

## P.R.L. TRABAJOS EN ALTURA | TEÓRICO – PRÁCTICO



### Dirigido a:

Trabajadores que realicen trabajos con riesgos de caídas en altura, como por ejemplo trabajos en cubiertas, trabajos de estructuras metálicas, instalaciones de antenas y torres eléctricas, ...

### Objetivos:

- 4 h. teórica y 4 h. práctica (revisión y correcta utilización de equipos de protección individual para trabajo en altura).
- Saber identificar qué actividades, sistemas de ejecución, materiales y equipos de trabajo se incluyen en el concepto del trabajo en altura.
- Diferenciar los riesgos específicos inherentes a las tareas, equipos de trabajo y áreas de la unidad de obra concreta así como conocer las técnicas preventivas específicas para su aplicación en cada caso.
- Aprender a utilizar los mecanismos tanto para la verificación, identificación y vigilancia del lugar de trabajo y su entorno, como para la planificación de las tareas desde un punto de vista preventivo.
- Saber identificar qué riesgos se derivan de la interferencia entre actividades.

Trabajadores que realicen trabajos con riesgos de caídas en altura, como por ejemplo trabajos en cubiertas, trabajos de estructuras metálicas, instalaciones de antenas y torres eléctricas, ...

### Contenidos formativos:

#### TABLA DE CONTENIDOS DEL CURSO

#### CONTENIDO TEÓRICO-PRÁCTICO

- 1.- Introducción
- 2.- Caídas para altura. Conceptos generales.
- 3.- Epis, instalaciones y dispositivos de seguridad para trabajar en altura.
  - 3.1. Descripción.
    - 3.1.1. Cinturones.
    - 3.1.2. Arnés anticaídas.
    - 3.1.3. Conectores.
      - 3.1.3.1. Mosquetones sin seguro.
      - 3.1.3.2. Mosquetones con seguro.
      - 3.1.3.3. Mosquetones de gran apertura.
    - 3.1.4. Maillones.
    - 3.1.5. Cabos de anclaje.



- 3.1.6. Cabos de anclaje con absorbedor de energía.
- 3.1.7. Cabos de posicionamiento ajustables.
- 3.1.8. Sistemas anticaídas retráctil.
- 3.1.9. Anticaídas de reposición automáticos + retráctiles.
- 3.1.10. Casco.
- 3.1.11. Calzado.
- 3.1.12. Andamios móviles sobre cordaje.
- 3.1.13. Descensores.
- 3.1.14. Cuerdas
- 3.1.15. Andamios.
- 3.1.16. Líneas de vida.
- 3.1.16.1. Líneas de vida horizontales.
- 3.1.16.2. Líneas de vida verticales.
- 3.1.17. Material auxiliar.
- 4.- Conservación y mantenimiento del equipo.
- 5.- Pautas generales de seguridad.
- 6.- Nudos.
- 7.- Trabajos sobre cubiertas y tejados.
- 7.1. Tipos de cubiertas.
- 7.2. Riesgos existentes. Medidas preventivas a adoptar.
- 7.3. Organización de los trabajos.
- 7.4. Inclemencias del tiempo.
- 7.5. Programa de mantenimiento.
- 8.- Trabajos en torres y antenas.
- 9.- Técnicas de posicionamiento, ascenso y descenso.
- 9.1. Posicionamiento de cintas y cabeceras de línea.
- 9.2. Progresión y posicionamiento sobre línea.
- 9.3. Progresión y aseguramiento sobre tejados.
- 9.4. Uso de líneas de vida verticales homologadas.
- 9.5. Progresión en suspensión continua.
- 10.- Trabajos en taludes.
- 11.- Taludes de suspensión.
- 11.1. Taludes de plano inclinado moderado o parcial.
- 11.2. Taludes de suspensión total o verticales.
- 12.- Manejo de cargas.
- 13.- Rescates.
- 13.1. Método directo vertical.
- 13.2. Método indirecto vertical.
- 14.- Primeros Auxilios.
- 15.- Bibliografía

**Duración:** 8 Horas

**Fecha Inicio:** 31-01-2026

**Fecha Fin:** 31-01-2026

**Horario:** S: 07:00 - 15:00

**Lugar Impartición:** Av Alicante, 73 03400 Villena

**Precio:** 150,00€ (50% del importe del curso al formalizar la matrícula y el resto al inicio del curso)

**Descuentos:** PRECIO UNICO

**Tipo de Formación:** Privado

**Requisitos:** Consultar

**Calendario:**

Enero 2026						
L	M	M	J	V	S	D
29	30	31	01	02	03	04
05	06	07	08	09	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	01

- Aula: **AULA3**  
Fecha: **31/01/2026 07:00:00 - 15:00:00**

*\* Delfín Formación es una entidad inscrita y acreditada en el registro de Centros y Entidades de Formación Profesional para el Empleo de la Comunidad Valenciana.*

*\* Si tienes cualquier duda, por favor llámanos al 965 34 06 25 o envíanos un WhatsApp al 607 74 52 82, te responderemos lo más rápido posible.*