



Curso de Elementos de Protección Personal

PR-SE-EP-01

1- Introducción:

La seguridad en el trabajo depende tanto de las condiciones del entorno como de las conductas y conocimientos de quienes lo integran. Los Elementos de Protección Personal son herramientas esenciales para prevenir lesiones y enfermedades profesionales, siempre que se seleccionen, utilicen y mantengan correctamente.

Este curso propone profundizar en los conceptos técnicos y normativos vinculados al uso de los EPP, promoviendo una comprensión integral de su función preventiva, su relación con los riesgos laborales y la importancia de una cultura de autocuidado y responsabilidad compartida.

A través de este curso, se busca que los participantes fortalezcan sus competencias para evaluar riesgos, seleccionar adecuadamente los EPP y aplicarlos según las exigencias del puesto y la normativa vigente.

2- Dirigido:

La capacitación está dirigida a personas, que necesitan actualizar o adquirir conocimientos y habilidades en un área específica, como empleados nuevos o promovidos, profesionales en una industria, estudiantes de nivel secundario, terciario y universitario o incluso el público en general interesado en un tema, con el objetivo de mejorar su desempeño laboral o adaptación a nuevas exigencias. El público objetivo depende del propósito y el tipo de capacitación, que podrá ser: técnica, gestión, oficina, seguridad, ambiental, etc.

3- Objetivos:

Brindar conocimientos técnicos y prácticos que permitan identificar, seleccionar, utilizar y mantener correctamente los Elementos de Protección Personal, de acuerdo con los riesgos presentes y la normativa aplicable.

4- Metodología:

La capacitación se dicta en modalidad 100% presencial, por medio de proyección de imágenes, videos, y la explicación del docente refuerzo de conocimiento por medio de pizarra.

Realización de práctico por unidad en forma grupal e individual. Al finalizar el curso se realiza un examen con preguntas a desarrollar y se corrige a terminar la jornada.

5- Material:

Cada alumno podrá **descargar el manual del curso** directamente desde la página web.

Al finalizar, se entregará un **Certificado de realización y aprobación** que incluirá:

- Nombre del curso
- Nombre y DNI del participante
- Carga horaria
- Fecha de realización
- Responsables de la organización
- Nombre del docente

6- Duración:

8 horas.



7- Programa

7-1 Elementos de protección Personal

Introducción. Objetivos del curso. Que son los Elementos de Protección Personal. Para que Usarlos. El uso adecuado de los EPP. Que son los riesgos Laborales. Jerarquía de control de riesgos laborales. Riesgos Físicos. Riesgos Químicos. Riesgos Biológicos. Riesgos Ergonómicos. Riesgos Psicosociales. Riesgos Mecánicos. Riesgos Ambientales. Los 5 Niveles de la Jerarquía de Control. Eliminación. Sustitución. Controles de Ingeniería o técnico. Controles Administrativos. Equipos de Protección Personal. Normativa en Argentina. Selección de EPP. Clasificación de EPP.

7-2 Protección de la cabeza

Introducción. ¿Qué es un casco de seguridad? ¿Por qué es importante? Partes del casco. Clasificación según la norma IRAM. Cascos según su tipo y clase. Clase I. Clase II. Tipo G. Tipo E. Tipo C. Características técnicas básicas. Colores más utilizados en Argentina. Selección del casco adecuado. Uso correcto. Mantenimiento y vida útil. Recomendaciones prácticas. Marcado y certificación. Innovaciones.

7-3 Protección de cara y ojos

Introducción. Importancia de la protección ocular y facial. Riesgos más frecuentes. Tipos de protectores oculares y faciales. Clasificación según la norma IRAM. Requisitos técnicos básicos. Selección del protector adecuado. Uso correcto y mantenimiento. Vida útil. Colores o tonos de lentes.

7-4 Protección de los oídos

Introducción. Conceptos básicos. Efectos del ruido en el trabajador. Normas de exposición. Tipos de protectores auditivos. Tapones desechables. Tapones reutilizables. Orejeras. Protectores electrónicos o con comunicación. Selección del protector adecuado. Colocación y uso correcto. Mantenimiento, limpieza y reemplazo. Control ambiental y programas preventivos.

7-5 Protección de las vías respiratorias

Introducción. Riesgos para las vías respiratorias. Agentes contaminantes. Tipos de protección respiratoria. Respiradores purificadores de aire. Mascarillas filtrantes desechables. Medias máscaras o máscaras completas con filtros reemplazables. Respiradores motorizados. Filtros particulados. Cartuchos para contaminantes gaseosos. Equipos de suministro de aire. Equipo de Respiración Autónoma de Circuito Abierto. Equipo de Respiración Autónoma de Circuito Cerrado. Líneas de Aire o Suministro de Aire por Manguera. Selección del equipo adecuado. Colocación, uso y verificación del ajuste. Mantenimiento y limpieza. Programa de protección respiratoria.

7-6 Protección de las manos

Introducción. Principales riesgos para manos y brazos. Tipos de guantes y sus aplicaciones: Mecánicos. Térmicos. Químicos. Eléctricos. Biológicos. Anti corte. Antiestáticos. Anti vibración. Descartables. Selección correcta. Tallas. Ergonomía y confort. Ensayos y marcado. Uso mantenimiento y conservación. Capacitación. Vida útil y reemplazo.

7-7 Protección de los pies

Introducción. Riesgos más frecuentes que afectan a los pies. Riesgo Mecánico. Riesgo de Perforación. Riesgo Térmico.

Riesgos Químicos. Riesgos Eléctricos. Resbalones y caídas. Riesgo Biológico. Clasificación del calzado según IRAM. Materiales y diseño del calzado. Marcado y trazabilidad. Selección del calzado adecuado. Recomendaciones ergonómicas. Mantenimiento, inspección y vida útil.



7-8 Protección del cuerpo

Introducción. Riesgos que requieren protección corporal. Tipos de ropa de trabajo y vestimenta de protección. Ropa de trabajo básica. Ropa de alta visibilidad. Ropa ignífuga. Ropa química. Ropa antiestática. Ropa para frío. Ropa impermeable. Ropa biológica. Ropa anti corte y anti-impacto. Ropa dieléctrica. Normativa en Argentina. Criterios de selección. Ensayos y marcado. Mantenimiento y conservación. Ergonomía y confort. Capacitación. Vida útil y reemplazo.

7-9 Protección de caídas

Introducción. Riesgos de trabajo en altura. Principios básicos de protección contra caídas. Tipos de sistemas de protección contra caídas. Sistema de restricción de desplazamiento. Sistema de detención de caídas. Sistema de posicionamiento. Sistema de acceso mediante cuerda. Sistema de rescate y evacuación. Componentes del sistema personal anti caídas. Anclaje. Arnés. Conector. Normas y certificaciones aplicables. Colocación, ajuste y uso correcto. Mantenimiento, inspección y vida útil. Plan de rescate y suspensión inerte. Capacitación del trabajador.

