

## Ladder Safety in English & Spanish

### **LADDER SAFETY**

The ladder is one of the most frequently used pieces of equipment on the job. They are also a tool that we use improperly and leads to many severe injuries. Major factors contributing to ladder accidents are:

Climbing or descending improperly

Failing to secure or tie-off the ladder at the top or failure to

secure the ladder at the bottom

Using broken or damaged ladders

Carrying objects while climbing or descending.

Generally, commercial ladders are constructed properly and of sound material. However, after they have been in use for some time, they are often damaged by rough handling, being struck by heavy objects, and other causes. Failure to report a defect on the part of anyone using a damaged ladder may cause serious injury.

Follow these safety rules for ladders:

You will hear many arguments about the best way to climb a ladder. Many people say, "Use the hands on the rungs." Others say "Grip the side rails." Everyone agrees that either method is fine, as long as you use BOTH HANDS.

Too often, ladders are not secured either at the top or at the bottom. It takes only a few minutes to tie off a ladder. Set ladders at the proper angle. Ladders should be set at a 1 to 4 pitch (That's 1 foot out for each 4 feet of height.) Ladders must be long enough to extend AT LEAST 3 FEET above the landing and tied-off.

When it is necessary to get tools and/or materials from the ground up to the work level, or down again, do not carry them on the ladder. Use a hand line to haul them up or let them down. Ladders are an important tool in construction, use them safely.

### **Seguridad Con Escaleras**

(Ladder Safety)

La escalera es una de las herramientas que usamos con mas frecuencia en el trabajo. Como se usa con frecuencia tendemos a usarla de manera inapropiada, y esto resulta en accidentes y heridas en el trabajo.

Unos de los factores que causan accidentes en el uso de escaleras son.

Al subir y bajar de forma inapropiada.

Cometiendo faltas como no asegurar la escalera amarrando la de la

parte alta o de abajo.

El uso de escaleras que fueron dañadas o rotas

El uso de la escalera para subir y bajar objetos.

Generalmente, la escalera esta construida de materiales fuertes y solidos, pero el uso continuo y rudo; o aveces el ser golpeadas por objetos y otras causas estas escaleras son dañadas. El cometer la falta de no reportar que la escalera esta dada podria resultar en una herida muy seria.

Sigue estas reglas de seguridad cuando usas la escalera:

Vas a oiyer muchas discuciones de cual es la mejor manera de subir una escalera. Muchos dirian, "Usa los trabesaños para sostener te al subir." Y todos estariamos de acuerdo siempre y cuando se usan las dos manos.

Con frecuencia usamos escaleras que no estan amarradas de arriba o abajo, el proceso se toma solo unos minutos, sentimos la escalera firme y inclinese de manera que se incline un pie por cada cuatro pies que sabe, la escalera debe de esta suficiente larga o alta que sobre salga por lo menos tres pies de la plata forma y que esté amarrada.

Cuando es necesario subir o bajar herramientas o materiales usa otros metodos nunca uses la escalera, usa un mecáte o cuerda para subir o bajar lo. La escalera es una herramienta importante en la construcción usala de una manera correcta y segura.