



## Temas de Entrenamiento

### Temas de Entrenamiento para la Industria de la Construcción

De acuerdo con OSHA, hay temas mandatorios, electivos y opcionales. OSHA requiere que un número mínimo de estos temas sean parte del entrenamiento. A menos que se indique lo contrario, OSHA recomienda dedicar una hora a cada tema.

El entrenamiento se puede dividir en días, semanas o meses, pero cada entrenamiento se debe finalizar dentro de 6 meses de la fecha de inicio.

**Los temas mandatorios** son requeridos y se deben cubrir en una mínima cantidad de tiempo ya indicado.

- Introducción a OSHA (2 horas)
- Los Cuatro Principales Peligros en Construcción:
  - Quedar Atrapado (30 min)
  - Protección Contra Caídas (1:30 horas)
  - Recibir Golpes (1 hora)
  - Electricidad/Electrocución (1 hora)
- Peligros a la Salud y Comunicación de Peligros (30 min)
- Equipo de Protección Personal (30 min)

**Los temas electivos** se deben cubrir en un mínimo de 30 minutos a 1 hora y deben sumar un total de 2 horas. **Se deben de elegir al menos 2 temas diferentes.**

- Herramientas Manuales y de Poder
- Escaleras Fijas y Portátiles
- Andamios
- Manejo de Materiales, Almacenaje, Uso y Desecho
- Excavaciones
- Grúas, Torres de Perforación, Elevadores, Poleas y Bandas Transportadoras

**Los temas opcionales** tienen el objetivo de complementar los temas electivos y mandatorios, y se deben enseñar en un mínimo de 30 minutos.

Estos temas incluyen:

- Concreto y Albañilería
- Entrada a Espacios Confinados
- Protección y Prevención de Incendios



## HEALTH & SAFETY TRAINING INSTITUTE

HEARTLAND WORKERS CENTER

- Corte y Soldadura
- Estructuras de Acero
- Vehículos Industriales Motorizados
- Programas de Seguridad y Salud
- Ergonomía

### Tamaño de Clases

OSHA requiere que los entrenadores enseñen al menos a 3 estudiantes y el límite de participantes en una clase es de 40. No se podrán realizar entrenamientos con menos de 3 participantes.

### Certificados de Entrenamiento

El HWC dará certificados de entrenamiento a los participantes que terminen las clases y los pueden utilizar como comprobantes de participación hasta que reciban sus tarjetas de entrenamiento por parte de OSHA. Las tarjetas de entrenamiento de OSHA estarán disponibles en 60 días y se enviarán por correo a cada participante. También enviaremos una copia de las tarjetas de OSHA de cada participante a la oficina de su empleador.

### Períodos de Descanso y Almuerzo

Se debe de dar un periodo de descanso de por lo menos 10 minutos, por cada dos horas de entrenamiento.

El periodo de almuerzo debe ser de 30 minutos mínimo, durante entrenamientos que duren más de 6 horas. El almuerzo debe ser un periodo de descanso y no se permite dar entrenamiento durante este tiempo.

### Clases de Recuperación de Entrenamiento

Si un participante pierde parte del entrenamiento, el participante puede terminar el entrenamiento después. Esto se considera como “clases de recuperación”.

El estudiante debe tener al menos el 50% de asistencia al entrenamiento, y puede recuperar las clases que le faltan en menos de 6 meses de la fecha en que dio inicio el entrenamiento.

Las clases de recuperación pueden ser para grupos menores de 3 estudiantes.