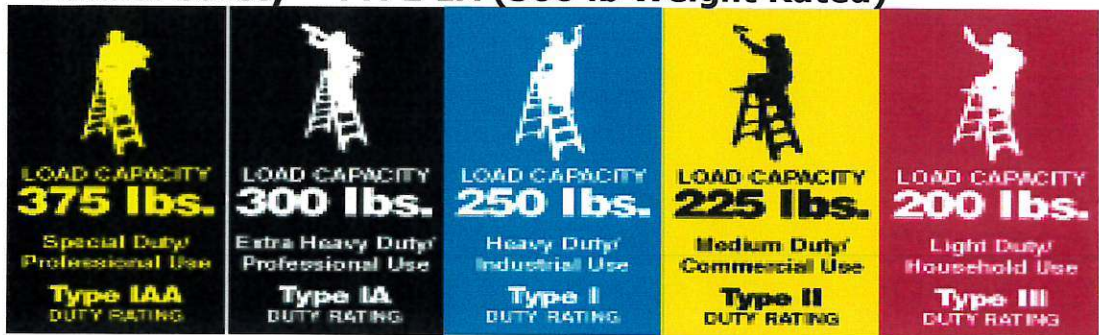


## Report Any Injuries To Your Supervisor The Day Of The Injury

### Ladder Safety – TYPE 1A (300 lb Weight Rated)



Each year, about 50 construction workers are killed by falls from ladders. More than half of the deaths occur to people working from ladders. Twice as many falls occur stepping down compared to going up ladders. The main cause of falls from straight and extension ladders is sliding of the ladder base. For self-supported ladders or stepladders, the main cause is tipping sideways. A lot of workers carrying ladders hurt their backs, too.

#### Protect Yourself

- While here at our Company choose the right equipment.
- Choose the right ladder height to access platform, trusses and roof areas.
- A sticker on a commercial ladder tells you its maximum weight capacity. Here we use only **TYPE 1A** ladders, which are rated at **300 pounds**. We use the orange colored Warner and Louisville step ladders which the orange color marks it as a **TYPE 1A**. The ladder rating is on stickers located on the sides of all ladders. OSHA Requires HEAVY DUTY RATED TYPE 1 (250 lbs weight capacity) or greater on construction sites.
- Ladder parts must be smooth to prevent punctures or cuts or snagging of clothing.

#### Setting up a Ladder

- Keep all types of ladders (and tools) at least 10 feet away from live overhead power lines and other overhead obstructions. Aluminum and even wet or dirty wood or fiberglass ladders can conduct electricity.
- Set a ladder on firm, level ground. Use ladder levelers on uneven ground. Secure the ladder – tie it down, use slip-resistant feet, or have someone hold it in place. (A ladder on a slippery surface must be tied in place or held.)
- Keep the area around the top and bottom of a ladder clear. In passageways, doorways, or where traffic or other activities can occur, secure the ladder or block off the area.
- Do not set a ladder on a scaffold, box, or other object.
- **Stepladders:** All four legs must be on solid, level ground. The spreaders must be locked fully open. Never climb on the cross-bracing. Never lean a stepladder against a wall unless the step ladder is a designed LeanSafe type ladder which due to its new design allows it to be safely leaned against a vertical wall surface, inside or outside corner.
- **Straight and extension ladders:** The ladder base should be 1 foot from the building (or top support, such as an eave) for every 4 feet of ladder length up to the resting position. Counting rungs will give you a good estimate of the ladder length; rungs are about 1 foot apart.
- After you set up an extension ladder, lock the top section in place. Extension ladder sections must overlap – by at least 3 feet for ladders up to 32 feet, by 4 feet for ladders 32 feet to 48 feet, and by 5 feet for ladders 48 feet to 60 feet.
- Both rails must rest evenly on the resting spot, unless the ladder has a single-support attachment.
- When a ladder is used to get on or off a roof, secure the ladder by tying. The side rails should be at least 3 feet above the roof to be safe. If there is a high parapet wall, use a stairway or some other way to get on or off the parapet.

#### Using a Ladder

- Always check a ladder before you use it; recheck it if it has been unattended.
- Always face a ladder when using it.
- Wear shoes with slip-resistant soles.
- Always have a 3-point contact (such as, one hand and two feet).
- Keep your body centered between the side rails of the ladder – so you don't tip over the ladder.
- Never work from the top or top step of a stepladder, or from any of the top 3 steps of a straight or extension ladder.
- Do not hold objects in your hand when moving up or down or stepping on/off a ladder to an upper level. Attach objects to your tool belt or pull them up on a line after you get to your work spot.
- Do not use a ladder when it is windy.
- Never move a ladder while someone is on it.
- Lower the top section of an extension ladder before you move it.

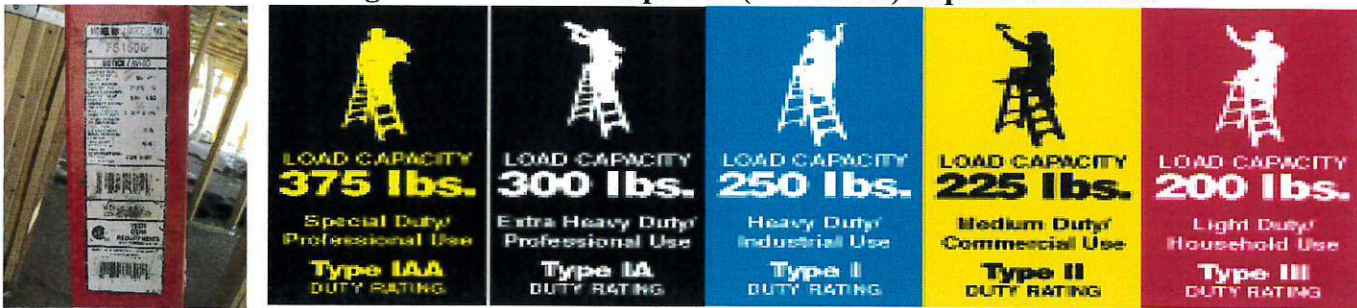
#### Safety Reminder:

**Inspecting a Ladder** - OSHA says a ladder must be inspected regularly for visible defects by a competent person and after any incident that could affect its safe use. Check your ladder for damage before each use. If a ladder is damaged, label it, **Do not use**, and take it away until it is fixed. Destroy it if it can't be fixed.



## Reporta cualquier lesión a tu Supervisor el día que ocurra el incidente

### Uso Seguro de Escaleras Tipo 1-A (TYPE 1-A) Soporte de 300 lbs



Año tras año, unos 50 trabajadores de la construcción mueren debido a caídas desde una escalera. Más de la mitad de las personas que han muerto son personas que estaban trabajando subidas en una escalera. La gente que se cae al bajarse es el doble de la gente que se cae al subirse. La causa principal de las caídas desde una escalera recta y una escalera de extensión es el deslizamiento de la base de la misma. Para las escaleras que se sostienen solas o las escaleras de tijera, la causa principal es irse de lado. Muchos de los trabajadores que tienen que trasladar la escalera también terminan con la espalda lesionada.

#### Protéjase

- En esta Compañía elija equipo adecuado.
- Elija una escalera que tenga la longitud apropiada para subir al ático, los trusses y techos al cada trabajo.
- Las escaleras comerciales tienen una calcomanía que informa sobre la capacidad máxima de peso. Aquí Utilice sólo escaleras de TIPO IA que pueden soportar **300 libras**. Las escaleras de color anaranjadas son de marca Warner y Louisville y el color naranja nota que es de TIPO 1A. 1ª, OSHA requiere que las escaleras portátiles hechas en la obra de construcción deben ser de Máximo Capacidad de TIPO 1 (250 lbs) y más altas.
- Los escalones (peldaños), los listones y travesaños, deben ser paralelos y deben estar nivelados y espaciados parejamente (el espaciado debe ser de entre 10 y 14 pulgadas, para la mayoría de las escaleras). Los escalones y travesaños de las escaleras de metal deberán estar acanalados o rugosos para reducir al mínimo las posibilidades de deslizarse. Las zancas (soportes) deben estar separadas a una distancia de por lo menos 11.5 pulgadas.
- Las piezas de la escalera deberán estar lisas para impedir que ocasionen perforaciones, heridas o que la ropa se enganche.

#### Colocación de una escalera

- Mantenga todo tipo de escaleras (y herramientas) a una distancia mínima de 10 pies de los cables de alto voltaje y de cualquier otra obstrucción que pudiera haber en lo alto. El aluminio e incluso las escaleras de madera que estén húmedas o sucias o las escaleras de fibra de vidrio pueden conducir electricidad.
- Coloque la escalera en suelo firme y parejo. Use los niveladores de escaleras si el suelo es disparejo. De ser necesario, asegure la escalera: amárrela, use tacos anti-deslizantes o pídale a alguien que la sostenga firmemente. (Una escalera en una superficie resbalosa debe amarrarse o sostenerse con firmeza.)
- Mantenga despejada el área alrededor de la parte de arriba y la parte de abajo de la escalera. En los pasadizos, puertas, o en cualquier lugar traficado, asegure la escalera o ponga barricadas alrededor del área para evitar peligros.
- No coloque la escalera sobre un andamio, caja o cualquier otra base inestable.
- **Escaleras de tijera:** Las cuatro zancas deben quedar sobre suelo firme y parejo; deben estar bien aseguradas y completamente abiertas. Nunca coloque una escalera de tijera contra la pared. Nunca apoye una escalera de tijera contra una pared a menos que la escalera esté diseñada tipo LeanSafe que, debido a su nuevo diseño, permite que se apoye de manera segura contra la superficie de pared vertical, en una esquina interior o exterior.
- **Escaleras rectas y de extensión:** La base de la escalera debe estar a 1 pie del edificio (o del lugar donde esté apoyada, tal como un alero) por cada 4 pies de longitud medida hasta que la escalera llegue a su posición de descanso. Para darse una buena idea de la longitud de la escalera, cuente los escalones (peldaños) los cuales tienen una separación de 1 pie.
- Después de colocar una escalera de extensión, asegure bien la parte de arriba. Las partes de las escaleras de extensión deben traslaparse por lo menos unos 3 pies si la escalera mide 32 pies, unos 4 pies si la escalera mide entre 32 y 48 pies, o unos 5 pies si la escalera mide entre 48 y 60 pies.
- Las dos zancas deben descansar parejamente sobre los puntos de apoyo a menos que la escalera tenga un acoplamiento que utilice sólo un punto de apoyo.
- Cuando vaya a utilizar una escalera para subirse y bajarse de un techo, asegúrela con amarras. La parte superior de la escalera debiera sobresalir por lo menos unos 3 pies por encima del techo para que se pueda considerar segura. Si hubiera una pared alta de protección, use una escalera u otra forma de subirse y bajarse a la pared.

#### Para utilizar una escalera

- Siempre revise la escalera antes de utilizarla; revísela de nuevo si ha estado descuidada.
- Siempre mire hacia la escalera cuando la esté utilizando.
- Póngase zapatos con suela antideslizante.
- Mantenga siempre tres puntos de contacto (por ejemplo, una mano y dos pies).
- Mantenga su cuerpo centrado dentro de las zancas de la escalera para no ladearla.
- Nunca se pare en la parte de arriba ni en el peldaño más alto de una escalera de tijera, ni sobre los últimos 3 peldaños de una escalera de extensión o recta.
- No lleve nada en las manos cuando vaya para arriba o para abajo o al subirse o bajarse de un nivel a otro. Póngase cualquier objeto que tenga que llevar en el cinturón o jálalo con una cuerda después de haber llegado a su punto de trabajo.
- No use la escalera si está haciendo mucho viento.
- Nunca mueva la escalera si alguien está en ella.

Recordatorio **Inspección de la escalera** - OSHA exige que una persona competente examine la escalera regularmente para ver si tiene algún defecto visible y después de cualquier incidente que pudiera afectar el uso. Antes de cada uso, revise la escalera para ver si no tiene daños. Si la escalera estuviera dañada, póngale el rótulo "Do not use" (No usar) y apártela hasta que la reparen. Si no se la puede reparar, destrúyala.