

Carry and store ladders properly

- Carry a ladder with another person if possible
 - If you must carry alone, balance the center on your shoulder. Keep the front end above your head and the back end near the ground.
- Store ladders at a moderate temperature.
- Store ladders standing up, if possible.
 - If they must lie down, support both end and the middle to prevent sagging or warping
- Don't keep anything on a stored ladder or the ladder will warp.



Attention to Ladder Safety Prevents Injury



The Human Resource Solution Center

Provided by IMA, Inc. for the exclusive use of our clients.
Boston • Dallas • Denver • Kansas City • Los Angeles • Topeka • Wichita
www.imacorp.com
Content © BLR

IMA Safety Matters is for general informational purposes only and is not intended as medical or legal advice.



SAFETY MATTERS

TRABAJAR CON ESCALERAS SIN CORRER PELIGRO

La selección de la escalera apropiada, su inspección y su uso pueden ayudar a prevenir caídas y lesiones en el lugar de trabajo. La siguiente información le será útil para evitar accidentes relacionados con el uso de escaleras.

Escoja la herramienta adecuada para el trabajo que va a realizar.

Use una escalera, no una silla o una caja, para alcanzar objetos elevados. La escalera debe ser:

- Lo suficientemente alta para llegar a la altura requerida
- Tener la clasificación adecuada para sostener el peso combinado de usted y su equipo
- No use escaleras metálicas cerca de fuentes eléctricas, ya que el metal es conductor

Clasificación de escaleras	
I-A	300 libras
I	250 libras
II	225 libras
III	200 libras

Inspeccione cada escalera antes de usarla:

- No use una escalera que tenga algo omiso o alguna pieza dañada.
 - Etiquétela como defectuosa y retírela de servicio.
 - No trate de repararla independientemente.

Una escalera debe tener:

- Ninguna pieza omisa
- Peldaños, travesaños o abrazaderas con antiresbalante y libres de grasa o aceite
- Tirantes, tornillos y extensores bien ajustados
- Piezas metálicas lubricadas
- Soportes de seguridad
- Cuerda en buenas condiciones (no desgastada ni deshilachada)
- No tener astillas o bordes afilados
- No tener abolladuras ni piezas deformadas en el caso de escaleras metálicas

Asiente la escalera con firmeza y de manera correcta

- Colóquela al nivel del suelo o el piso, con los soportes paralelos a la superficie en cual se apoya
 - Coloque la escalera sobre tabloncillos amplios si el terreno es suave o irregular

- Extienda la escalera a un mínimo de tres pies de distancia por encima del apoyo superior.
 - No la sitúe en una ventana o vidriera o delante de una puerta abierta.
- Ancle la parte superior. Ate los soportes de la escalera o pídale a alguien sostenerla.
- La distancia de la base de la escalera a la pared debería equivaler a un cuarto de la longitud total de la misma.

Súbase y trabaje en escaleras sin correr peligro

- Colóquese zapatos con suelas limpias y antirresbalantes, no de cuero
- Únicamente una persona a la vez debe subir a la escalera.
- Suba y baje haciendo frente a la escalera y sosteniendo ambos carriles laterales
- Transporte las herramientas en un cinturón, un cabo o un izador
- Trabaje sujetando la escalera con una mano
- No movilice la escalera mientras se encuentre encima de la misma



Transporte y almacene escaleras correctamente

- Transporte la escalera con la ayuda de otra persona, de ser posible
 - Si la debe llevar sin ayuda, use el hombro para equilibrar el centro. Mantenga el extremo final delantero por encima de su cabeza y la parte trasera cerca del suelo.
- Almacene las escaleras de la tienda en un lugar con una temperatura moderada.
- Colóquelas verticalmente, si es posible.
 - Si debe acostarlas, coloque un apoyo tanto en los extremos como en el medio para prevenir el pandeo o arqueado.
- No coloque nada sobre una escalera almacenada ya que puede colapsar.

El uso precavido previene lesiones



Provided by IMA, Inc. for the exclusive use of our clients.
 Boston ● Dallas ● Denver ● Kansas City ● Los Angeles ● Topeka ● Wichita
 www.imacorp.com
 Content © BLR

IMA Safety Matters is for general informational purposes only and is not intended as medical or legal advice.

STEP UP TO LADDER SAFETY

Choose a ladder that's right for the job

Check that ladders have all parts in good condition including:

- Slip-resistant steps or rungs
- Braces, bolts, screws, and spreaders
- Rope
- Safety Feet



Position the ladder for steadiness

- Ground surface level
- Feet parallel to the wall at a distance that is equal to one-fourth the ladder length
- At least three feet above top support with top anchored, and bottom tied or held

Remember to:

- Allow one person only on a ladder, wearing shoes with clean non-skid soles
- Face the ladder and hold both rails while climbing
- Carry tools on a belt or rope or hoist
- Stay below the top two stepladder steps or four top ladder rungs
- Work with body centered, one hand on rail, and tools in hanger or holder.



SUBA A LA ESCALERA DE LA SEGURIDAD

Elija la escalera adecuada para usted

Compruebe que todas las piezas de las escaleras estén en buenas condiciones, incluyendo:

- Escalones o peldaños antideslizantes
- Refuerzos, pernos, tornillos y travesaños
- Cordón
- Base de seguridad



Coloque la escalera fija con

- El suelo nivelado
- La base paralela a la pared a una distancia un cuarto la longitud de la escalera
- Por lo menos tres pies por encima del soporte superior con la parte de arriba asegurada y la parte inferior amarrada o sostenida

Recuerde que

- Solo una persona puede estar subida en una escalera y debe usar zapatos con suelas limpias y antideslizantes
- Suba la escalera de frente y agarre los pasamanos
- Lleve herramientas en un cinturón, cordón o polea
- No suba a los dos últimos escalones de las escaleras de tijera o a las cuatro últimos peldaños de una escalera
- Mantenga su cuerpo balanceado en el centro, con una mano en el pasamanos y las herramientas en un gancho o soporte



WORKING SAFELY WITH LADDERS QUIZ

1. OSHA standards cover ladder inspection and safe use procedures.
 - a. True
 - b. False
2. A ladder's rating (I-A, I, II, III) tell you:
 - a. The combined weight of person and equipment it can handle safely
 - b. The number of people it can handle safely.
 - c. What type of temperature conditions it can handle safely
3. When you work around electricity, you should use a metal ladder.
 - a. True
 - b. False
4. To prevent falls, ladder rungs and step surfaces should be:
 - a. Worn thin
 - b. Slip-resistant
 - c. Treated with oil
5. If a ladder is damaged or has parts missing, you should:
 - a. Fix it
 - b. Use it
 - c. Tag it and turn it in
6. A ladder should extend:
 - a. Only to the top support
 - b. At least three feet above the top support
 - c. Six feet above the top support
7. The distance between the ladder's base and the surface it leans against should be:
 - a. About six inches
 - b. One-fourth the ladder's length
 - c. One-half the ladder's length
8. The maximum number of people permitted on a ladder is:
 - a. One
 - b. Two
 - c. Depends on the weight of the people
9. When you climb a ladder, you should face the ladder and hold both side rails.
 - a. True
 - b. False
10. The best way to carry tools on a ladder is:
 - a. In your hand
 - b. On a belt, rope, or hoist
 - c. In your back pocket

When you have completed this quiz, turn it in to your supervisor.

Name:

Date:



Provided by IMA, Inc. for the exclusive use of our clients.
Boston ● Dallas ● Denver ● Kansas City ● Los Angeles ● Topeka ● Wichita
www.imacorp.com
Content © BLR

The Human Resource Solution Center

IMA Safety Matters is for general informational purposes only and is not intended as medical or legal advice.

CUESTIONARIO: TRABAJANDO SEGURO CON ESCALERAS

1. Las normas de OSHA abarcan los procedimientos de inspección y uso seguro de escaleras.
 - a. Verdadero
 - b. Falso
2. La clasificación de las escaleras (I-A, I, II, III) le indica:
 - a. El peso combinado de la persona y el equipo que puede aguantar sin peligro
 - b. La cantidad de gente que puede aguantar sin peligro
 - c. Qué tipo de condiciones térmicas puede soportar sin peligro
3. Cuando trabaje cerca de la electricidad, debe usar una escalera de metal.
 - a. Verdadero
 - b. Falso
4. Para evitar caídas, los peladnos de la escalera y las superficies de apoyo deben:
 - a. Estar gastadas
 - b. Ser resistentes a los resbalones
 - c. Tratarse con aceite
5. Si la escalera esta dañada o le faltan partes, debe:
 - a. Arreglarla
 - b. Usarla
 - c. Etiquetarla y devolverla
6. La escalera debe extenderse:
 - a. Sólo hasta el soporte superior
 - b. Por lo menos tres pies por encima del soporte superior
 - c. A seis pies por encima del soporte superior
7. La distancia entre la base de la escalera y la superficie contra la que se apoya debe ser:
 - a. De alrededor de seis pulgadas
 - b. Un cuarto del largo de la escalera
 - c. La mitad del largo de la escalera
8. La cantidad máxima de gente que puede subirse a la escalera es:
 - a. Uno
 - b. Dos
 - c. Depende del peso de la gente
9. Cuando suba a la escalera, debe hacerlo de frente y agarrando los pasamanos.
 - a. Verdadero
 - b. Falso
10. La mejor forma de transportar herramientas en una escalera es:
 - a. En la mano
 - b. En un cinturón, cordón, o polea
 - c. En el bolsillo de atrás



Cuando usted termine éste examen, entréguelo a su supervisor.

Nombre: _____

Fecha: _____



The Human Resource Solution Center

Provided by IMA, Inc. for the exclusive use of our clients.
Boston ● Dallas ● Denver ● Kansas City ● Los Angeles ● Topeka ● Wichita
www.imacorp.com
Content © BLR

IMA Safety Matters is for general informational purposes only and is not intended as medical or legal advice.

ANSWERS/RESPUESTAS

- | | |
|--|---|
| 1. a. True | 1. a. Verdadero |
| 2. a. The combined weight of person and equipment it can handle safely | 2. a. El peso combinado de la persona y el equipo que puede aguantar sin peligro |
| 3. b. False. Metal conducts electricity and shouldn't be used around it | 3. b. Falso. El metal conduce electricidad y no debe usarse cerca de ésta |
| 4. b. Slip-resistant | 4. b. Ser resistentes a los resbalones |
| 5. c. Tag it and turn it in | 5. c. Etiquetarla y devolverla |
| 6. b. Three feet above the top support | 6. b. A tres pies por encima del soporte superior |
| 7. b. One-fourth the ladder's length | 7. b. Un cuarto del largo de la escalera |
| 8. a. One | 8. a. Uno |
| 9. a. True | 9. a. Verdadero |
| 10. b. On a belt, rope, or hoist | 10. b. En un cinturón, cordón, o polea |



**CHOOSE, INSPECT, AND
USE LADDERS PROPERLY**

**ELIJA, INSPECCIONE Y USE
ESCALERAS DE MANERA
CORRECTA**



The Human Resource Solution Center

Provided by IMA, Inc. for the exclusive use of our clients.
Boston • Dallas • Denver • Kansas City • Los Angeles • Topeka • Wichita
www.imacorp.com
Content © BLR

IMA Safety Matters is for general informational purposes only and is not intended as medical or legal advice.

