

Procedimiento:

En grupos de 2 a 4 personas, los participantes escogen uno de los escenarios de trabajo con el que tienen experiencia. Los escenarios fueron escogidos entre los trabajos comúnmente enviados al Centro de Trabajador de Casa Latina: limpiando ~~cunetas~~ **canaletas**, pintura de interior y exterior y limpieza de gabinetes. Cada grupo sigue las instrucciones de su escenario para identificar posibles peligros de completar el trabajo y posibles maneras de prevenir lesiones. Los grupos deben también identificar el tipo de escalera que es más apropiada para el trabajo. Los participantes deben contestar las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles son los posibles riesgos de llevar a cabo este trabajo?
- ¿Qué puede hacer este trabajador para prevenir lesiones?
- ¿Cuál es la escalera más apropiada para completar este trabajo y por qué?

Ya que los grupos evalúen sus escenarios y contesten las preguntas, comparten su escenario con el resto de la clase. Los facilitadores preguntan al resto de los participantes si tienen ideas adicionales de soluciones para cada escenario de trabajo.

De allí, los grupos van afuera donde hay tres tipos de escaleras: escalera de mano, escalera recta y escalera de extensión. Una persona de cada grupo demuestra cómo usar el tipo de escalera que identificaron ser la más apropiada para su escenario de trabajo correcta y seguramente. Los facilitadores ofrecen información clave y correcciones, como sea necesario, incluyendo:

Para uso más seguro de una escalera de mano⁴:

- Siempre mantén una conexión de 3 puntos con la escalera (dos pies y una mano o un pie y dos manos)
- Evita riesgos eléctricos: mira en lo alto por líneas eléctricas
- Inspecciona la escalera antes de su uso
- No uses el escalón más alto, a menos que la escalera sea específicamente diseñada para ese propósito
- Úsala en una superficie ~~lana~~ **plana** y estable
- No agregues altura a la escalera poniéndola encima de cajas, barriles o cualquier otra base inestable
- No muevas o cambies la escalera mientras alguien esté encima de ella

Para uso más seguro de una escalera de extensión:

- Posiciona la escalera en un ángulo apropiado de la pared: la base debe ser un cuarto de la longitud de trabajo de la escalera de la pared (o alguna otra superficie vertical)
- Extiende la escalera a por lo menos tres pies arriba del punto de soporte

⁴ Tarjetas Rápidas de OSHA: Seguridad de Escaleras Portátiles: <https://www.osha.gov/Publications/OSHA3903.pdf>





E. Folleto Informativo: Mejores Prácticas Para la Prevención de Caídas

Posibles ideas:

- Mantener tres puntos de contacto en la escalera en todo momento.
- Sujetar un arnés a un ancla adecuado que pueda sostener el peso de una caída.
- Usar andamios con barandillas apropiadas y asidero seguro.
- Revisar todo equipo antes de usarlo para asegurarse que es adecuado.
- Llamar a OSHA para reportar prácticas no seguras en el trabajo: 206-757-6700.