

## **CONTENIDOS FORMATIVOS.**

### **FORMACIÓN TRABAJOS EN ALTURA 8H.**

*“Según el art. 19 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, RD 1215/1997 Equip. Trabajo y RD 2177/04 Trabajos Altura.”*

#### **A. Definición de los trabajos. Conocimiento del entorno.**

1. Conceptos básicos - dinámica de una caída.
2. Sistemas para trabajos en vertical - instalación, mantenimiento.
3. Líneas de anclaje / Líneas de vida - instalación, mantenimiento.
4. Sistemas de sujeción y/o progresión sobre cuerdas - Instalación, mantenimiento, maniobras habituales.
5. Trabajos verticales especiales.
  - 5.1 En postes.
  - 5.2 En frentes rocosos, taludes.
  - 5.3 En tejados, cubiertas.
  - 5.4 En postes, torres, pilares, antenas.
  - 5.5 De Rescate y evacuación.
6. Trabajos con medios auxiliares: escaleras, andamios, plataformas elevadoras accesorios de elevación.
7. Trabajos en entornos especiales: con circulación, líneas eléctricas en proximidad, climatología adversa.
8. Trabajos con exposición a: agentes biológicos y contaminantes químicos.
9. Ergonomía / manipulación de cargas.
  - 9.1 Manipulación manual de cargas.
  - 9.2 Posturas forzadas.
  - 9.3 Movimientos repetitivos.
  - 9.4 El asiento.

#### **B. Riesgos y Medidas Preventivas.**

##### **1. Identificación de riesgos.**

- 1.1. Relacionados con el entorno de trabajo y las condiciones ambientales.
- 1.2. Relacionados con el trabajo en altura.
- 1.3. Relacionados con trabajos especiales
- 1.4. Relacionados con máquinas/equipos, herramientas, útiles, medios auxiliares.
- 1.5. Relacionados con la exposición a riesgos biológicos.
- 1.6. Relacionados con la exposición a productos químicos.

- 1.7. Relacionados con la ergonomía / carga física.

##### **2. Evaluación de riesgos.**

3. M.P. relacionadas con el entorno, las condiciones ambientales y la altura.
4. MP. relacionadas con máquinas, equipos, medios auxiliares.
5. M.P. relacionadas con trabajos especiales.
6. M.P. relacionadas con la manipulación de productos químicos.
7. M.P. relacionadas con la carga mental.
8. MP. relacionadas con la ergonomía / carga física.
9. Técnicas preventivas específicas.
  - 10.1 Protecciones colectivas.
  - 10.2 Protecciones individuales.
  - 10.3 Señalización de seguridad.

#### **PARTE PRÁCTICA:**

- A. DEFINIR LOS RIESGOS ASOCIADOS A LOS TRABAJOS EN ALTURA.**
- B. EXPONER LOS TRABAJOS EN ALTURA MÁS COMUNES.**
- C. DESCRIBIR LOS ELEMENTOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI'S) PARA CADA UNO DE LOS CASOS.**
- D. ENUNCIAR LAS DISPOSICIONES MÍNIMAS DE SEGURIDAD PARA LA UTILIZACIÓN, POR PARTE DE LOS TRABAJADORES, DE LOS EQUIPOS DE TRABAJO TEMPORAL DE ALTURA.**
- E. ASUMIR Y FOMENTAR MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y HÁBITOS DE TRABAJO.**

