

**GREENVILLE TECHNICAL COLLEGE (GTC)**  
**Economic Development and Corporate Training (EDCT)**  
**Environmental, Occupational Health and Safety (EOHS)**  
**Subsidio de Capacitación Susan B. Harwood # SH05121-SH9**  
**Prevención de Caídas /Protección contra Caídas**

**PREÁMBULO**

---

**ALCANCE Y APLICACIÓN**

**DESCARGO DE RESPONSABILIDAD**

Este material no sustituye ninguna provisión de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) ni normas emitidas por OSHA. Si en alguno momento se descubre que los materiales presentados varían de los reglamentos de OSHA federales o estatales, Instituto Nacional de Normalización Estadounidense (ANSI, siglas en inglés), leyes estatales u ordenanzas locales, se comprende que dichos reglamentos, leyes y ordenanzas tomen prioridad sobre los materiales presentados aquí. En algunos casos, la información proporcionada suponga un nivel mayor de protección de lo que exigen algunos reglamentos de OSHA federales o estatales. Al mencionar productos o materiales por marca de ningún modo constituye aprobación. Cualesquier productos o materiales no mencionados dentro del manual que se consideren aceptables como aparatos de protección, equipo o prácticas no son intencional y no debe descartar su aceptabilidad como protección al empleado o medioambiente.

**DESCARGO DE RESPONSABILIDAD DE OSHA**

Este material se produjo bajo subsidio número SH-05121-SH9 de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional, Departamento de Trabajo de Estados Unidos. No necesariamente refleja los puntos de vista o la política del Departamento de Trabajo de Estados Unidos, ni constituye aprobación el mencionar nombres comerciales, productos comerciales u organismos.

Finalmente, esta Guía de Prevención de Caídas/ Protección contra Caídas solo tiene el propósito de usarse como ayuda de capacitación y para uso general; el creador no acepta responsabilidad por cualquier pérdida o daño que resulta de su uso.

**CRÉDITOS**

El contenido del Manual Estudiantil Prevención de Caídas/Protección contra Caídas principalmente se derivó de las normas de OSHA de Protección contra Caídas 29 CFR 1926 Subparte M, OSHA 3146-05R 2015 Protección contra Caídas in Construcción, y OSHA 3666-04 2014 Guía de Capacitación de Prevención de Caídas. Capacitación de otras normas relevantes PDF and otras normas (véase Apéndice C). Se toma contribuciones del Manual Técnico de OSHA: Protección contra Caídas in Construcción Artículo 4, Subsidio Susan Harwood #SH26315-SH4, Casos de Estudios del Subsidio Susan B. Harwood #SH22317-SH11, Cartas de Interpretación de OSHA, Hojas de Datos OSHA y carteles y Protección contra Caídas: Responder a las Emergencias: F417-208-000 de Dirección de Seguridad y Salubridad Industrial de Washington (WISHA, siglas en inglés). También se provee información adicional andamios, montaje de acero, industria general y and escaleras y escaleras de mano.

**Propósito**

El propósito del curso de **Prevención de Caídas/Protección contra Caídas** es proveer el conocimiento y las aptitudes necesarios para trabajar en plataformas elevadas usando prácticas laborales seguras.

Al concluir el curso, cada participante poseerá la confianza de reconocer y evitar condiciones laborales y conducta no seguras en la industria de construcción además de:

- Reconocer y evitar condiciones y conducta no seguras
- Identificar los reglamentos aplicables a los peligros de caídas en construcción
- Reconocer peligros de caídas en construcción y operar dentro de un sistema de gestionar la seguridad
- Identificar los peligros de caídas relacionados con escaleras de mano
- Demostrar aptitudes practicas

### Descripción del Curso

Los participantes en el curso de 4 horas de **Protección contra Caídas/Prevención de Caídas** aprenderán los siguientes módulos:

- Módulo 1 – Introducción a la Protección Contra Caídas
- Módulo 2 – Sistemas de Detención de Caídas
- Módulo 3 – Sistemas de Prevención de Caídas
- Módulo 4 – Otros Peligros de Caídas: Escaleras

Los participantes demostrarán las siguientes Evaluaciones de Aptitudes que hay que constar como parte de completar el curso de Prevención de Caídas/Protección contra Caídas:

- #1 Inspeccionar el equipo
- #2 El uso del arnés
- #3 Configuración del sistema personal de detención de caídas (PFAS, siglas en inglés)
- #4 Auto-Rescate
- #5 Seguridad de escalera de mano

### Agenda del curso de capacitación

|  |                         |                      |
|--|-------------------------|----------------------|
| Inscripción, Introducción, Pre-Examen                | 15-min. comentar/examen | 8:30 – 8:45          |
| Módulo 1: Introducción a la Protección Contra Caídas | 15 minuto (discurso)    | 8:45 – 9:00          |
| Módulo 2: Sistemas de Detención de Caídas            | 25 minuto (discurso)    | 9:00 – 9:25          |
| Evaluaciones de aptitudes #1, #2, #3 & #4            | 35 minutos              | 9:25 – 10:00         |
| <b>Receso</b>  | <b>10 minutos</b>       | <b>10:00 – 10:10</b> |
| Módulo 3: Sistemas de Prevención de Caídas           | 20 minuto (discurso)    | 10:10 – 10:30        |
| Módulo 4: Otros Peligros de Caídas: Escaleras        | 15 minutos              | 10:30 – 10:45        |
| Evaluación de aptitudes #5                           | 25 minutos              | 10:45 – 11:10        |
| <b>Receso</b>  | <b>10 minutos</b>       | <b>11:10 – 11:20</b> |
| Participación de grupo del caso de estudio           | 25 minutos              | 11:20 – 11:45        |
| Examen   | 30 minutos              | 11:45 – 12:15        |
| Resumen del Curso                                    | 15 minutos              | 12:15 – 12:30        |

# Pre-examen

## Protección contra caídas / Prevención de caídas en la industria general

Instrucciones - Para cada pregunta, seleccionar la respuesta más apropiada

1. Una caída mortal promedia es de sólo 6.
  - a. Cierto
  - b. Falso
2. Hay una posibilidad de que 8 de cada 10 personas mueren tras una caída desde una altura de 11".
  - a. Cierto
  - b. Falso
3. Las normas de la industria general requieren que se proteja a los empleados de una caída cuando se trabaja desde 4' o más por encima de la superficie más cercana a continuación.
  - a. Cierto
  - b. Falso
4. Se usa la detención de caídas para evitar que los trabajadores alcancen un punto o borde donde podrían caer.
  - a. Cierto
  - b. Falso
5. Se usa la detención de caída cuando un trabajador entraría a un punto o borde donde puede caerse. Se requiere un sistema de protección contra caídas para detener la caída, siempre y cuando la caída libre no excede de 6' y la fuerza máxima en el cuerpo no exceda de 1.800 lb.
  - a. Cierto
  - b. Falso
6. Las barandas y plataformas no son formas de resistencia contra caídas.
  - a. Cierto
  - b. Falso
7. Un arnés de cuerpo completo no siempre es necesario para la protección contra caídas.
  - a. Cierto
  - b. Falso
8. ¿Cuáles son algunas de las cosas que puede hacer cuando el espacio libre es menos de 18'?
  - a. Acortar su línea de vida
  - b. Elevar su punto de anclaje
  - c. Utilice una línea autorretráctil
  - d. Todas las anteriores
9. Caídas al mismo nivel representan el 50% de todas las caídas.
  - a. Cierto
  - b. Falso

PÁGINA SIN TEXTO