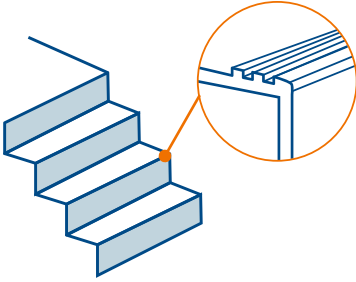


¿Cómo podemos evitar accidentes durante el uso de escaleras fijas?

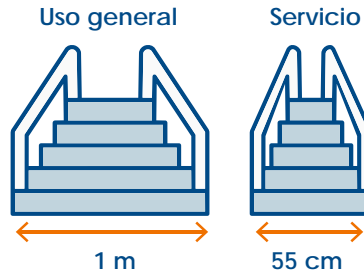
### > Medidas constructivas o de diseño

A continuación, detallamos requisitos estructurales que deben cumplir las escaleras fijas:

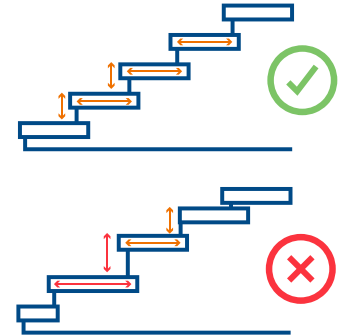
- 1** Los pavimentos de las escaleras serán de **materiales no resbaladizos** o dispondrán de **elementos antideslizantes**.



- 2** Las escaleras tendrán una **anchura mínima de 1 metro**, excepto en las de servicio, que será de 55 centímetros.



- 3** Los peldaños de una escalera tendrán las mismas dimensiones.

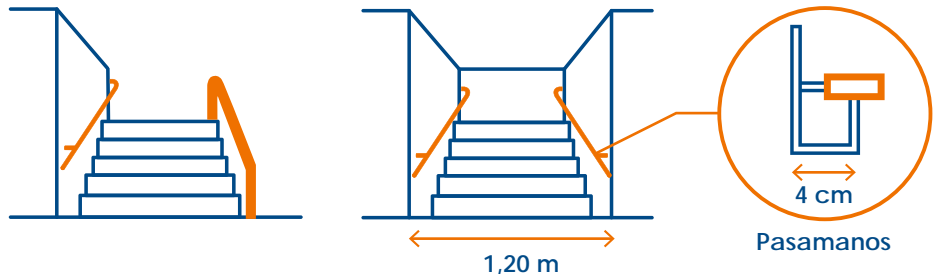


- 4** Se **prohíben** las escaleras de caracol salvo excepciones técnicas justificadas como escaleras de servicio.

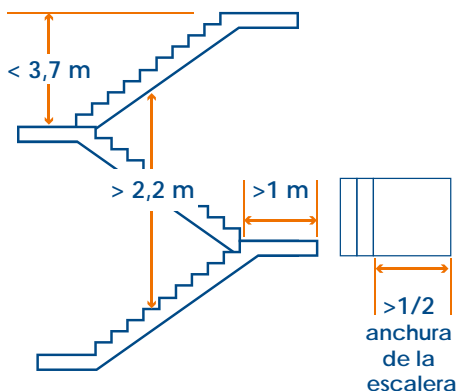


- 5** Las escaleras de **más de 4 escalones** (equivalente a salvar una altura de 55 cm) **dispondrán de barandilla en el lado o lados donde se pueda producir una caída y de pasamanos en el lado cerrado**.

Cuando la escalera tiene una **anchura libre igual o superior a 1,20 metros**, o no se dispone de un itinerario alternativo, deberá disponer de **pasamanos en ambos lados**. En cualquier caso, el pasamanos será **firme y de fácil agarre**, estará **separado del paramento al menos 4 cm** y su sistema de sujeción no interferirá el paso continuo de la mano.

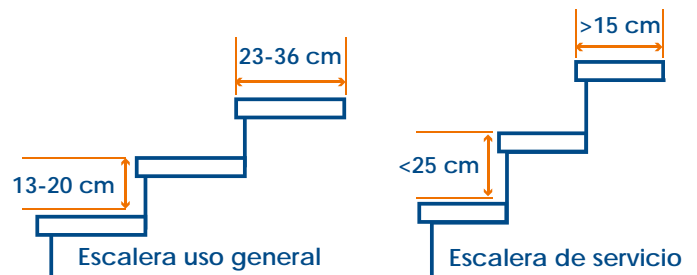


- 6** La **altura máxima entre los descansos** de las escaleras será de 3,7 metros. La profundidad de los descansos intermedios, medida en dirección a la escalera, no será menor que la mitad de la anchura de ésta, ni de 1 metro. El espacio libre vertical desde los peldaños no será inferior a 2,2 metros.

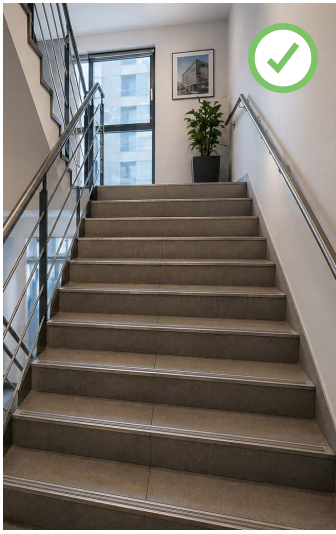


- 7** Los escalones de las escaleras, que no sean de servicio, tendrán una **huella comprendida entre 23 y 36 centímetros**, y una **contrahuella entre 13 y 20 centímetros**.

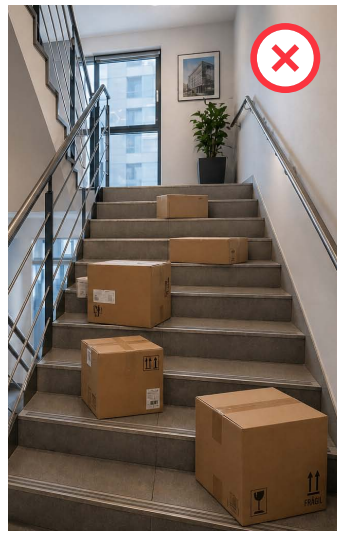
En el caso de tratarse de **escaleras de servicio** tendrán una **huella mínima de 15 centímetros** y una **contrahuella máxima de 25 centímetros**.



### > Medidas relativas al orden y la limpieza



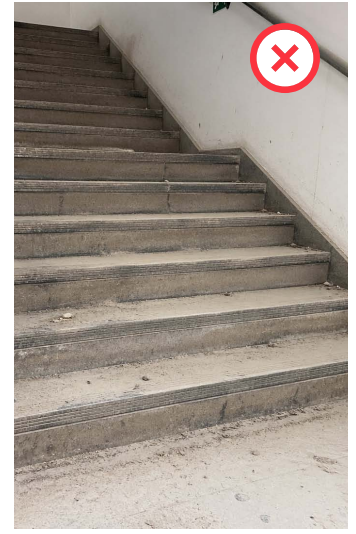
Mantener la escalera libre de obstáculos (cajas, cables, herramientas).



No utilizar las escaleras como zona de almacenamiento.



Limpiar inmediatamente cualquier derrame de líquidos. En caso de que el suelo esté húmedo, se deberá indicar mediante una señal de suelo mojado, en un lugar visible.



Evitar acumulación de polvo o suciedad que provoque resbalones.

### > Medidas relativas a la iluminación



La iluminación de las escaleras de trabajo deberá permitir que las personas trabajadoras dispongan de condiciones de visibilidad adecuadas para poder circular por las mismas. Las escaleras deben estar perfectamente iluminadas, en función de actividad desarrollada, número de personas que la utilizan y frecuencia de uso. En este sentido, la iluminación mínima exigible a una escalera para utilizarla con seguridad es de 100 lux.

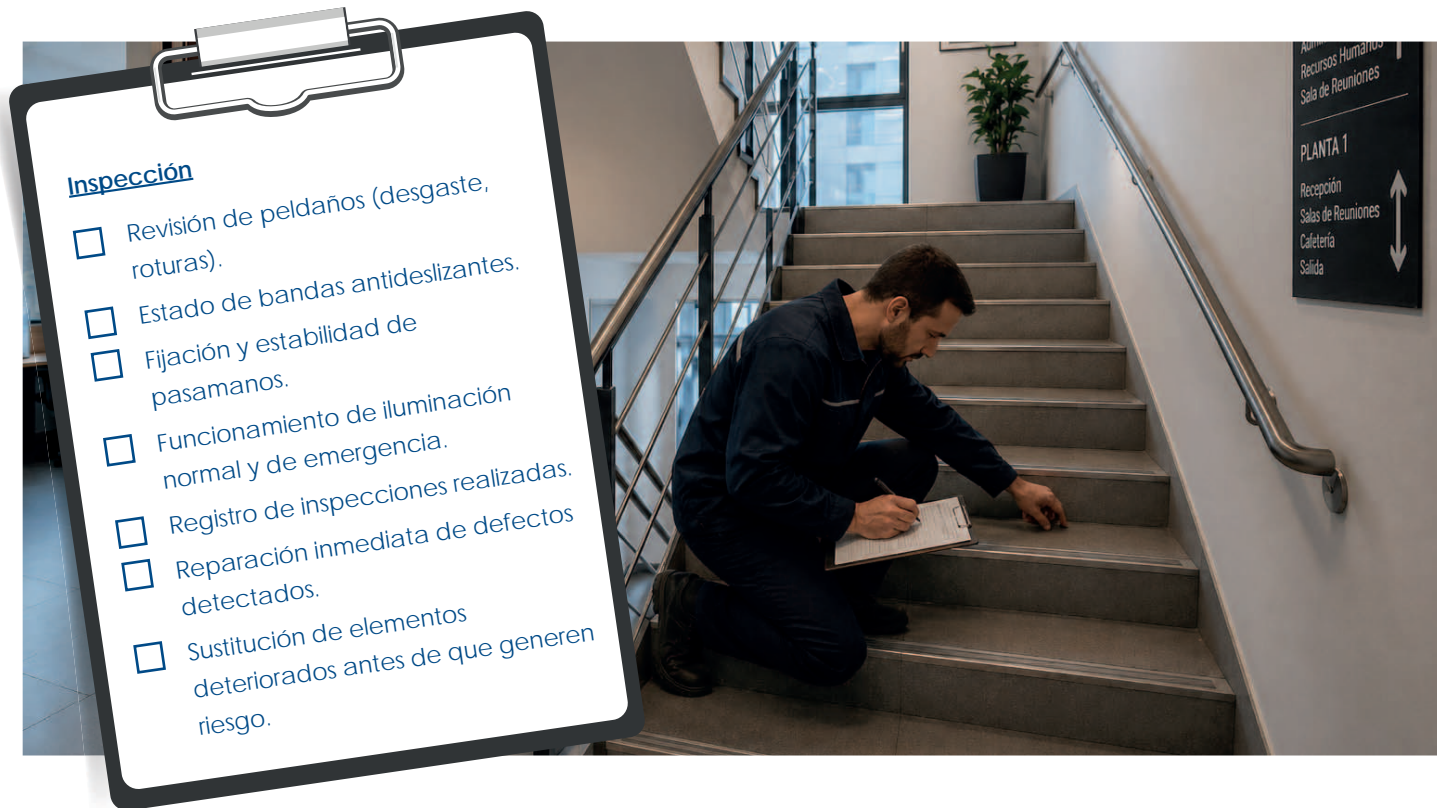


En las zonas de los establecimientos de uso de pública concurrencia en las que la actividad se desarrolle con un nivel bajo de iluminación, como es el caso de los cines, teatros, auditorios, discotecas, etc., se dispondrá una iluminación de balizamiento en las rampas y en cada uno de los peldaños de las escaleras.

Iluminación mínima exigible 100 lux

### > Medidas relativas a inspección y mantenimiento

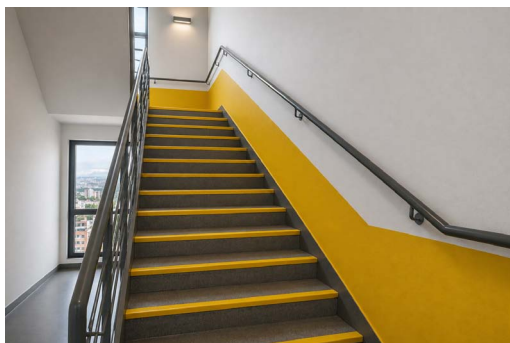
Establecer un **plan de mantenimiento periódico** (por ejemplo, cada 3 meses), para poder **detectar posibles anomalías y mantener un correcto estado** de la escalera y todos sus elementos, que incluya:



**Evitar la presencia de alfombras o felpudos sueltos**, mal fijados o deteriorados, tanto en los accesos como en la propia escalera, ya que pueden provocar tropiezos o deslizamientos. En caso necesario, utilizar únicamente alfombras/felpudos:

- Antideslizantes y con base adherente.
- Correctamente fijadas al suelo o encastradas.
- En buen estado de conservación (sin arrugas, pliegues o bordes levantados).
- Realizar revisiones periódicas para comprobar su correcta colocación y estado.

### > Medidas relativas a señalización



A veces se recurre a **sistemas de señalización y advertencia** para prevenir caídas durante el uso de escaleras, como refuerzo en la implantación del resto de medidas. Estos sistemas consisten en **pintar con un color distinto las huellas de los peldaños, colocar un material distinto en el borde de los escalones, incluso pintar un zócalo en la pared en sentido descendente hasta una altura ligeramente superior al pasamanos.**

### > Medidas relativas a normas de uso

Las personas trabajadoras deben cumplir las siguientes normas de uso:

1



Subir y/o bajar las escaleras de forma tranquila, **evitando las prisas**. Mirar siempre en el sentido de la marcha (evitar subir y/o bajar de espaldas).

2



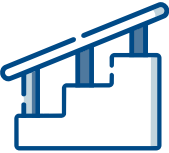
**Extremar la precaución** a la hora de subir y/o bajar escaleras, **evitando despistes como el uso de móvil** (mirando la pantalla, realizando llamadas), charlar con otras personas, etc.

3



**No usar la escalera** si está en exterior, o hacerlo **extremando la precaución**, en condiciones meteorológicas adversas (**lluvia intensa, hielo, viento fuerte**) recurriendo a otras vías de acceso alternativas, si existen.

4



Utilizar siempre que sea posible **las barandillas y/o los pasamanos**.

5



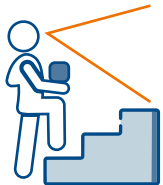
Uso de calzado apropiado: plano y con suela antideslizante.

6



**No subir y/o bajar dando saltos** o de dos en dos peldaños.

7



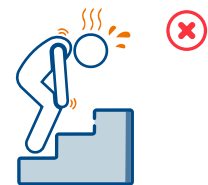
Tener buena **visibilidad** a la hora de subir y/o bajar si se transportan cargas.

8



En zonas de **alta afluencia**, establecer **normas de circulación** (por ejemplo, circular por la derecha).

9



**No utilizar escaleras** si se presentan **condiciones personales de riesgo**: mareos, fatiga, problemas de visión, etc.

10



Avisar al servicio de mantenimiento o responsable inmediato sobre incidencias detectadas: deficiente iluminación, presencia de obstáculos y/o suciedad, desperfectos, etc.