

NOMBRE ACCIÓN (*) A DEFINIR POR LA ENTIDAD	PRL SECTOR METAL Y TRABAJOS EN ALTURA
UNIDAD COMPETENCIA (UC) RELACIONADA	MRR_SEAD_UC0409_362 Evaluar y controlar los riesgos derivados de las condiciones de seguridad
c.1) OBJETIVOS (*)	<p>OBJETIVOS GENERALES:</p> <p>Identificar, analizar y verificar los riesgos y las acciones preventivas en el propio puesto de trabajo y su entorno.</p> <p>Trabajar en condiciones de seguridad en altura.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</p> <p>Utilizar de manera segura los diferentes dispositivos de trabajo en altura.</p> <p>Conocer la normativa existente en cuanto al trabajo en altura dentro del ámbito laboral, así como a derechos y obligaciones.</p> <p>Evitar de forma prácticas los vicios y errores más comunes en trabajos en altura.</p> <p>Concienciación del riesgo intrínseco que supone el trabajo en altura sin observar las normas de seguridad.</p> <p>Situar la normativa en lo referente a riesgos y medidas preventivas al puesto de Trabajo.</p> <p>Describir procedimientos y procesos a seguir en materia de riesgos laborales.</p> <p>Sensibilizarse por la prevención de riesgos laborales.</p>
c.2) CONTENIDOS (**)	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer qué supone los diferentes tipos de riesgos que hay en un puesto de trabajo y su entorno y qué son las medidas preventivas que se pueden asumir para evitarlos. (6 horas). • Riesgos y medidas preventivas; Conocimiento del entorno al puesto de trabajo. Planificación de las tareas desde un punto de vista preventivo; Almacenamiento y envasado de material; Manipulación de productos químicos. Ficha de datos de seguridad. Simbología; Orden y limpieza; Señalización. Tráfico por el centro de trabajo. • Marc normativo general y específico en prevención de riesgos. Derechos y obligaciones del trabajador. (3 horas) • Como se organiza la prevención al puesto de trabajo. Presa de conciencia sobre la importancia en prevención de riesgos laborales. Participación, información, consulta y propuestas. • Seguridad viaria. Primeros auxilios y medidas de emergencia. Conocimientos específicos básicos. (3 horas). • Descripción de los procedimientos y procesos seguros del trabajo Y técnicas preventivas específicas del puesto de Trabajo (8 horas). • Aplicación del plan de seguridad y salud en la tarea concreta; Evaluación e

	<p>información específica de riesgos y medidas preventivas; Protecciones colectivas e individuales; Medios auxiliares, equipos y herramientas y los riesgos que se derivan de su uso. Caídas y veces; Riesgos derivados de la manipulación manual de cargas, de herramientas manuales, riesgos posturales, Movimientos repetitivos. Sobreesfuerzos. Contactos térmicos. Exposición a ruidos. Exposición a vibraciones. Fatiga mental.</p> <ul style="list-style-type: none"> • PRINCIPALES RIESGOS EN LOS TRABAJOS EN ALTURA. 1h • EQUIPOS Y MATERIALES EN LOS TRABAJOS EN ALTURA. 1h • MANTENIMIENTO DE LOS EQUIPOS. 1h • PROCEDIMIENTOS DE TRABAJOS SEGUROS: 2H <ul style="list-style-type: none"> ○ TRABAJOS SOBRE CUBIERTAS. ○ TRABAJOS EN ANDAMIOS. ○ TRABAJOS EN ESCALAS. ○ PLAN DE RESCATE. ○ PRIMEROS AUXILIOS. • EJERCICIOS Y PARTE PRÁCTICA EN LOS TRABAJOS EN ALTURA. 4H <ul style="list-style-type: none"> ○ COLOCACIÓN CORRECTA DEL ARNÉS DE SEGURIDAD Y SU UTILIZACIÓN. INTRODUCCIÓN AL MATERIAL TÉCNICO. ○ UTILIZACIÓN Y EJERCICIOS PRÁCTICOS CON ARNESES DE SEGURIDAD Y LÍNEAS DE SUJECCIÓN. ○ MONTAJE Y DESMONTAJE DE LÍNEAS DE VIDA TEMPORALES VERTICALES Y HORIZONTALES. ○ ASCENSO Y DESCENSO A CUBIERTA. ○ TRABAJOS EN CONDICIONES SEGURAS EN CUBIERTAS, ESCALAS MANUALES Y ANDAMIOS.
Contenidos sostenibilidad o economía verde (***)	Acciones preventivas sostenibles en el puesto de trabajo, ahorro en gestión de recursos. (1 horas)
DURACIÓN (HORAS)	30