

TRABAJO EN ALTURA

Introducción a Trabajos en Altura

- ✓ Definición y alcance de trabajos en altura.
- ✓ Estadísticas de accidentes y su impacto en la seguridad laboral.
- ✓ Responsabilidades legales y éticas en trabajos.

Análisis de Riesgos en Trabajos en Altura

- ✓ Identificación y evaluación de riesgos específicos.
- ✓ Métodos de análisis de riesgos en entornos elevados.
- ✓ Desarrollo de estrategias para minimizar riesgos.

Uso Seguro de Equipos de Protección Personal en Altura (EPP)

- ✓ Selección y correcto ajuste de equipos de protección personal.
- ✓ Tipos de arneses, cascos y otros elementos de EPP.
- ✓ Mantenimiento y almacenamiento adecuado de equipos.

Técnicas de Ascenso y Descenso

- ✓ Métodos seguros para subir y bajar en estructuras elevadas.
- ✓ Uso de cuerdas, escaleras y sistemas de ascenso.
- ✓ Entrenamiento práctico en técnicas de ascenso y descenso.

Manejo de Equipos y Herramientas en Altura

- ✓ Seguridad en el transporte y uso de herramientas.
- ✓ Procedimientos para el trabajo con equipos pesados en altura.
- ✓ Almacenamiento seguro de herramientas y materiales.

Comunicación Efectiva y Coordinación en Trabajos en Altura

- ✓ Importancia de la comunicación en equipos de trabajo en altura.
- ✓ Estrategias para una coordinación efectiva entre trabajadores.
- ✓ Señalización y sistemas de comunicación en altura.

Prevención de Fatiga y Estrés en Trabajos Elevados

- ✓ Reconocimiento de factores que contribuyen a la fatiga.
- ✓ Estrategias para manejar el estrés y la fatiga en entornos elevados.
- ✓ Pausas y descansos programados durante el trabajo en altura.

Primeros Auxilios Específicos para Incidentes en Altura

- ✓ Acciones inmediatas en casos de lesiones o incidentes en altura.
- ✓ Uso de kits de primeros auxilios específicos para trabajos elevados.
- ✓ Coordinación con servicios médicos de emergencia.

Ergonomía en Trabajos en Altura

- ✓ Principios básicos de ergonomía aplicados a trabajos elevados.
- ✓ Diseño de estaciones de trabajo y herramientas ergonómicas.
Prevencción de lesiones relacionadas con la postura en altura.

Inspecciones y Mantenimiento de Equipos de Trabajo en Altura

- ✓ Procedimientos de inspección previa al trabajo en equipos y estructuras.
- ✓ Mantenimiento preventivo y correctivo de equipos.
- ✓ Registro y documentación de inspecciones.

Adaptación a Condiciones Climáticas en Trabajos Elevados

- ✓ Reconocimiento de condiciones climáticas adversas.
- ✓ Procedimientos de seguridad durante lluvias, vientos u otras condiciones extremas.
- ✓ Uso de equipos de protección adecuados para diferentes condiciones

Evaluación Continua y Mejora de los Procedimientos en Trabajos en Altura

- ✓ Implementación de sistemas de evaluación del desempeño.
- ✓ Retroalimentación de trabajadores y supervisores.
- ✓ Mejora continua de políticas y procedimientos en trabajos elevados.