

► CURS DE FORMACIÓ TREBALLS EN ALÇADA NIVELL 1 TELCO

**DURADA:** 6 hores (3 hores teòriques i 3 hores pràctiques)

**MODALITAT:** Presencial TEÒRIC I PRÀCTIC

### DESCRIPCIÓ

Dirigit als professionals del sector de les Telecomunicacions que desenvolupin **treballs en altura, en escales manuals, escales fixes, bastides, pals de fusta, pals de formigó i cobertes amb protecció**. Els cursos abasten totes les matèries i operacions bàsiques per dur a terme de manera segura les tasques amb risc en altura mitjançant tots els sistemes de seguretat anticaigudes. Amb les classes teòriques es pretén abordar amb profunditat els punts més crítics de la seguretat en alçada. Les classes pràctiques estan pensades perquè l'alumne d'una manera natural i amena aprengui les maniobres i equips més actuals del món dels anticaigudes.

### METODOLOGIA

La metodologia de les formacions de LEVELINSTRUKTA està enfocada a assolir l'equilibri perfecte entre els continguts teòrics i pràctics.

Tot i que a LEVELINSTRUKTA la formació pràctica és l'eix fonamental sobre el qual giren totes les nostres accions formatives, no oblidem la importància de la base teòrica en qualsevol formació. A totes les formacions es desenvolupen amb profunditat els continguts legislatius, ampliat amb continguts específics a la formació que s'executa, dotant el participant de nous coneixements per al desenvolupament del seu treball de forma segura i eficient.

### MÈTODE D'AVUACIÓ

- Prova escrita d'assimilació de continguts.
- Per superar el curs i obtenir el certificat acreditatiu de la seva capacitació, l'alumne ha d'haver assistit a la totalitat de les hores, realitzar totes les pràctiques de forma completa i superar la prova de coneixement, destresa i aptitud per a l'exercici.

### OBJECTIUS

- Conèixer els riscos i les mesures preventives dels treballs en alçades.

## FORMACIÓ PER A PROFESSIONALS.

- Promoure la cultura preventiva i la seguretat als treballs amb risc a caiguda.
- Conscienciar els treballadors sobre el risc de caiguda i la necessitat de fer servir els EPI.
- Conèixer, utilitzar i mantenir els diferents equips i sistemes de protecció contra les caigudes.
- Capacitar el treballador per escollir l'equip de protecció adequat per a cada tipus de feina.

### TEMARI DEL CURS

#### **INTRODUCCIÓ**

- Presentació del Centre de Formació.
- Presentació alumnes i formador.
- Presentació dels objectius del curs.

#### **CONTINGUT TEÒRIC**

- Legislació i Normativa Aplicable (Llei PRL i normativa subsidiària. RD 2177/2004 i normes UNE-EN de referència).
- La seguretat i la prevenció de riscos als treballs en altura: conceptes bàsics de seguretat i pautes de caràcter general.
- Descripció, funcions i responsabilitats del recurs preventiu.
- Definició dels factors de caiguda, el passadís de seguretat, la física aplicada a les caigudes i l'efecte pèndol.
- Descripció i parts del sistema anticaigudes (El sistema ABCD del treball en alçada).
- Descripció i informació general EPI: Categories, Fullet informatiu, Etiquetatge, Identificació individual, Revisions, Normes de manteniment i conservació.
- Normes UNE-EN per a EPI anticaigudes.
- Descripció i tipologia de sistemes anticaigudes conforme norma UNE-EN 363.
- Descripció i tipologia de dispositius d'ancoratge conforme a norma UNE-EN 795.
- Pautes de seguretat per a un hissat de càrrega segur. Descripció de sistemes de bloqueig automàtic en ascens i descens.
- Descripció de politges amb sistema autobloquejant.
- Descripció de les conseqüències de la suspensió, síndrome ort estàtica i protocol d'actuació davant d'un accident (PAS).
- Identificació de riscos de caiguda a façanes, pals, escales de mà i bastides.
- Identificació de riscos associats: proximitat risc elèctric i radiacions no ionitzants, proximitat a portes, buits, senyalització de feines, etc.

## FORMACIÓ PER A PROFESSIONALS.

- Tipologia i normes bàsiques de seguretat en escales manuals.
- Tipologia i normes bàsiques de seguretat en treballs sobre pals de formigó i fusta.
- Tipologia i normes bàsiques de seguretat en bastides.
- Tipologia i normes bàsiques de seguretat a PEMP (Plataformes Elevadores Mòbils de Personal).

### CONTINGUT PRÀCTIC

- Identificació i comprovació dels EPI anticaigudes.
- Pautes per al correcte ajust i col·locació dels equips.
- Ascens i descens mitjançant element d'amarratge doble amb absorbidor conforme a EN 355.
- Posicionament en estructures o pals mitjançant element de posicionament conforme a EN 358.
- Ascens i descens mitjançant dispositiu anticaigudes vertical conforme a EN 353/1.
- Ascens i descens mitjançant dispositiu anticaigudes vertical conforme a EN 353/2.
- Maneig de perxes amb ancoratge conforme EN 795 classe B i instal·lació de dispositius anticaigudes verticals.
- Utilització de dispositius anticaigudes retràctil conforme a EN 361.
- Exercicis d'ús segur d'escales manuals amb línia d'ancoratge i sense, sobre façanes i pals.
- Revisió prèvia. Valoració i comprovació de la seguretat del pal.
- Ús de grimpadors.
- Anul·lar l'efecte pèndol.
- Retard de la síndrome ort estàtica.
- Ús correcte de mosquetons de seguretat.