

## FORMACIÓN TEÓRICA

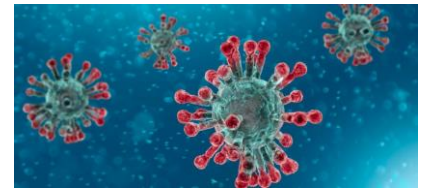
### “Prevención de riesgos personales y en el trabajo frente a la COVID-19”

#### Objetivos del curso

Mediante este itinerario formativo pretendemos poner un poco de orden ante la ingente información publicada relacionada con la pandemia del coronavirus llamado también COVID-19. En este contenido se formará sobre cuál es su origen, síntomas, cómo se contagia, tasa de mortalidad, medidas que han tomado las empresas, medidas de higiene para evitar el contagio en casa, en el trabajo, en espacios públicos. Hemos creído conveniente también incluir conocimientos sobre primeros auxilios, principalmente debido a que ante la saturación de las urgencias y servicios médicos en los hospitales, no está de más conocer cómo actuar ante una emergencia o accidente hasta que acudan los servicios médicos a nuestra llamada. Por último, incluimos también una serie de recomendaciones para evitar el alarmismo, así como las falsas esperanzas que se producen ante la impresionante sobresaturación informativa y la aparición de todo tipo de bulos especialmente en las redes sociales y ante una sociedad `hiperconectada`.

#### Duración y modalidad

Teleformación 10 horas



## ÍNDICE

### 1 Qué es el coronavirus

- 1.1 Qué es el coronavirus
- 1.2 Síntomas
- 1.3 Cómo se contagia
- 1.4 Tasa de contagio y mortalidad

### 2 Conceptos básicos sobre seguridad y salud en el trabajo

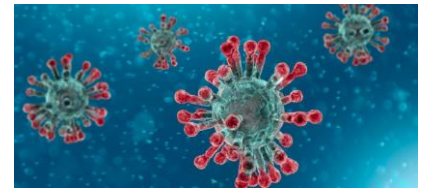
- 2.1 El Trabajo y la Salud - Conceptos a tener en cuenta y el efecto del COVID-19 en el ámbito laboral
- 2.2 Riesgo Laboral
- 2.3 El empresario
- 2.4 Equipo de protección individual

### 3 Medidas que pueden tomar las empresas

- 3.1 Paralización de la actividad por decisión de la empresa
- 3.2 Medidas preventivas en el caso de poder continuar con la actividad
- 3.3 El teletrabajo como medida organizativa

### 4 Medidas de higiene para evitar contagios

- 4.1 Medidas genéricas
- 4.2 Lavarse las manos
- 4.3 Desinfectar móviles o celulares, tabletas y otros dispositivos o periféricos tecnológicos
- 4.4 Si está confinado en casa
- 4.5 Recomendaciones si está confinado en casa con una persona con síntomas leves por COVID-19
- 4.6 Si está asistiendo al puesto de trabajo
- 4.7 Cómo actuar en espacios públicos
- 4.8 Uso de mascarillas
- 4.9 Como ponerse, usar, quitarse y desechar una mascarilla
- 4.10 Uso de guantes



## 5 El peligro de la información Las Redes Sociales y sus bulos

- 5.1 Situación emocional ante un confinamiento
- 5.2 Las Redes Sociales
- 5.3 Páginas en internet donde poder comprobar noticias falsas o bulos respecto al COVID-19

## 6 Conceptos básicos sobre Primeros Auxilios

- 6.1 Procedimientos generales
- 6.2 Activación del sistema de emergencia
- 6.3 Eslabones de la cadena de socorro
- 6.4 Normas generales ante una situación de urgencia
- 6.5 Actitud a seguir ante heridas y hemorragias
- 6.6 Fracturas
- 6.7 Traumatismos craneoencefálicos y lesiones en columna
- 6.8 Quemaduras
- 6.9 Lesiones oculares
- 6.10 Intoxicaciones, mordeduras y picaduras

## 7 Resumen de medidas frente al COVID-19

- 7.1 Teléfonos de información sobre COVID-19
- 7.2 Cuáles son los síntomas del COVID-19
- 7.3 Qué hacer si presentas estos síntomas
- 7.4 Cuando es correcto usar guantes
- 7.5 Como sobrellevar mejor el confinamiento
- 7.6 Cuestionario: Cuestionario final