

Modalidad: curso e-Learning Duración: 25 horas

Categorías: PRL, seguridad y medioambiente

OBJETIVOS

1.Reconocer la relación entre trabajo y salud.2.Reconocer la regulación legal existente a nivel internacional y nacional.3.Reconocer las causas por las que puede ocurrir un accidente de trabajo.4.Reconocer los riesgos generales ligados al trabajo.5.Saber aplicar las medidas preventivas adecuadas a cada riesgo.6.Reconocer los síntomas y aplicar la técnica de primeros auxilios adecuada.7.Conocer los modelos de organización y estadísticas básicas. 8.Realizar las investigaciones de los accidentes para evitar que se vuelvan a producir. 9.Reconocer los riesgos ligados a las condiciones de seguridad y saber aplicar las medidas preventivas adecuadas. 10.Reconocer los riesgos asociados al uso de PVD y saber aplicar las medidas preventivas adecuadas.11.Conocer y saber aplicar los protocolos de actuación en caso de emergencia.

CONTENIDOS

Unidad 1. PRL, SEGURIDAD Y MEDIOAMBIENTE: conceptos básicos1.El trabajo y la salud: los riesgos profesionales2.Daños derivados del trabajo3.Marco normativo4.Causas de los accidentesUnidad 2. Factores de Riesgo1.Riesgos ligados a las condiciones de seguridad2.Riesgos ligados al medio ambiente de trabajo3.La carga de trabajo, fatiga e insatisfacción laboral4.Control de la salud5.Medidas de emergencia y planes de autoprotecciónUnidad 3. Primeros Auxilios1.Protocolo PAS.2.Reanimación Cardio Pulmonar (RCP) básica + Desfibrilador Externo Automático (DEA)3.Maniobra de Heimlich4.Heridas5.Accidentes de tráficoUnidad 4. Gestión de la PRL, SEGURIDAD Y MEDIOAMBIENTE1.Organización de la prevención2.Investigación de accidentes3.EstadísticaUnidad 5. Seguridad1.Caídas al mismo nivel2.Caídas a distinto nivel2.1 Escaleras de mano3.Desplome de objetos4.Cortes5.Manipulación manual de cargas5.1 La columna vertebral5.2 Acciones de las fuerzas sobre los discos intervertebrales5.3 Cómo realizar una manipulación manual de cargas correcta6.El uso de medios mecánicos para el transporte de cargas7.Contactos eléctricosUnidad 6. PVD1.El trabajo con pantallas de visualización de datos (PVD)1.2 Consecuencias y lesiones2.Los usuarios de PVD3.El puesto de trabajo con PVD3.1 Mesa o superficie de trabajo3.2 Silla de trabajo3.3 Teclado3.4 Ratón3.5 Porta documentos o atril3.4 Reposapiés4.Posturas en el trabajo con PVD4.1 Ejemplos de posturas inadecuadas en el uso de PVD5.Condiciones de iluminación5.1 Regulación del brillo y del contraste5.2 Polaridad positiva y polaridad negativa5.3 Sistema de iluminación y el entorno visual5.4 Medidas de prevención de la fatiga visual6.La fatiga mental7.La relajación muscularUnidad 7. Emergencias1.Legislación en actuación y prevención ante situaciones de emergencia2.Los planes de emergencia y evacuación de los centros de trabajo2.1 Los equipos de emergencia2.2 Niveles de emergencia3.Prevenición de riesgo de incendio4.Consignas de actuación en caso de incendios4.1 Efectos nocivos de la combustión4.2 Consignas de actuación en caso de detectar un incendio y dar la voz de alarma4.3 Tipos de extintores y usos

