

## Trabajo en alturas

---

**Duración** 1 día.

---

**Grupo destinatario** Supervisores de seguridad, responsables de SSPA o QHSE de contratos, cabos, capataces o sobrestantes, todo personal que tenga que ingresar en áreas suspendidas de acceso a una altura superior de 1.80 mts.

---

**Requisitos previos** No aplica.

---

**Objetivo** Al finalizar el curso, el delegado podrá:  
Discutir los riesgos de caída específicos de cada situación.  
Explicar la física de la detención de caídas.  
Comprender la importancia y razón para inspeccionar su arnés antes de cada uso.  
Realizar una inspección el arnés.  
Determinar la capacidad del equipo de detención de caídas.  
Explicar la conexión adecuada a los puntos de anclaje.  
Colocación correcta y ajuste de un Arnés de cuerpo completo.  
Describir la manera correcta de almacenar el equipo de protección contra caídas.

---

**Contenidos** Los siguientes temas serán tratados durante el curso:

- Sistemas y subsistemas personales de atención de caídas.
- Equipos de protección personal.
- Selección apropiada de los sistemas personales de detención de caídas (composición).
- Cuidado de los equipos, inspección, mantenimiento y documentación.
- Factores claves en el uso de equipos para trabajos en alturas.
- Persona en suspensión.
- Prevención de riesgos en trabajos en alturas.
- Uso correcto de escalera.
- Seguridad y uso correcto de andamios.

---

**Examen** Demostración de la competencia para colocarse el EPP específico en sala de capacitación.