

## PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN OFICINAS



**Dirigido a:**

**Objetivos:**

Esta formación debe tener una duración no inferior a 30 horas, con un contenido y una distribución horaria conforme al apartado B del Anexo IV del RD 39/1997 de 30 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, BOE nº17 de 31 de enero de 1997.

Funciones de nivel básico:

- Promover los comportamientos seguros y la correcta utilización de los equipos de trabajo y protección, y fomentar el interés y cooperación de los trabajadores en una acción preventiva integrada.
- Promover, en particular, las actuaciones preventivas básicas, tales como el orden, la limpieza, la señalización y el mantenimiento general, y efectuar su seguimiento y control.
- Realizar evaluaciones elementales de riesgos y, en su caso, establecer medidas preventivas del mismo carácter compatibles con su grado de formación.
- Colaborar en la evaluación y el control de los riesgos generales y específicos de la empresa, efectuando visitas al efecto, atención a quejas y sugerencias, registro de datos, y cuantas funciones análogas sean necesarias.
- Actuar en caso de emergencia y primeros auxilios gestionando las primeras intervenciones al efecto.
- Cooperar con los servicios de prevención.

**Contenidos formativos:**

### ÍNDICE

- 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

**Duración:** 60 Horas

**Fecha Inicio:** -

**Fecha Fin:** -

**Horario:** -

**Lugar Impartición:** Consultar

**Precio:** 420,00€

**Descuentos:** PRECIO UNICO

**Tipo de Formación:** -

**Requisitos:** Consultar

**Calendario:** Estamos actualizando el contenido, perdona las molestias.

*\* Delfín Formación es una entidad inscrita y acreditada en el registro de Centros y Entidades de Formación Profesional para el Empleo de la Comunidad Valenciana.*

*\* Si tienes cualquier duda, por favor llámanos al 965 34 06 25 o envíanos un WhatsApp al 607 74 52 82, te responderemos lo más rápido posible.*

