



INGENIERIA ESPECIALIZADA EN NORMAS OFICIALES MEXICANAS

**SEGURIDAD EN TRABAJOS DE ALTURA
NOM-009-STPS-2011**



OBJETIVO:

Los participantes conocerán una introducción a la NOM-009-STPS-2011, y aplicarán los conocimientos que se adquieran sobre el adecuado proceder en los trabajos realizados en alturas.

CONTENIDO TEMÁTICO:

- NOM-009-STPS-2011
 - ▶ Obligaciones del patrón.
 - ▶ Obligaciones de los trabajadores.
- Medidas Generales para realizar trabajos en alturas.
 - ▶ Tipos De Trabajos En Alturas.
 - ▶ Trabajos en tejados o cubiertas.
 - ▶ Trabajos en andamios.
 - ▶ Trabajos en escaleras de mano.
 - ▶ Trabajos en escaleras elevadoras.
 - ▶ Trabajo vertical.
 - ▶ Acceso y posicionamiento mediante cuerda.
- Escaleras.
 - ▶ Escaleras de Extensión.
 - ▶ Cuidados y reglas de seguridad.
 - ▶ Escaleras de tijeras.
 - ▶ Cuidados y reglas de seguridad.
- Andamios.
 - ▶ Andamios tubulares.
 - ▶ Andamios colgantes.
 - ▶ Andamios Borriquetas.
 - ▶ Plataformas Elevadoras.
 - ▶ Plataforma elevadora.
 - ▶ Principales riesgos.
 - ▶ Inspección del equipo.
 - ▶ Requerimientos para operación



INGENIERIA ESPECIALIZADA EN NORMAS OFICIALES MEXICANAS

- Equipo De Protección Personal.
 - ▶ Arnés.
 - ▶ Cabos de vida.
 - ▶ Amortiguadores de impacto.
 - ▶ Mosquetones.
 - ▶ Sistemas anti caída.
- Causas De Caídas En Alturas.
 - ▶ Actos inseguros.
 - ▶ Condiciones inseguras.
 - ▶ Tabla distancia mínima de caída.
- Prácticas según equipos que se utilicen en la empresa y las condiciones de seguridad sean adecuadas.

DURACIÓN: 8 horas.

NO. DE PARTICIPANTES: 15 a 20 personas.

METODOLOGÍA: Teórico – Práctico.

INCLUYE:

- Manual de trabajo por persona.
- Evaluación final del curso.
- Diploma de participación.
- Elaboración de Constancias DC3.
- Registro ante la STPS.

NO INCLUYE:

- Cofee – brake.

REQUERIMIENTOS:

- Sala para sesión.
- Proyector.
- Área para práctica.
- El área de práctica debe ser abierta y piso parejo para poder colocar la torre de andamio de 2 pisos y poder realizar la práctica.

- Equipos requeridos:
 - Andamio de 2 pisos.
 - Arnés.
 - asap lock.
 - asap sorber 20/40 cm.
 - Casco.
 - Descensor id.
 - Puño ascensión.
 - Pedal footcord.
 - 2 mosquetones de aluminio am'd triact-lock.
 - 6 mosquetones oxan.
 - Cuerdas
 - Colchones anticaídas
 - Equipo de seguridad general – para todos los participantes.
 - Equipo de emergencias.

NOTA:

“El equipo está en opción de renta o se puede cotizar la compra de estos equipos de seguridad para trabajo en alturas si la empresa no cuenta con él.”