



Desde 1981
fabricando seguridad
Garsan Sianor[®]
formación y protección laboral



Safety Training
Certified Provider

3M Safety Training Catalogo de cursos

+34 919010500
porsuseguridad@3m.com
www.3M.com.es/3m/es_es/trabajos-altura/

¿Quiénes somos?

Cuando se trata de proteger su lugar de trabajo, cumplimos.

En 3M Safety Training, entendemos que la vida de los trabajadores está en juego todos los días, pero garantizar su seguridad comienza mucho antes de que comience el trabajo.

Basándonos en más de 100 años de experiencia e implementación en el lugar de trabajo en todo el mundo, estamos perfectamente posicionados para brindar capacitación en espacios confinados y trabajos en altura.

Invierta en la capacitación de seguridad de 3M y tenga la seguridad de que sus colegas recibirán la capacitación de un equipo verdaderamente experto.

Contenido.

Curso de Trabajo en Altura	4
Curso de Espacios Confinados	5
Curso de Rescate	6



HS1

Trabajo en Altura

Ratio

8 alumnos por cada instructor

Visión General

El propósito del curso es proporcionar a los asistentes las herramientas para utilizar los equipos de protección contra caídas de altura en distintas situaciones.

Después de la capacitación, los estudiantes podrán identificar los peligros asociados con el trabajo en altura, comprenderán la legislación, las diversas categorías de equipos de protección personal contra caídas (PFPE), incluidas sus características y limitaciones. Podrán realizar una simple inspección previa al uso de los equipos y comprenderán la necesidad de mantener registros, la trazabilidad y cómo desecharlos correctamente.

Al completar con éxito el curso, los asistentes habrán adquirido las habilidades teóricas y prácticas necesarias para utilizar una variedad de equipos de detención de caídas, posicionamiento en el trabajo y sujeción. Un elemento clave de este curso es la aplicación práctica. Los estudiantes emplean gran parte del tiempo practicando diferentes técnicas, utilizando sistemas de seguridad temporales, anclajes instalados y estructurales. La capacitación también incluye una demostración de las técnicas de rescate.

Requisitos previos

Aptitud médica para trabajar en altura y un nivel razonable de condición física.

¿A quién va dirigido?

Este curso está dirigido a personas que puedan necesitar:

- Acceso y trabajo en altura. Incluso en áreas no protegidas
- Combinación de anclajes permanentes y temporales
- Progresar en altura, moviéndose entre anclajes, permaneciendo sujeto en todo momento
- Utilice equipos para posicionamiento mientras está en altura.
- Si se necesita que el operario pueda llevar a cabo un rescate de una persona suspendida, se requiere el curso de rescate.

Duración

1 día

Contenido y Objetivos del Curso

- Legislación de salud y seguridad relevante para el país y estándares de operación
- Los peligros del trabajo en altura
- Cómo evaluar los peligros e implementar controles efectivos
- Cómo ajustar el PFPE, sus características y limitaciones
- Requisitos de inspección, cuidado y retirada de PFPE
- Técnicas de sujeción, posicionamiento y detención de caídas
- Selección y verificación de puntos de anclaje
- Práctica en escaleras mediante sistemas de seguridad verticales fijos
- Práctica con doble amarre
- Uso de líneas de vida auto-retráctiles
- Uso de sistemas de protección contra caídas temporales, verticales y horizontales
- Cómo reconocer y tratar el síncope (trauma por suspensión)
- Procedimientos y planificación de emergencia
- Demostración de técnicas de rescate

Certificación

El alumno que supere satisfactoriamente la formación recibirá un certificado.

Normativa

Legislación nacional: LPRL y NTP.

Normativa europea de trabajo en altura (UNE y Reglamentos).

HS7

Rescate en Altura

Ratio

6 alumnos por cada instructor

Visión General

Dirigido a quienes trabajan en altura, este curso se enfoca en el rescate de compañeros de trabajo de una variedad de escenarios que normalmente se encuentran en el lugar de trabajo. A los asistentes se les enseña a evaluar la situación y considerar todas las opciones disponibles antes de intentar un rescate. Las técnicas que se enseñan en este curso están diseñadas para ser simples, fáciles de usar y fáciles de recordar sin poner en riesgo al rescatador. La formación se centra en las técnicas de descenso y arrastre, pero no cubre los rescates en rápel.

Requisitos previos

Las personas que asistan a este curso deben estar en buena forma médica y deben tener la formación necesaria que les permita trabajar en altura en el entorno en el que se utilizará el equipo.

¿A quién va dirigido?

- Esta formación está dirigida al personal que utiliza equipos de protección personal contra caídas (arneses / eslingas, etc.) para trabajar en altura en diferentes entornos industriales como azoteas, talleres, fábricas, canteras y en la construcción.
- **Contenido y Objetivos del Curso**
- Requisitos generales para el rescate
- Planes de salvamento y evaluación de riesgos
- Procedimientos de emergencia
- Atención de heridos / síncope (trauma por suspensión) / estabilización de heridos
- Características y limitaciones del equipo de rescate
- Inspección y cuidado de equipos
- Compañero de trabajo de rescate de una víctima consciente/inconsciente
- Rescate de un compañero de trabajo de un herido al alcance y fuera del alcance
- Evitar obstrucciones durante el rescate

Duración

1 día

Certificación

El alumno recibirá un certificado válido por 3 años (sujeto al mantenimiento de las habilidades adquiridas, mediante actualizaciones periódicas recomendadas).

Normativa

Legislación nacional: LPRL y NTP.

Normativa europea de trabajo en altura UNE y Reglamentos).



CS1

Espacios Confinados

Ratio

6 alumnos por cada instructor

Duración

1 día

Visión General

Dirigido a personas que requieran acceder a espacios confinados clasificados como de bajo riesgo. La formación cubre la legislación esencial, las prácticas laborales y los requisitos de seguridad para la entrada segura a un espacio confinado donde la evaluación de riesgos ha clasificado el espacio como de bajo riesgo. El curso también se enfoca en el trabajo en equipo y las responsabilidades de cada miembro del equipo.

Requisitos previos

Aptitud médica para trabajar en altura y un nivel razonable de condición física.

¿A quién va dirigido?

Empleados que requieran acceso a espacios confinados clasificados como de bajo riesgo.

Certificación

El alumno que supere satisfactoriamente la formación recibirá un certificado.

Normativa

Legislación nacional: LPRL y NTP.

Normativa europea de trabajo en altura UNE y Reglamentos).

Contenido y Objetivos del Curso

- Legislación de espacios confinados.
- Ejemplos y categorías de espacios confinados
- Riesgos y medidas de control
- Sistema seguro de trabajo / EPI / permisos
- Evaluación de riesgos / declaración del método
- Características y limitaciones del equipo
- Requisitos de inspección y mantenimiento de equipos
- Entrada y salida de eje vertical (hasta 3 metros)
- Uso de trípode / pescante y cabrestante de recuperación
- Uso correcto de las técnicas de muestreo del detector de gas
- Comunicaciones / acciones de emergencia





Safety Training



Desde 1981

fabricando seguridad

formación y protección laboral



Centros 3M Safety Training.

France

7, Rue Du Commandant D'estienne D'orves,
92390 Villeneuve La Garenne, Paris, France
t: +33 (0) 1 47 82 34 91
f: +33 (0) 1 46 52 40 45

3M Espana, S.A.

Juan Ignacio Luca de Tena, 19-25
28027 Madrid
Espana
E-mail: porsuseguridad@3m.com
www.3M.com/es/seguridad

3M Portugal

Rua do Conde Redondo, 98
1169-009 Lisboa
Portugal
www.3M.com/pt/seguranca



Safety Training
Certified Provider

Delegación Norte

Pol. Ind. La General, pab. 12A
48510 Trapagaran (Bizkaia)
Tel. 94 472 31 13
Email: bilbao@garsansianor.com

Delegación Centro

Luis I, nº 72 (Pol. Ind. Vallecas)
28031 Madrid
Tel. 91 777 86 57
Email: madrid@garsansianor.com

3M Fall Protection

Capital Safety Group (EMEA)

Le Broc Center, Bâtiment A, Z.1. 1re Avenue – BP15
06511 Carros Le Broc, Cedex, FRANCE

3M, DBI-SALA and Protecta are trademarks of 3M Company and its affiliates.