



Escaleras domésticas

Seguridad en las alturas

Las escaleras ayudan a llegar a los lugares más altos para solventar numerosos contratiempos domésticos, pero deben hacerlo sin riesgos



Ocultas casi todos los días del año, las escaleras domésticas se convierten en el momento menos pensado en la única herramienta para solventar numerosos contratiempos y tareas en el hogar. Además de útiles, deben ser seguras. Una simple tarea como cambiar una bombilla fundida, arreglar una persiana o colgar un cuadro puede acabar en un accidente porque la escalera no soporta el peso, porque es muy vieja y no cumple las condiciones exigidas para su uso.

La oferta es variada tanto en materiales como en peso y altura. El primer paso para una buena elección es determinar qué tamaño se necesita. De ello dependerá el número de escalones, que suele estar entre tres y ocho, y la altura. Con tres peldaños se puede trabajar a unos 2,5 metros, con cuatro peldaños a 2,75 metros, con cinco peldaños a casi 3 metros y con ocho peldaños se rozan los 4 metros. A más peldaños, más peso y mayor incomodidad en su manejo. El peso ideal ronda los cuatro kilos, con una resistencia mínima de 150 kilos.

En cuanto al precio, el abanico es amplio: desde 20 euros hasta más de 300. Con independencia de su coste, deben estar certificadas por la normativa europea UNE-EN 131.

Esta información debe quedar recogida en la etiqueta junto a las instrucciones. Antes de llevarse la escalera a casa es conveniente probarla en el propio comercio y verificar su estabilidad y solidez.

Materiales

La diversidad de materiales con los que se construyen este tipo de escaleras es amplia. Las más comunes son las de aluminio -aunque también es posible encontrarlas en madera, fibra de vidrio, plástico o acero- y de tipo tijera, es decir, con una articulación que permite su plegado.

- ✦ **Aleación de aluminio.** Es ligera e inoxidable, aunque más frágil. La normativa establece que el espesor mínimo de todas las partes de aluminio es de 1,2 milímetros.
 - **Precio.** Entre 20 euros (3 peldaños) y 50 euros (6 peldaños).
- ✦ **Acero.** Herramienta pesada, pero muy resistente: el grosor mínimo del acero debe ser de un milímetro.
 - **Precio.** Entre 35 y 50 euros.
- ✦ **Fibra de vidrio.** Son escaleras ligeras, aislantes de la corriente eléctrica, aunque frágiles en ambientes fríos y con resistencia limitada al calor. Las más caras.
 - **Precio.** Entre 100 y más de 300 euros.
- ✦ **Madera.** Algunas de las variedades más adecuadas son la madera de abeto, pino silvestre o haya. La más aislante, pero una de las menos resistentes.
 - **Precio.** Entre 45 y 120 euros.



Requisitos de una buena escalera

La normativa que rige en la Unión Europea para escaleras portátiles, la norma UNE-EN 131, determina los tipos, dimensiones, cargas a soportar, resistencias y métodos de ensayo, entre otras cuestiones. Esta regulación especifica la necesidad de que las escaleras dispongan de elementos de seguridad que impidan su apertura mientras se usan y obliga a que no haya puntos cortantes y a que los clavos y tornillos estén protegidos para que no se aflojen. También regula los siguientes elementos:

✱ **Peldaños.** La anchura interior, es decir, lo que mide el escalón entre los largueros, tiene que tener un mínimo de 28 centímetros, mientras que la exterior, la de los largueros, debe ser de 34 centímetros. La profundidad del peldaño, donde se apoya todo el pie, tiene que ser igual o superior a 8 centímetros y estar en posición horizontal durante su uso. La distancia mínima entre escalones es de 23 centímetros y la máxima de 30 centímetros. Lo ideal es que los peldaños sean antideslizantes, duros y fijados a los largueros con clavos o cola.

✱ **Plataforma.** Es el último peldaño de la escalera, más ancho que los demás: las dimensiones mínimas son de 25 centímetros de ancho por 25

centímetros de largo. La norma exige que se eleve con un dispositivo en el momento en el que se cierra la escalera y que no se balancee cuando una persona está subida en su borde frontal.

✱ **Barandilla de seguridad.** Se considera que debe tener una altura mínima de 60 centímetros respecto a la plataforma, que actúa como un peldaño más, con el fin de que sirva de punto de apoyo.

✱ **Acabado.** Los bordes, ángulos o partes salientes deben estar biselados o redondeados. Las partes de metal oxidables deben estar protegidas por una capa de pintura u otros revestimientos y los elementos de madera deben estar tratados en todas sus caras y recubiertos con una capa protectora transparente y permeable al vapor de agua.

✱ **Articulaciones.** Las escaleras dobles (que se abren en forma de 'V' invertida) tienen que estar unidas por una articulación duradera, concebida para que ninguna de las partes de la escalera pueda reencontrarse con cualquier otra parte durante su uso. El eje de articulación debe ser de acero y tener un diámetro mínimo de 5,3 milímetros.

✱ **Apoyos en el suelo.** Deben tener en su base dispositivos antideslizantes que se ajusten a los largueros. Su misión es dar estabilidad a la escalera y agarrarla al suelo.✚

LAS ESCALERAS TIENEN QUE ESTAR CERTIFICADAS CON LA NORMATIVA EUROPEA UNE-EN 131

Un uso sin caídas

El principal riesgo de las escaleras es una caída. Para evitarla, sólo hay que seguir los siguientes consejos:

- ▶ Revisar la escalera antes de cada uso.
- ▶ Asentar la base sobre una superficie lisa y extender completamente el tensor.
- ▶ Utilizar calzado antideslizante.
- ▶ Despejar el área que queda sobre la cabeza.
- ▶ Hacer el ascenso, trabajo y descenso con las manos libres, de frente a la escalera, agarrándose a los peldaños o largueros.
- ▶ Mantener el peso del cuerpo equilibrado, no inclinarse o estirarse demasiado.
- ▶ Manipular los materiales con cuidado, no hacer gestos bruscos.
- ▶ Tener siempre una mano en la escalera.
- ▶ No apoyarse en el último peldaño.
- ▶ Limpiar las sustancias que pudieran haber caído sobre la escalera, en especial grasa o aceite.
- ▶ No almacenar la escalera sobre el suelo, sino colgada y apoyada sobre los largueros.
- ▶ En los trabajos eléctricos o en la proximidad de instalaciones eléctricas deben utilizarse escaleras aislantes.
- ▶ No situar la escalera detrás de una puerta, alguien podría abrirla accidentalmente.
- ▶ No usar la escalera si se sufren desmayos o vértigos.
- ▶ No pintar una escalera de madera porque se podría ocultar algún defecto estructural.