



## FORMACIÓN

### “Nivel básico PRL 60 h adecuado a Oficinas”

Según art. Anexo IV del R.D. 39/97, de 17 de enero, sobre reglamento de los servicios de prevención.

PREVENFOR SOLUCIONES a través de este curso quiere formarte en los principios básicos sobre prevención de riesgos laborales de acuerdo al citado RD capacitándote como Técnico de Nivel básico en Prevención de riesgos laborales así mismo Incluye además una parte de temario específico en función del Sector Profesional en que se encuadra la actividad laboral que desempeña el alumno en Oficinas.

#### Duración y modalidad

Teleformación 60 horas

#### Dirigido a

Este curso va dirigido a todo el personal que por necesidades de trabajo requiera de una formación de nivel básico en prevención adecuada a Oficinas.

#### Objetivos

- El objetivo principal del curso es capacitar a los trabajadores en el desarrollo de actividades específicas de prevención de riesgos laborales en el seno de la empresa.
- Dentro de estas capacitaciones, en el RD 39/97 se establecen todas las funciones que se podrán desarrollar con esta capacitación.
- Este curso también te capacita para poder ser trabajador designado en materia de prevención de riesgos laborales en la empresa.
- Este curso te capacita para poder ser nombrado recurso preventivo en la empresa de acuerdo al RD 171/2003.
- También te capacita para asumir la prevención de riesgos laborales en la empresa conforme a las distintas modalidades organizativas para acometer las obligaciones en materia de prevención de riesgos laborales.



## Índice

### Bloque teórico:

#### 1 Conceptos básicos sobre seguridad y salud

- 1.1 El trabajo y la salud
- 1.2 Los Riesgos Profesionales
- 1.3 Factores de Riesgo Laboral
- 1.4 Incidencia de los factores de riesgo sobre la salud
- 1.5 Daños derivados del trabajo
- 1.6 Accidentes de trabajo
- 1.7 Enfermedades profesionales
- 1.8 Diferencia entre Accidentes de trabajo y Enfermedad profesional
- 1.9 Otras patologías derivadas del trabajo
- 1.10 Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos
- 1.11 Deberes y obligaciones básicas en esta materia
- 1.12 Política de Prevención de Riesgos Laborales
- 1.13 Fomento de la toma de conciencia
- 1.14 Participación, información, consulta y propuestas
- 1.15 El empresario
- 1.16 El trabajador
- 1.17 Cuestionario: Conceptos básicos sobre seguridad y salud

#### 2 Riesgos generales y su prevención

- 2.1 Caídas de personas a distinto o al mismo nivel
- 2.2 Proyección de fragmentos o partículas
- 2.3 Golpes o cortes por objetos y herramientas
- 2.4 Atrapamiento por vuelco de máquina
- 2.5 Golpes atrapamientos por derrumbamiento
- 2.6 Contacto eléctrico
- 2.7 Sobreesfuerzo
- 2.8 Exposición al polvo o a ruidos
- 2.9 Dermatitis profesional y riesgos de contaminación
- 2.10 Riesgos ligados al medio ambiente del trabajo
- 2.11 Contaminantes químicos
- 2.12 Toxicología laboral
- 2.13 Medición de la exposición a contaminantes



- 2.14 Corrección ambiental
- 2.15 Contaminantes físicos
- 2.16 Energía mecánica
- 2.17 Energía térmica
- 2.18 Energía electromagnética
- 2.19 Contaminantes biológicos
- 2.20 La carga del trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral
- 2.21 Sistemas elementales de control de riesgos
- 2.22 Protección colectiva
- 2.23 Equipos de Protección individual
- 2.24 Protección del cráneo
- 2.25 Protectores del aparato auditivo
- 2.26 Protectores de la cara y del aparato visual
- 2.27 Protectores de las vías respiratorias
- 2.28 Protección de las extremidades y piel
- 2.29 Protectores del tronco y el abdomen
- 2.30 Protección total del cuerpo
- 2.31 Control de riesgos derivados de trabajos en altura
- 2.32 Características del riesgo de caída de altura
- 2.33 Características generales de los dispositivos
- 2.34 Clasificación y campos de aplicación
- 2.35 Planes de emergencia y evacuación
- 2.36 Organización del plan de emergencia
- 2.37 Señalización
- 2.38 Clases de señalización y utilización
- 2.39 Señalización óptica
- 2.40 Señales en forma de panel
- 2.41 Señales gestuales
- 2.42 Señales luminosas
- 2.43 Señalización acústica y otras señalizaciones
- 2.44 El control de salud de los trabajadores
- 2.45 La vigilancia de la salud de los trabajadores
- 2.46 Integración de los programas de vigilancia de la salud
- 2.47 Cuestionario: Riesgos generales y su prevención

### **3 Riesgos específicos en oficinas**

- 3.1 Pasillos y zonas de trabajo
- 3.2 Puertas y mamparas



- 3.3 Instalaciones y receptores eléctricos
- 3.4 Estanterías, mesas y archivadores
- 3.5 Condiciones organizativas y relaciones personales
- 3.6 Condiciones ambientales
- 3.7 Incendios y otras situaciones de emergencia
- 3.8 Escaleras fijas
- 3.9 Ascensores y montacargas
- 3.10 Trato con clientes
- 3.11 Pantallas de visualización de datos
- 3.12 Conducción de vehículos
- 3.13 Manipulación manual de cargas
- 3.14 Escaleras de mano
- 3.15 Trabajos de limpieza
- 3.16 Cuestionario: Riesgos específicos en oficinas

#### **4 Elementos básicos de gestión de la prevención**

- 4.1 Intervención de las administraciones públicas en materia preventiva
- 4.2 Organización preventiva del trabajo
- 4.3 Procedimiento general de la planificación
- 4.4 Documentación - recogida, elaboración y archivo
- 4.5 Representación de los trabajadores
- 4.6 Cuestionario: Elementos básicos de gestión de la prevención

#### **5 Primeros auxilios**

- 5.1 Procedimientos generales
- 5.2 Eslabones de la cadena de socorro
- 5.3 Evaluación primaria de un accidentado
- 5.4 Normas generales ante una situación de urgencia
- 5.5 Reanimación cardiopulmonar
- 5.6 Actitud a seguir ante heridas y hemorragias
- 5.7 Fracturas
- 5.8 Traumatismos craneoencefálicos
- 5.9 Lesiones en columna
- 5.10 Quemaduras
- 5.11 Lesiones oculares
- 5.12 Intoxicaciones, mordeduras, picaduras y lesiones por animales marinos
- 5.13 Plan de actuación
- 5.14 Cuestionario: Cuestionario final