



ZERO RISK

CURSO
ALTURAS + CUBIERTAS 12h
RD 2177

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, las técnicas básicas de seguridad y los procedimientos de actuación en caso de emergencia. El curso combina teoría con prácticas reales, permitiendo al alumno adquirir confianza y destreza en situaciones habituales de trabajo.

¿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

CURSO DE TRABAJOS EN ALTURAS Y

CUBIERTAS – 12 HORAS

1. INTRODUCCIÓN A LOS TRABAJOS EN ALTURA (1 H)

- Definición y alcance
- Accidentabilidad y consecuencias
- Factores humanos y organizativos

2. NORMATIVA Y MARCO LEGAL (1 H)

- Legislación aplicable en trabajos en altura y cubiertas
- Obligaciones del empresario y del trabajador
- Responsabilidades y sanciones

3. IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS EN ALTURAS Y CUBIERTAS (1,5 H)

- Caídas a distinto nivel
- Riesgos específicos en cubiertas planas, inclinadas y frágiles
- Condiciones meteorológicas y del entorno

4. TIPOLOGÍA DE CUBIERTAS (1 H)

- Cubiertas planas
- Cubiertas inclinadas
- Cubiertas frágiles y lucernarios

5. SISTEMAS DE PROTECCIÓN COLECTIVA (1 H)

- Barandillas y protecciones perimetrales
- Redes de seguridad
- Líneas de vida temporales y permanentes

6. EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPIS) PARA TRABAJOS EN ALTURA (1,5 H)

- Arnés anticaídas
- Conectores, absorbedores y elementos de amarre
- Uso correcto, mantenimiento y revisiones

7. SISTEMAS ANTICAÍDAS Y DE SUJECCIÓN (1 H)

- Sistemas de retención
- Sistemas de sujeción
- Sistemas anticaídas

8. ACCESOS Y MEDIOS AUXILIARES (1 H)

- Escaleras
- Andamios
- Plataformas elevadoras

9. PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO (1 H)

- Evaluación de riesgos
- Procedimientos de trabajo seguro
- Coordinación de actividades empresariales

10. ACTUACIÓN EN CASO DE EMERGENCIA Y RESCATE (1 H)

- Plan de rescate en altura
- Primeros auxilios básicos

11. FORMACIÓN PRÁCTICA EN CUBIERTAS (2 H)

- Colocación y ajuste de EPIS
- Instalación de sistemas de seguridad
- Desplazamiento y trabajos reales en cubierta



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