



ZERO RISK

CURSO
ALTURAS 8 HORAS
RD 2177/2004

www.zero-risk.es

RESUMEN

El curso de **Trabajos en Alturas** tiene como objetivo proporcionar a los participantes los conocimientos teóricos y prácticos necesarios para realizar trabajos en altura de forma **segura, eficiente y conforme a la normativa vigente**, minimizando el riesgo de caídas y accidentes graves.

Durante la formación se abordan los **principales riesgos asociados a los trabajos en altura**, el uso correcto de los **equipos de protección individual (EPIs)**, los sistemas de anclaje, líneas de vida, las técnicas básicas de seguridad y los procedimientos de actuación en caso de emergencia.

¿A QUIEN VA DIRIGIDO?

a trabajadores que realicen o puedan realizar **trabajos en altura**, dotándoles de los conocimientos necesarios para

OBJETIVOS

El trabajador adquirirá los conocimientos que le permitan realizar trabajos en altura de forma segura. En concreto, los objetivos son:

- *Conocer los **riesgos asociados a los trabajos en altura** en el sector eléctrico.*
- *Identificar **situaciones y escenarios habituales** con riesgo de caída.*
- *Aplicar **medidas preventivas y de protección**, priorizando:*
 - *Eliminación o reducción del riesgo.*
 - *Uso correcto de **protecciones colectivas**.*
 - *Uso adecuado de **equipos de protección individual (EPI)**.*
- *Utilizar de forma segura los **sistemas, equipos y dispositivos anticaídas**.*
- *Sensibilizar sobre la **importancia de adoptar conductas seguras** en trabajos en altura.*

INDICE

1. PRESENTACIÓN DEL CURSO

- Instrucciones de seguridad y emergencias
- Información sobre el centro de formación
- Objetivos del curso
- Sistema de evaluación

Duración del bloque: 0,5 horas

3. FUNDAMENTOS DE LOS TRABAJOS EN ALTURA

- Concepto de trabajo en altura
- Normativa aplicable
- Riesgos asociados a los trabajos en altura
- Responsabilidades del trabajador
- Conductas seguras

Duración del bloque: 1,5 horas

4. IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS Y MEDIDAS

PREVENTIVAS

- Escenarios tipo con riesgo de caída
- Métodos de eliminación o reducción del riesgo
- Protecciones colectivas
- Planificación segura del trabajo

Duración del bloque: 1,5 horas

5. EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL Y SISTEMAS

ANTICAÍDAS

- Arnés anticaídas
- Elementos de amarre
- Dispositivos anticaídas
- Sistemas de anclaje
- Líneas de vida (conceptos generales)
- Revisión básica de EPI

Duración del bloque: 1,5 horas

6. PRÁCTICAS DE TRABAJOS EN ALTURA

- Colocación y ajuste del arnés
- Conexión a sistemas de anclaje
- Uso seguro de elementos de amarre
- Simulación de situaciones reales de trabajo en altura
- Progresión en estructuras (posicionamiento, factor Caída, etc)
- Identificación de errores frecuentes
- Rescate Básico

Duración del bloque: 3,0 horas

DURACIÓN TOTAL DEL CURSO: 8 HORAS





ZERO RISK



Ubicación

Plaza, Zaragoza - C/
Manfredonia nº 10, Nave 7



Email

info@zero-risk.es



Teléfono

Móvil: 621 00 50 73
Fijo: 876 450 330