Riesgo Eléctrico

Las 5 reglas de oro y el trabajo eléctrico seguro

Duración: 12 horas **Módulos: 8 módulos** **Nivel: Técnico**

1 · Presentación

Formar al participante en la prevención del riesgo eléctrico con criterio de ingeniería: fundamentos de electricidad y efectos fisiológicos de la corriente, contactos directos e indirectos, distancias de seguridad en BT/MT/AT, protección por puesta a tierra y diferenciales, las 5 reglas de oro del trabajo sin tensión, EPP dieléctrico, permisos y respuesta ante emergencias eléctricas.

2 · Objetivos específicos

- Explicar los efectos de la corriente y los factores de gravedad.
- Distinguir contacto directo e indirecto y su protección.
- Respetar distancias de seguridad en BT, MT y AT.
- Aplicar las 5 reglas de oro del trabajo sin tensión.
- Seleccionar y verificar el EPP dieléctrico.
- Actuar con seguridad ante una emergencia eléctrica.

3 · Dirigido a

Electricistas, personal de mantenimiento y operaciones, supervisores, prevencionistas, ingenieros y técnicos que intervienen instalaciones o trabajan en proximidad de partes energizadas.

4 · Contenido / Temario (8 módulos)

01 Fundamentos eléctricos
Tensión, corriente y resistencia · Ley de Ohm · BT / MT / AT

02 Efectos de la corriente en el cuerpo
Umbrales en mA · Tetanización y fibrilación · Factores de gravedad

03 Contacto directo, indirecto y proximidad
Tipos de contacto · Distancias de seguridad · Arco eléctrico

04 Protección de las instalaciones
Puesta a tierra · Diferencial (RCD) · Aislación y clases

05 Las 5 reglas de oro
Desconectar y bloquear · Verificar ausencia · Tierra y delimitar

06 EPP dieléctrico
Guantes por clase · Calzado y casco clase E · Pértigas y alfombras

07 Trabajos eléctricos y permisos
Sin tensión vs TET · PETAR eléctrico · Personal autorizado

08 Emergencias eléctricas y primeros auxilios
Rescate seguro · Quemaduras y RCP · Incendio clase C

5 · Base normativa

- Ley N° 29783 y D.S. 005-2012-TR – Seguridad y Salud en el Trabajo.
- RM 111-2013-MEM/DM – RESESATE (riesgo eléctrico).
- Código Nacional de Electricidad (CNE) – Utilización.
- NFPA 70E – Seguridad eléctrica en el trabajo (referencia).
- IEC 60364 / IEC 61140 – Instalaciones y protección (referencia).

6 · Cómo funciona · Certificación

Curso de autoaprendizaje en modalidad virtual asincrónica: el participante estudia el material a su propio ritmo y rinde un examen en línea. Se requiere nota mínima aprobatoria para habilitar el certificado oficial (opcional).

Certificado digital: S/ 39	PDF con código único y QR de verificación.
Certificado impreso: S/ 90	Hoja membretada y sellada, con envío en Lima.