CURSO · PREVENCIÓN DE RIESGOS

Trabajo en Altura para Principiantes: Nivel Básico

MODALIDAD	DURACIÓN	DISTRIBUCIÓN REFERENCIAL
Online en vivo	**8 horas cronológicas**	**75 % teoría · 25 % práctica**

DESCRIPCIÓN

Curso de nivel básico, paso a paso, para quienes se inician en trabajos en altura: riesgos de caída, arnés, anclajes, líneas de vida y distancia libre de caída.

OBJETIVO GENERAL

Al finalizar el curso, los participantes serán capaces de identificar los riesgos de caída en trabajos en altura física, seleccionar e inspeccionar los componentes de un sistema personal de detención de caídas, elegir puntos de anclaje y líneas de vida adecuados, calcular la distancia libre de caída y aplicar procedimientos de trabajo seguro y de rescate.

DIRIGIDO A

Trabajadores que realizan tareas en altura en construcción, montaje, mantención, telecomunicaciones, energía, industria y servicios, además de supervisores, capataces e integrantes de comités paritarios.

APRENDIZAJES ESPERADOS

- Reconocer cuándo una tarea es trabajo en altura física y cuáles son sus principales riesgos.
- Aplicar la jerarquía de controles a los riesgos de caída: protección colectiva antes que individual.
- Seleccionar, ajustar e inspeccionar arnés, estrobos, absorbedores y conectores.
- Elegir puntos de anclaje y líneas de vida y calcular la distancia libre de caída.
- Aplicar permisos de trabajo, procedimientos seguros y un plan de rescate ante una caída.

CONTENIDOS

Módulo 1: Trabajo en altura y marco preventivo

- Concepto de trabajo en altura física
- Accidentes por caídas en Chile
- Ley 16.744 y DS 44
- Responsabilidades

Módulo 2: Riesgos y jerarquía de controles

- Peligros de caída a distinto nivel
- Caída de objetos
- Protección colectiva
- Protección individual

Módulo 3: Sistema personal de detención de caídas

- Arnés de cuerpo completo
- Estrobos y absorbedores de energía

- Conectores
- Normas NCh 1258

Módulo 4: Anclajes y líneas de vida

- Requisitos de un punto de anclaje
- Líneas de vida horizontales y verticales
- Factor de caída
- Efecto péndulo

Módulo 5: Distancia libre de caída

- Componentes del cálculo
- Ejemplos con estrobo y retráctil
- Errores frecuentes
- Decisiones según el resultado

Módulo 6: Escaleras, andamios y plataformas

- Escaleras portátiles
- Andamios
- Plataformas elevadoras
- Techumbres y bordes

Módulo 7: Procedimientos, inspección y rescate

- Permiso de trabajo en altura
- Inspección pre-uso
- Trauma por suspensión
- Plan de rescate

METODOLOGÍA

Clases en vivo con demostraciones de equipos, análisis de casos reales de caídas, ejercicios de cálculo y escenas 3D o simuladores de inspección de equipos y selección de anclajes.

EVALUACIÓN

Evaluación de los aprendizajes mediante actividades prácticas y/o prueba final. Quienes aprueban reciben un certificado de participación emitido por Saberes OTEC SpA, verificable en saberesotec.cl.

> **Contenido propuesto y adaptable.** Este programa es una propuesta referencial: los contenidos, la duración y la modalidad están sujetos a cambios según los requerimientos del cliente y se adaptan al giro y tipo de negocio de cada empresa. El curso puede dictarse en forma presencial, online en vivo o e-learning.