

Temario — Trabajos en altura

Datos generales

Campo	Detalle
Curso	Trabajos en altura
Organiza	Safety Work Proyectos SAC — RUC 20556464651
Dirigido a	Trabajadores, técnicos y supervisores que realizan tareas a 1,8 m o más sobre el nivel inferior: escaleras, andamios, plataformas elevadoras y techos
Requisito	Aptitud médica para trabajos en altura vigente
Contacto	(51) 650 9749 · Cel. (51) 987 741 750 · soporte.safetywork@gmail.com · safetyworkproyectos.com

Objetivos

Objetivo general. Prevenir caídas a distinto nivel mediante la identificación de riesgos y el uso correcto de medidas de protección colectiva e individual en trabajos en altura.

Objetivos específicos. Al finalizar el curso, el participante será capaz de:

1. Definir qué es trabajo en altura e identificar la normativa aplicable.
2. Reconocer los riesgos y las causas humanas, materiales y ambientales de las caídas.
3. Aplicar las reglas básicas de uso de escaleras, andamios y plataformas elevadoras.
4. Implementar medidas de protección colectiva: delimitación, señalización y barandas.
5. Seleccionar, inspeccionar y colocarse correctamente el arnés y el sistema anticaídas.
6. Reconocer el trauma por suspensión y la posición adecuada tras el rescate.

Base legal y normativa

Norma	Alcance
Ley N° 29783	Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo

Norma	Alcance
Ley N° 30222	Modificatoria de la Ley N° 29783
D.S. N° 005-2012-TR	Reglamento de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo
D.S. N° 006-2014-TR	Modificatoria del D.S. N° 005-2012-TR
D.S. N° 024-2016-EM	Reglamento de SSO en Minería (Cap. XIV, trabajos de alto riesgo)
D.S. N° 023-2017-EM	Modificatoria del Reglamento de SSO en Minería
D.S. N° 42-F	Reglamento de Seguridad Industrial
NTP 400.034	Requisitos para andamios
OSHA 29 CFR 1910.66 / 1926.451 / 1926.502	Plataformas, andamios y sistemas de protección contra caídas
ANSI A14.3	Escaleras fijas
ANSI Z359.1	Arnés de cuerpo entero y sistemas anticaídas

Contenido temático

Inicio. Normas de reunión.

Tema 01 — Introducción y marco legal

- Estadísticas de caídas
- Normativa aplicable
- Definición de trabajo en altura (1,8 m)
- D.S. N° 024-2016-EM: trabajos de alto riesgo, escaleras y andamios

Tema 02 — Riesgos y causas de caídas

- Riesgos principales y caídas a distinto nivel
- Causas físicas, psicológicas y formativas
- Causas materiales, uso inadecuado de EPP y factores ambientales

Tema 03 — Escaleras portátiles y fijas

- Consideraciones iniciales y reglas básicas
- Escaleras fijas, plataformas, guardacuerpos y pasamanos

Tema 04 — Andamios

- Requisitos NTP 400.034 y OSHA 1926.451
- Montaje, base adecuada y reglas básicas
- Tarjetas de control de andamios

Tema 05 — Elevadores y plataformas

- Plataformas autopropulsadas de tijera
- Plataformas articuladas o telescópicas
- Reglas básicas de uso

Tema 06 — Medidas de prevención y protección colectiva

- Delimitación y señalización de áreas
- Barandas

Tema 07 — Protección individual contra caídas

- EPP y sistemas anticaídas
- Dispositivos deslizantes y con absorbedor de energía
- Cinturones de seguridad
- Mantenimiento y caducidad de los equipos

Tema 08 — Medidas activas: anclajes, arnés y línea de vida

- Puntos de anclaje fijos y móviles
- Arnés, eslingas con absorbedor e inspección
- Línea de vida, caída libre y dinámica de una caída
- Colocación del arnés paso a paso

Tema 09 — Efectos de las caídas en la salud

- Suspensión y trauma por suspensión
- Posición del trabajador después del rescate

Cierre. Preguntas y evaluación.

Metodología, evaluación y certificación

- **Metodología:** exposición participativa con casos reales y práctica de inspección y colocación del arnés.
- **Evaluación:** examen escrito de opción múltiple al cierre del curso; nota mínima aprobatoria 14 (escala vigesimal).
- **Certificación:** certificado emitido por Safety Work Proyectos SAC a los participantes aprobados, con código de registro verificable en safetyworkproyectos.com.