



*Un sistema de protección individual contra caídas de altura (sistema anticaídas) garantiza la parada segura de una caída, de forma que:*

- *La distancia de caída del cuerpo sea mínima*
- *La fuerza de frenado no provoque lesiones corporales*
- *La postura del usuario, una vez producido el frenado de la caída, sea tal que permita al usuario, dado el caso, esperar auxilio.*

**EN353-2:** *Anticaídas móvil sobre soporte de enganche flexible.*

*Sistema formado por un anticaídas móvil con bloqueo automático unido a un soporte de enganche flexible (cuerda, cable...). Al conjunto puede incorporarse un elemento de disipación de energía. Ej: para desplazamientos verticales o sobre superficies inclinadas con una gran posibilidad de desplazamiento.*

**EN354** *Correas.*

*Elementos de conexión o componentes de un sistema. Una correa puede ser de cuerda de fibras sintéticas, de cables metálicos, de correa clásica o de cadena. Longitud máxima: 2 metros. Cuidado: Una correa sin absorción de energía no debe ser utilizada como un sistema de parada de las caídas. Ej: sólo se puede utilizar para evitar los riesgos de caída.*

**EN361:** *Arnés de protección contra las caídas.*

*Dispositivo de prensión del cuerpo destinado a parar las caídas. El arnés de anticaídas puede estar formado por correas, hebillas y otros elementos, colocados y ajustados de manera apropiada sobre el cuerpo de un individuo para sujetarlo durante una caída y después de la misma.*

**EN362:** *Conector.*

*Elemento de conexión o componente de un sistema. Un conector puede ser un mosquetón o un gancho.*