



FEUZ

FUNDACIÓN EMPRESA - UNIVERSIDAD
ZARAGOZA

**PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES
DEL PERSONAL DE OFICINAS**

2016

METODOLOGÍA DE LOS CURSOS

Cursos interactivos sobre materias especializadas en los que el alumno avanza de forma guiada bajo una concepción “learning by doing” (aprender haciendo). En los cursos del Área de Informática, el alumno interactúa con el programa informático en el que se está formando sin necesidad de tenerlo instalado en su equipo. En los cursos del Área de Administración y Dirección de Empresas, el alumno se involucra en situaciones reales convirtiéndose en el verdadero protagonista de la formación. Nuestros cursos pueden ser realizados por cualquier alumno sin necesidad de conocimientos previos, pudiendo llegar al nivel de profundidad y complejidad que cada alumno requiera siguiendo un avance progresivo. Además, son altamente intuitivos y sencillos de utilizar y ofrecen manuales de gran profundidad que amplían el contenido interactivo.

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DEL PERSONAL DE OFICINA

PRESENTACIÓN

Durante este curso aprenderemos las causas más frecuentes de accidentes laborales del personal de oficinas, cómo evitarlos y en el caso de que se produzcan, buscar una solución.

OBJETIVOS Y CONTENIDO

El objetivo de este curso es ofrecer una visión global del trabajo que ayudará al alumno a entender mejor el entorno y los posibles daños derivados de unas condiciones de trabajo inadecuadas. Así como el marco conceptual y legislativo en el que se desarrolla la prevención de riesgos laborales.

Conceptos de seguridad y salud en el trabajo

El objetivo de esta lección es ofrecer una visión global del trabajo que ayudará al alumno a entender mejor el entorno y los posibles daños derivados de unas condiciones de trabajo inadecuadas. Contenido: 1. Presentación y objetivos. 2. El trabajo y la salud. 3. Los riesgos laborales. 4. Consecuencias de los riesgos.

Marco normativo

El objetivo de esta lección es ofrecer una visión global del marco conceptual y legislativo en el que se desarrolla la prevención de riesgos laborales. Contenido: 1. Marco normativo. 2. Derechos y deberes básicos. 3. Las directivas comunitarias - Alcance y fundamentos jurídicos. 4. La legislación básica aplicable - La ley de prevención de riesgos laborales. 5. LPRL. Consulta y participación de los trabajadores en la seguridad y salud en el trabajo. 6. LPRL. Reglamento de



los servicios de prevención. 7. LPRL. Reglamentaciones técnicas específicas derivadas de la ley.
8. LPRL. Otras disposiciones.

RIESGOS GENERALES Y SU PREVENCIÓN

El alumno aprenderá a reconocer los riesgos y controlarlos estableciendo las medidas preventivas apropiadas. Conocerá los distintos tipos de protección y sus aplicaciones. Aprenderá las nociones básicas de actuación en una emergencia y el marco normativo básico de la vigilancia de la salud.

Los riesgos ligados a las condiciones de seguridad (I)

En esta lección el alumno aprenderá por qué se producen los accidentes de trabajo debidos a la falta de seguridad en el trabajo y adquirirá los conocimientos necesarios para establecer los modelos de actuación preventivos. Contenido: 1. Presentación y Objetivos. 2. Seguridad en el trabajo. 3. El lugar y la superficie de trabajo. 4. Las herramientas. 5. Utilización de máquinas. 6. Fabricantes, suministradores e importadores de máquinas.

Los riesgos ligados a las condiciones de seguridad (II)

En esta lección el alumno aprenderá por qué se producen los accidentes de trabajo debidos a la falta de seguridad en el trabajo y adquirirá los conocimientos necesarios para establecer los modelos de actuación preventivos. Contenido: 1. La electricidad. 2. Los incendios. 3. Extintores. 4. Extintores. Etiquetas. 5. Selección de un extintor portátil. 6. Normas de utilización de un extintor portátil. 7. Mantenimiento de los extintores portátiles.

Los riesgos ligados a las condiciones de seguridad (III)

En esta lección el alumno aprenderá por qué se producen los accidentes de trabajo debidos a la falta de seguridad en el trabajo y adquirirá los conocimientos necesarios para establecer los modelos de actuación preventivos. Contenido: 1. Señalización. 2. Almacenamiento manipulación y transporte. 3. Transporte y manejo manual y mecánico de materiales. 4. El mantenimiento.

Riesgos ligados al medio ambiente de trabajo (I)

Describe como identificar los posibles riesgos derivados del medio ambiente de trabajo. Contenido: 1. Presentación y objetivos. 2. Higiene industrial. 3. Higiene industrial. La



exposición a agentes físicos. Energía mecánica. 4. Higiene industrial. Exposición a agentes físicos. Energía electromagnética. 5. Higiene industrial. Exposición a agentes físicos. Energía térmica. 6. Higiene industrial. Exposición a agentes físicos. La iluminación.

Riesgos ligados al medio ambiente de trabajo (II)

Describe como identificar los posibles riesgos derivados del medio ambiente de trabajo. Contenido: 1. Higiene industrial. La exposición a agentes químicos. 2. Higiene industrial. Exposición a agentes biológicos. 3. Evaluación del riesgo a diferentes agentes físicos, químicos y biológicos. 4. El control del riesgo. 5. El control del riesgo. Actuaciones sobre el foco. 6. El control del riesgo. Actuaciones sobre el medio. 7. El control del riesgo. Actuaciones sobre el receptor – trabajador.

La carga de trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral

Conocer los factores que hacen que el trabajo se adapte al trabajador, analizando la carga de trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral y las recomendaciones y medidas para minimizar los efectos. Contenido: 1. Presentación y objetivos. 2. La carga de trabajo. 3. La carga de trabajo. La carga física. 4. La carga de trabajo. La carga mental. 5. La carga de trabajo. La fatiga. 6. La insatisfacción laboral.

Sistemas elementales de control de riesgos, protección colectiva e individual

Introducción a los diferentes tipos de protección y sus aplicaciones más elementales. Contenido: 1. Presentación y objetivos. 2. La protección de la seguridad y salud de los trabajadores en el trabajo. 3. Protección colectiva. 4. Protección individual / E.P.I.

Planes de emergencia y evacuación

Describe las nociones básicas de actuación en una emergencia con el fin de capacitar al personal para enfrentarse a ellas y de esta manera evitar o minimizar los daños a las personas o instalaciones. Contenido: 1. Presentación y objetivos. 2. Planes de emergencia y evacuación. 3. Tipos de accidentes graves. 4. Clasificación de las situaciones de emergencia. 5. Organización de las emergencias. 6. Actuación en un plan de emergencia interior. 7. Información de apoyo para la actuación de emergencia. 8. Simulacros.

El control de la salud de los trabajadores

En esta lección aprenderá el marco normativo básico y los principios relacionados con la vigilancia de la salud. Además obtendrá los conocimientos necesarios para interpretar la información relacionada con ésta. Contenido: 1. Presentación y objetivos. 2. La vigilancia de la salud. 3. Aplicación de los reconocimientos médicos preventivos a la medicina del trabajo.

GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS

Identificar los organismos públicos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo. Conocer y establecer un sistema de gestión y evaluación de riesgos.

Organismos públicos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo

Describe las instituciones y organismos públicos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo, y las distintas funciones y servicios que tienen atribuidos. Contenido: 1. Presentación y objetivos. 2. Instituciones y organismos internacionales. 3. Organismos nacionales. 4. Organismos de carácter autonómico.

Gestión, organización y documentación de prevención de riesgos laborales

Permite conocer cómo es un sistema de gestión de la prevención de riesgos laborales, así como las distintas modalidades de recursos humanos y materiales que existen para el desarrollo de la actividad preventiva. Contenido: 1. Presentación y objetivos. 2. Gestión de la prevención de riesgos laborales. 3. Sistema de gestión de riesgos laborales I. 4. Sistema de gestión de riesgos laborales II. 5. Modalidades de recursos materiales y humanos para desarrollar las actividades preventivas.

Evaluación inicial de riesgos

Como realizar una evaluación de riesgos, teniendo en cuenta la naturaleza de la actividad de la empresa, y prestando especial atención a los trabajadores expuestos a riesgos especiales. Contenido: 1. Objeto del informe. 2. Metodología de análisis. 3. Recomendaciones de carácter general y obligaciones legales.

PRIMEROS AUXILIOS

Describe como prestar los primeros auxilios a las personas accidentadas.



FEUZ

FUNDACIÓN
EMPRESA
UNIVERSIDAD
ZARAGOZA

Primeros auxilios

Cómo realizar primeros auxilios. Contenido: 1. Introducción. 2. Paro cardiorespiratorio. 3. Hemorragias. 4. Heridas. 5. Quemaduras. 6. Cuerpos extraños. 7. Intoxicaciones. 8. Fracturas. 9. Recomendaciones generales.

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DEL PERSONAL DE OFICINAS

En este módulo aprenderemos las causas más frecuentes de accidentes laborales del personal de oficinas, cómo evitarlos y en el caso de que se produzcan, buscar una solución.

Riesgos laborales

En esta primera lección conoceremos los posibles riesgos laborales en una oficina y la forma de evitarlos. Contenido: 1. Riesgos en las oficinas. 2. Tipos de riesgos. 3. Adaptar el entorno de trabajo. 4. La importancia de la iluminación. 5. Trabajos con pantallas de visualización. 6. Normas generales a utilizar en su rutina laboral.

Enfermedades en que influye el entorno

En esta lección aprenderemos las causas que pueden provocarnos una enfermedad profesional y veremos algunas posibles soluciones para evitarlas. Contenido: 1. Trabajos de atención al público. 2. Medidas preventivas. 3. Diez consejos para manejar el estrés personal.

Riesgos que existen en un incendio

En esta lección nos centramos en lo relativo a incendios en el puesto de trabajo, cómo prevenirlos y en el caso de que se declaren, cómo debemos actuar para apagarlos y evacuar al personal. Contenido: 1. Prevención de incendios. 2. Actuación en caso de incendio. 3. Apagar un incendio. 4. Evacuación.

Otras medidas preventivas y obligaciones

En esta lección conoceremos medidas de prevención en otros ámbitos, nociones básicas de primeros auxilios y las obligaciones que tiene un trabajador a la hora de prevenir riesgos propios o de terceras personas. Contenido: 1. Educación Vial. 2. Primeros auxilios. 3. Obligaciones del trabajador. 4. Prevenir posibles Riesgos Laborales.



FEUZ

FUNDACIÓN EMPRESA - UNIVERSIDAD
ZARAGOZA

Fernando el Católico, 59, Escalera Dcha., 1º Izda.
50006 Zaragoza

Tel. +34.976.351.508

formacion@feuz.es
www.feuz.es