

[La Empresa](#)[Capacitación](#)[Higiene Industrial](#)[Seguridad Industrial](#)[Gestión Ambiental](#)[Publicaciones](#)[Asesores](#)[Vínculos](#)[Centro de Entrenamiento](#)

MANCERA – Seguridad y Salud en el Trabajo Ltda, ha desarrollado un test interactivo sobre trabajo en alturas para que te pruebes jugando.

Elaborado por Mario Ramón Mancera Ruiz

[PROBAR](#)[SALIR](#)[INSTRUCCIONES](#)

La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 1

En Colombia, se considera trabajo en alturas, todo aquel que se realice a una altura igual o superior a:

1,8 m

1,5 m

Ninguna de las anteriores



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 2

La resolución del Ministerio de la Protección Social de Colombia que Establece la guía técnica para trabajo seguro en alturas es:

736 de 2009

3673 de 2008

1409 de 2012



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 3

De acuerdo a la legislación colombiana, quien debe garantizar la capacitación certificada en trabajo seguro en alturas es:

La ARL

El empleador

Las dos anteriores son correctas



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 4

El procedimiento para rescate en alturas se debe incluir en:

Sub programa de capacitación

Sub Programa de inspecciones

El plan de emergencias



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 5

El nivel administrativo de capacitación en trabajo en alturas lo deben tomar:

Trabajadores que no hacen labores en altura pero toman decisiones sobre el tema,

HSEQ, Compras

Las dos anteriores son verdaderas



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 6

Los trabajadores que deben certificarse en nivel básico para trabajo seguro en alturas son:

Trabajadores que hacen labores a
Distinto nivel del piso pero
Menor a 1,5 m de altura

Trabajadores que laboran en
plataformas elevadizas cerradas

Las dos anteriores son verdaderas



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 7

Los trabajadores que deben certificarse en nivel intermedio para trabajo seguro en alturas son:

Los que realizan tanto desplazamiento horizontal como vertical

Los que realizan labores en plataformas elevadizas

En la actual legislación no esta el Nivel intermedio



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 8

Los trabajadores que deben certificarse en nivel avanzado para trabajo seguro en alturas son aquellos que:

Realizan desplazamiento vertical
y horizontal en alturas

Realizan desplazamiento a
grandes alturas

Quienes han aprobado el nivel
intermedio



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 9

Para que un entrenador para trabajo seguro en alturas en Colombia, pueda dictar los cursos, además de haber sido certificado por el SENA debe:

Gestionar ante el SENA la resolución que lo autoriza para dictar los cursos

Establecer un programa de capacitación y entrenamiento

Las dos anteriores son falsas, es suficiente con el certificado del SENA



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 10

El curso de capacitación para entrenadores en trabajo seguro en alturas tiene una duración de:

40 horas

120 horas

24 horas



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 11

El curso para trabajadores certificados en nivel avanzado en alturas, tiene una duración de:

24 horas

16 horas

40 horas



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 12

Un trabajador certificado en nivel avanzado para trabajo seguro en alturas queda autorizado para dictar cursos en este nivel

Verdadero

Falso

Únicamente a trabajadores de
Su misma empresa



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 13

Se consideran medidas de prevención de caídas todas aquellas que solas o en conjunto, son implementadas para advertir o evitar la caída de un trabajador, cuando este realiza labores en altura, como por ejemplo una baranda, la capacitación y la señalización

Verdadero

Falso

Verdadero pero están mal los ejemplos



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 14

Se consideran medidas de protección de caídas todas aquellas que solas o en conjunto, son implementadas para detener la caída de un trabajador, cuando este realiza labores en altura. Por ejemplo un sistema de protección contra caídas conformado por anclaje, arnés y conector

Verdadero

Falso

Verdadero pero están mal los ejemplos



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 15

Las argollas laterales del arnés son exclusivamente para conectarlas a:

Un punto de posicionamiento

Un punto de anclaje contra caídas

Las dos anteriores son verdaderas



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 16

Para disminuir la distancia de caída debemos:

Utilizar la eslinga lo mas corta posible
y ubicar el punto de anclaje
lo mas alto posible

Ajustar adecuadamente el arnés

Las dos anteriores son verdaderas



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 17

En Colombia, la longitud máxima de una eslinga para trabajo seguro en alturas es de:

1,80 m

60 cm

2,0 m



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 18

La longitud máxima que se debe dejar para la línea de posicionamiento
Durante el trabajo es de:

1,80 m

60 cm

1, 10 m



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 19

Un sistema básico de protección contra caídas, está conformado por:

Línea de vida y arnés

Punto de anclaje, línea de vida
y arnés

Punto de anclaje, arnés y
conectores



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 20

Un punto de anclaje debe tener una resistencia mínima por trabajador de:

2.500 lbs

3.600 lbs

5.000 lbs



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 21

El sistema mas seguro de descenso en trabajo en alturas es:

Ocho

Descendedor automático

Rack



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 22

Un rescatista de 75 Kg, va a rescatar a un trabajador de 78 Kg que quedó suspendido. Puede hacer el rescate utilizando un stop descender que los va a soportar a los dos ?

SI

No porque la resistencia del stop descender es de 150 Kg

Las dos anteriores son falsas



La Empresa Capacitación Higiene Industrial Seguridad Industrial Gestión Ambiental Publicaciones Asesores Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 23

La resolución 1409 de 2012 del Minsiterio del Trabajo:

Deroga las disposiciones que
le sean contrarias

Deroga a la Resolucion 3673
de 2008

Deroga todas las disposiciones
anteriores



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 24

Usualmente una cinta pick up es utilizada para:

Procedimientos de rescate

Primeros auxilios

Señalizar los anclajes de gran altura



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 25

Es factible utilizar un freno de cuerda en un cable:

Verdadero

Solo si el tamaño y forma
son compatibles

Falso



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 26

Para el trabajo en postes con pretales, es necesario utilizar un tercer pretal

Falso

Solo en postes de mas de
10 metros

Verdadero



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 27

El absorvedor de impacto ó choque, reduce el impacto sobre el trabajador a:

< 900 lbs

5000 lbs

3.600 lbs



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 28

El Absorvedor de impacto aumenta la longitud de la caída en:

1,80 m

1,50 m

Entre 1 y 1,10 m



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 29

Los nudos reducen la resistencia de la cuerda

Falso

Solo en los casos que no
sean nudos homologados

Verdadero



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

Pregunta 30

Al adquirir ó utilizar equipos para trabajo en alturas es necesario verificar

Compatibilidad en tamaño, forma y materiales. Norma que cumple y Resistencia. Hacer inspección

Factor de seguridad

Las dos anteriores son verdaderas



Test Trabajo Seguro en Alturas

La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento



LO SENTIMOS - NO ACERTÓ

SEGUIR CON LA PREGUNTA:

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

SALIR

Test Trabajo Seguro en Alturas

La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento



¡ ¡ ¡ FELICITACIONES - MUY BIEN !!!

SEGUIR CON LA PREGUNTA:

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | | | | | | | | | | | | | | |

SALIR

Test Trabajo Seguro en Alturas

[La Empresa](#)[Capacitación](#)[Higiene Industrial](#)[Seguridad Industrial](#)[Gestión Ambiental](#)[Publicaciones](#)[Asesores](#)[Vínculos](#)[Centro de Entrenamiento](#)

Escoger Pregunta

SEGUIR CON LA PREGUNTA:

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

SALIR

INSTRUCCIONES

INTERPRETACIÓN DE LOS BOTONES

PROBAR

Ingresa al Test

SALIR

Sale del test



Va al inicio:
Presentación del test



Pasa a la pregunta
anterior



Pasa a la pregunta
siguiente



Escoger pregunta

PASOS

1. Ingrese ó salga del test.
2. Si ingresó lea la pregunta y haga click sobre la respuesta correcta.
3. En caso de acertar o no, podrá escoger la pregunta que quiera de la 1 a la 50, haciendo clic sobre el número deseado para continuar.

NOTA: Recuerde el número de la pregunta en la que va, para que pueda regresar a ella ó a la siguiente.



La Empresa

Capacitación

Higiene Industrial

Seguridad Industrial

Gestión Ambiental

Publicaciones

Asesores

Vínculos

Centro de Entrenamiento

FIN

GRACIAS POR SU TIEMPO

