PLANILLA DE CAPACITACIÓN Y VERIFICACIÓN DE EPP

Nº 0008129

Grupo HR S.A.S.
SEGURIDAD - HIGIENE - MEDIO AMBIENTE LABORAL
www.grupohr.com.ar
4228-7098 / 4228-7097 / 4208-2331

Empresa Cliente:	TERLATO Tulio Daniel	Empresa Objetivo	
Actividad Específica:	Reparación de UPS	Domicilio	
Lugar de la Capacitación:	LAS PALMAS 2432 - CABA	Impartida por	Lic. Rivero Axel
Fecha de Capacitación:	11/11/25	Metodología Empleada	Oral
Material Entregado:	-	Observaciones	-

El personal abajo firmante, certifica haber recibido instrucciones para el correcto uso y conservación de los EPP (Elementos de Protección Personal), conforme a lo indicado en la Ley 19.587.
Asimismo, declara conocer e interpretar la información en materia preventiva, comprometiéndose a respetarla y cumplirla en todo momento.

	NOMBRE Y APELLIDO	Especialidad	DNI	TEMAS (*)						Verificación de uso de EPP (**)						FIRMA
				1	2	3	4	5	6	A	B	C	D	E	F	
1	Maximiliano PORTAL	Operario	35.022.717	X	X	X	X	X								
2	Bruno GARAY	Operario	42.053.353	X	X	X	X	X								
3	Joaquin ALTAMIRE	Operario	42.657.745	X	X	X	X	X								
4	Facundo SISCA	Operario	43.036.552	X	X	X	X	X								
5																
6																
7																
8																
9																
10																

CAPACITACIÓN ESPECÍFICA DE SEGURIDAD E HIGIENE (**)		VERIFICACIÓN DE USO DE EPP (**)	
1	Riesgos específicos de las tareas	A	
2	Uso de EPP	B	
3	Trabajo en altura	C	
4	Prevención ante incendios - Uso de matafuegos	D	
5	Riesgo eléctrico	E	
6		F	

AXEL DAMIAN RIVERO
LIC. HIG. SEG. TRABAJO
Mat. CPHS LHS 003493

Tulio Terlato
Por la empresa

(*) Colocar SI o NO según corresponda.
(**) Completar en los casilleros la Capacitación impartida y los EPP verificados, en ambos casos con constancia escrita.

PCYVE

HYSL

10 NORMAS BÁSICAS PARA RIESGO ELÉCTRICO

1- Se debe verificar el buen estado de la instalación eléctrica en general, las conexiones y los toma corriente de cada equipo en particular.

2- Toda instalación eléctrica debe estar provista de un disyuntor diferencial en cada sector en que la misma se encuentre dividida.

3- No se deben recargar los tomas corrientes conectando más de un artefacto en cada uno.

4- Se debe verificar que tanto los toma corrientes como los enchufes no presenten defectos o estén deteriorados. Se deben usar productos de buena calidad.

5- Para desconectar un aparato eléctrico se debe tomar la ficha y nunca tirar del cable de alimentación.

6- Se debe cortar la corriente eléctrica siempre que se deban hacer trabajos sobre la instalación, aunque sólo sea para cambiar una lámpara.

7- No se deben tocar equipos o máquinas eléctricas que se encuentren mojadas o cuando se tienen las manos o los pies mojados.

8- No intentar reparar equipos o instalaciones eléctricas en caso de desperfectos. Solicitar ayuda a un técnico especializado.

9- Si alguna persona se electrocuta se debe cortar inmediatamente la corriente o utilizar algún elemento aislante (por ejemplo un palo de madera, diarios) para auxiliarlo.

10- Se debe evitar los cables sueltos en el piso. Si no existe otra alternativa se los debe cubrir con una media caña.

5 Reglas de Oro:

En electricidad, las **"reglas de oro",** son cinco reglas que definen unos procedimientos estándar de obligado cumplimiento para minimizar el riesgo eléctrico en trabajos sin tensión.

1. Desconectar, corte visible o efectivo
2. Enclavamiento, bloqueo y señalización
3. Comprobación de ausencia de tensión
4. Puesta a tierra y cortocircuito
5. Señalización de la zona de trabajo

Desconectar, corte visible o efectivo

Antes de iniciar cualquier trabajo eléctrico sin tensión debemos desconectar todas las posibles alimentaciones a la línea, máquina o cuadro eléctrico. Prestaremos especial atención a la alimentación a través de grupos electrógenos y otros generadores, sistemas de alimentación interrumpida, baterías de condensadores, etc.

Consideraremos que el corte ha sido bueno cuando podamos ver por nosotros mismos los contactos abiertos y con espacio suficiente como para asegurar el aislamiento. Esto es el corte visible.

Como en los equipos modernos no es posible ver directamente los contactos, los fabricantes incorporan indicadores de la posición de los mismos. Si la aparamenta está debidamente homologada, tenemos la garantía de que el corte se ha realizado en condiciones de seguridad. Esto es el corte efectivo.

- Interruptores
- Seccionadores
- Pantógrafos
- Fusibles
- Puentes flojos

Enclavamiento, bloqueo y señalización

Se debe prevenir cualquier posible re-conexión, utilizando para ello medios mecánicos (por ejemplo candados). Para enclavar los dispositivos de mando no se deben emplear medios fácilmente anulables, tales como cinta aislante, bridas y similares.

Cuando los dispositivos sean telemandados, se debe anular el telemando eliminando la alimentación eléctrica del circuito de maniobra.

En los dispositivos de mando enclavados se señalizará claramente que se están realizando trabajos.

Además, es conveniente advertir a otros compañeros que se ha realizado el corte y el dispositivo está enclavado.

Comprobación de ausencia de tensión

En los trabajos eléctricos debe existir la premisa de que, hasta que no se demuestre lo contrario, los elementos que puedan estar en tensión, lo estarán de forma efectiva.

Siempre se debe comprobar la ausencia de tensión antes de iniciar cualquier trabajo, empleando los procedimientos y equipos de medida apropiados al nivel de tensión más elevado de la instalación.

Haber realizado los pasos anteriores no garantiza la ausencia de tensión en la instalación.

La verificación de ausencia de tensión debe hacerse en cada una de las fases y en el conductor neutro, en caso de existir. También se recomienda verificar la ausencia de tensión en todas las masas accesibles susceptibles de quedar eventualmente sin tensión

Puesta a tierra y cortocircuito

Este paso es especialmente importante, ya que creará una zona de seguridad virtual alrededor de la zona de trabajo.

En el caso de que la línea o el equipo volviesen a ponerse en tensión, bien por una realimentación, un accidente en otra línea (fallo de aislamiento) o descarga atmosférica (rayo), se produciría un cortocircuito y se derivaría la corriente de falta a Tierra, quedando sin peligro la parte afectada por los trabajos.

Los equipos o dispositivos de puesta a tierra deben soportar la intensidad máxima de defecto trifásico de ese punto de la instalación sin estropearse. Además, las conexiones deben ser mecánicamente resistentes y no soltarse en ningún momento. Hay que tener presente que un cortocircuito genera importantes esfuerzos electrodinámicos.

Los equipos de puesta a tierra deben conectarse primero a tierra y después a los conductores que van a ser puestos a tierra. Los equipos deben ser visibles desde la zona de trabajo.

Es recomendable poner cuatro juegos de puentes de cortocircuito y puesta a tierra, uno al comienzo y al final del tramo que se deja sin servicio, y otros dos lo más cerca posible de la zona de trabajo.

Aunque este sistema protege frente al riesgo eléctrico, puede provocar otros riesgos, como caídas o golpes, porque en el momento del cortocircuito se produce un gran estruendo que puede asustar al técnico.

Señalización de la zona de trabajo

La zona dónde se están realizando los trabajos se señalizará por medio de vallas, conos o dispositivos análogos. Si procede, también se señalizarán las zonas seguras para el personal que no está trabajando en la instalación.

Pablo J. Rodríguez
Ing. Ambiental
Lic. Seguridad e Higiene Laboral