

## DESCRIPCIÓN

El presente curso, pretende brindar los conocimientos básicos de seguridad para el trabajo en altura para Empresas de Limpieza y Mantenimiento.

## ALUMNO OBJETIVO

Toda aquella persona que en algún momento de su actividad laboral se realicen trabajos de limpieza y/o mantenimiento en altura.

## DESARROLLO

Duración: 10 h  
- Teoría: 4 h  
- Práctica: 6 h

Instalaciones: Existe la posibilidad de realizarlo tanto en las instalaciones de Vertisub como en las instalaciones del cliente según preferencia.

Al finalizar el curso se entregará un certificado de capacitación a aquellos alumnos que superen el curso.

## PROGRAMA DEL CURSO

### TEÓRICA

- Normativa Aplicable.
- Normas Básicas de Seguridad.
- Equipos de Protección Individual (EPI'S).
- Equipos de Protección Colectiva.
  - Líneas de Vida Fijas.
  - Líneas de Vida Provisionales.
  - Pasamanos de Seguridad.
- Puntos de Anclaje Estructurales.
- Técnicas de Acceso.
  - Ascenso/Descenso.
  - Aseguramiento.
- Técnicas de Izado de Cargas.
- Técnicas de Rescate Básicas.
- Ergonomía aplicada a los trabajos en Altura.

### PRÁCTICA

- EPI'S.
- Nudos
- Montaje y desmontaje de Líneas de Vida Provisionales.
- Técnicas de Ascenso y Descenso en Sistema Vertical.
- Técnicas de Acceso, Autoaseguramiento.
- Técnicas de Izado de Cargas.
- Técnicas de Rescate Básicas.