

Módulo WMHR

Trabajo en alturas & Manipulación Manual de Cargas Refresh

Working at Heights & Manual Handling
WMHR (8 h)



Objetivo: El objetivo de este módulo es revisar y fortalecer habilidades previamente adquiridas a través de formación teórica y práctica para que los participantes puedan utilizar equipo de protección personal básico y realizar trabajos seguros en alturas y rescates básicos seguros y completos desde alturas en la industria/ambiente de las turbinas eólicas. Además, pretende fomentar un comportamiento positivo en cuanto a la manipulación manual y la ergonomía, incentivar a los participantes a considerar alternativas a la manipulación manual a través de la planificación y entrenar la capacidad de los participantes para realizar tareas de manipulación manual de manera segura.

PROGRAMA: WMHR Trabajo en alturas & Manipulación Manual de Cargas Refresh

1. Introducción a la formación
2. Revisión de conocimientos
 - 2.1 Conocimiento de la inspección de EPIs y equipos de rescate y evacuación
 - 2.2 Conocimiento de EPIs
 - 2.3 Conocimiento de sistemas anticaídas y posicionamiento de trabajo
 - 2.4 Conocimiento de equipos de evacuación y rescate
 - 2.5 Conocimiento de Manipulación Manual de Cargas
3. Ejercicios de revisión de EPIs
 - 3.1 Inspección previa al uso
 - 3.2 Uso adecuado
4. Teoría
 - 4.1 Uso de una línea de vida autorretráctil para ejercicios
 - 4.2 Trabajo y rescate en alturas eficaz y seguro
 - 4.3 Ajuste correcto del arnés
 - 4.4 Puntos de fijación
 - 4.5 Puntos de anclaje
 - 4.6 Cargas y ángulos
 - 4.7 Caídas
 - 4.8 Sistema anticaídas simple vs. doble
 - 4.9 Kit de rescate
 - 4.10 Manipulación manual de cargas
5. Medidas para prevenir lesiones durante la formación
 - 5.1 Medidas de control y calentamiento
6. Ejercicios individuales prácticos de revisión
 - 6.1 Cómo anclar un sistema anticaídas sobre raíl
 - 6.2 Sistemas de retención y sistemas anticaídas
 - 6.3 Sistemas de posicionamiento de trabajo
 - 6.4 Puntos de anclaje autorizados y adecuados
 - 6.5 Uso seguro y correcto de una línea de vida autorretráctil para ejercicios
 - 6.6 Prácticas seguras en trabajos en altura
7. Ejercicios prácticos grupales
 - 7.1 Uso seguro y correcto de equipos anticaídas
 - 7.2 Acceso a puntos de anclaje autorizados y adecuados
 - 7.3 Inspección por el usuario de los equipos de evacuación y rescate
 - 7.4 Uso seguro y correcto de los equipos de rescate y evacuación en la escalera
 - 7.5 Métodos seguros y correctos de rescate y evacuación por una

- trampilla de evacuación
- 7.6 Prácticas seguras en trabajos en altura
8. Resumen de la formación
 - 8.1 Resumen de la formación
 - 8.2 Sesión de Feedback

Módulo WMHR (Trabajo en alturas & Manipulación Manual de Cargas Refresh)

Duración: 8 horas (1 día)
Validez del Certificado: 24 meses
Programa WMHR: Apdos. 1 a 8
Máximo nº alumnos: 12 personas x Ed.

Sede Central:

Vallecas (Madrid) • España

Telf.: +34 664 681 385 • madrid@totalhse.com

Centros acreditados en España:

Andosilla (Navarra) • España

Total HSE

Telf.: +34 664 681 385 • navarra@totalhse.com

Las Palmas (Islas Canarias) • España

SEPROM

Telf.: +34 902 008 482 • canarias@totalhse.com

Redondela (Galicia) • España

Verticalia Formación

Telf.: +34 986 401 472 • galicia@totalhse.com

Otros centros acreditados:

Hatzor Haglilit • Israel

IWTC

Telf.: +972 4 632 2095 • israel@totalhse.com

San José • Costa Rica

Desarrollos Floruma

Telf.: +506 2282-7468 • sanjose@totalhse.com

Santiago de Chile • Chile

ENACTRAR

Telf.: +56 944 402 179 • chile@totalhse.com

www.totalhse.com

