



# NOM 009 STPS

## SEGURIDAD EN TRABAJO EN ALTURAS

## PRESENTE

De acuerdo con lo solicitado, me permito presentarle la propuesta de entrenamiento para el desarrollo de habilidades para el trabajo de altura. En donde se busca:

- Conocer el medio del trabajo de altura.
- Comprender riesgos relacionados con el trabajo de altura.
- Conocer el equipo para el trabajo de altura.
- Desarrollo de habilidades para el trabajo de altura.
- Conocer el equipo de seguridad.

En base a estas premisas, me permito introducir la propuesta formal del curso dirigido al personal técnico relacionado con este tipo de actividad:

## Seguridad en Trabajos en Altura NOM 009 STPS

Temario que está basado en una metodología de instrucción que parte del entrenamiento presencial, utilizando diferentes técnicas de aprendizaje como role play, mesa redonda, debate, reconocimiento personal, video, entre otras.



# NOM 009 STPS

## Seguridad en Trabajos en Altura

1. **Introducción.**
2. **Trabajos En Altura (Normativa STPS).**
  - a) Definiciones.
  - b) Obligaciones del patrón.
  - c) Obligaciones de los trabajadores.
  - d) Medidas Generales para realizar trabajos en alturas.
3. **Tipos De Trabajos En Alturas.**
  - b) Trabajos en tejados o cubiertas.
  - c) Trabajos en andamios.
  - d) Trabajos en escaleras de mano.
  - e) Trabajos en escaleras elevadoras.
  - f) Trabajo vertical.
  - g) Acceso y posicionamiento mediante cuerda.
4. **Escaleras.**
  - b) Escaleras de Extensión.
  - c) Cuidados y reglas de seguridad.
  - d) Escaleras de tijeras.
  - e) Cuidados y reglas de seguridad.

# NOM 009 STPS

## Seguridad en Trabajos en Altura

### 5. Andamios.

- a) Andamios tubulares.
- b) Andamios colgantes.
- c) Andamios Borriquetas.

### 6. Plataformas Elevadoras.

- b) Plataforma elevadora.
  - i. Principales riesgos.
  - ii. Inspección del equipo.
  - iii. Requerimientos para operación

### 7. Equipo De Protección Personal.

- b) Arnés.
- c) Cabos de vida.
- d) Amortiguadores de impacto.
- e) Mosquetones.
- f) Sistemas anti caída.

### 8. Causas De Caídas En Alturas.

- b) Actos inseguros.
- c) Condiciones inseguras.
- d) Tabla distancia mínima de caída.

### 9. Practicas. (En Base A Equipos Utilizados)

## NUESTRA PROMESA DE VALOR:

- Nuestra garantía de Calidad es alcanzar las metas establecidas en de la mano con nuestro cliente, no solo impartimos capacitaciones, **nos aseguramos de que el cambio se implemente**
- **Tenemos más de 450 cursos** desarrollados en los ámbitos más importantes de las empresas industriales y corporativas
- Contamos con un pull de **más de 100 instructores** expertos a nivel nacional
- Nuestro proceso de atención a clientes está basado en la **metodología DMAIC y PDCA de Lean Six Sigma**
- **Nuestros cursos pueden ser** presenciales, virtual en vivo o bien en nuestra plataforma de aprendizaje WINGS
- Cada uno de nuestros cursos se desarrolla **específicamente de acuerdo al requerimiento de nuestro cliente**
- Nuestra política de reclutamiento y evaluación de instructores nos permite seleccionar solo a los mejores y respaldarlos con la calidad de nuestra metodología



TRAINING  
& CONSULTING



EXPERTOS  
GENERANDO  
SOLUCIONES