Evaluación Trabajos en Altura

1. En general, a partir de que altura es obligatorio usar medios de protección contra caídas?

X 1,2m
○ 2m
○ 5m

2. ¿Cuáles son los puntos del arnés preparados para detener una caída?

X Anclajes esternal y dorsal
○ Todos: anillas laterales, punto esternal y punto dorsal
○ Sólo el punto dorsal

3. Si puedo elegir la altura del punto de anclaje, ¿Cuál debería escoger?

○ A la altura de la cintura
X Por encima de nuestro pecho
○ Por debajo de los pies

3. Los sistemas anticaídas no necesitan absorción, lo importante es que sean resistentes.

○ Verdadero, la absorción no es necesaria.
○ Cuanto más resistente sea un elemento de amarre más absorción tiene.
X Falso, nuestro sistema anticaídas tiene que absorber la energía de nuestra caída.

4. Trabajando en altura usamos casco:

○ Únicamente para evitar las consecuencias de caida de objetos.
○ Siempre se debe usar un casco sin Mentonera para que en caso de caída no nos enganchemos con el casco.
X El casco minimiza el riesgo de quedarnos inconscientes y sufrir shock ortostático.

5. Los arneses:

○ Sólo tienen una talla y después se pueden regular.
○ Pueden tener diferentes tallas.
X Es obligatorio que se puedan regular en piernas y tirantes.

6. Al utilizar un componente de doble gancho:

X Los dos ganchos se deben colocar de manera que formen un ángulo lo mayor posible.
○ Los dos ganchos se deben colocar de manera que formen un ángulo lo menor posible.
○ Siempre se debe llevar uno de los dos ganchos en el arnés y el otro en el punto de anclaje.

Luis Lopez
Luis Jorge Lop

SFO 000030
REV 02

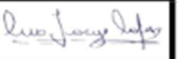
PLANILLA DE CAPACITACION PARA CONTRATISTAS

Temas: Trabajos en altura (más de 1.19 metros).

Resumen de los temas tratados:

A1-Uso y mantenimiento de elementos de protección personal.
A2-Trabajo en altura y los riesgos asociados.
A3-Armado y montaje de andamios (Multidireccionales/Peri).
A4-Uso de plataformas y brazos electro-hidráulicos.
A5-Temas relacionados con las operaciones de izaje de cargas y seguridad en general de los choferes y lingadores).

Fecha: ....28-04-25..... Empresa: ...SKIZZE OBRAS Y PROYECTOS SRL.....
Duración:..5 horas..... Material entregado:.....Trípticos.....

CONCURRENTES (Completar con Letra Clara de Imprenta)				
Tipo y Nº Doc.	**Legajo**	**Apellido y Nombres**	**Calificación Examen**	**Firma**
34136076	34136076	LOPEZ LUIS JORGE	10	

Esta capacitación se realiza en cumplimiento de lo dispuesto en el apartado K) del artículo 9 de la Ley 19.587 de Higiene y Seguridad en el Trabajo, en el Título VII, Capítulo 21 del Decreto 351/79, y en el Artículo 10 del Decreto 911/96, Reglamentarios de la misma.



CAPACITADOR: ..... José Antonio Albornoz **EHS 006538**

Firma | Aclaración | Matrícula Habilitante

Cuanto más alto llegues en tu trabajo
MÁS DEBES CUIDAR CADA PASO
CAÍDAS A DISTINTO NIVEL
CONSEJOS PARA NO CAER EN DESCUIDOS Y DISTRACCIONES
Prevención ART
de SANCOR SEGUROS
INFORMACIÓN PARA LA EMPRESA
Prevención ART
de SANCOR SEGUROS