

# PROGRAMA FORMATIVO

## Básico de Prevención de Riesgos Laborales para el Sector Oficina-Comercio. FCOS02 - versión online

Código: 12271

Modalidad: ON LINE

Duración: 30 horas

### Objetivos:

- Establecer el marco conceptual y legislativo que rodea la prevención de riesgos laborales.
- Realizar evaluaciones elementales de riesgos y establecer medidas preventivas así como participar en las acciones de emergencia.
- Detectar los principales riesgos inherentes al puesto de trabajo y adoptar las medidas preventivas elementales.
- Reconocer la forma de gestionar la prevención de riesgos laborales en la empresa, los principios que integran la acción preventiva y la organización de la prevención en la empresa, conociendo las diferentes instituciones y organismos, nacionales e internacionales, que intervienen en el ámbito de la prevención de riesgos.

### Contenidos:

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

El trabajo y la salud: riesgos profesionales. Factores de riesgo.

Daños derivados del trabajo. Los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales. Otras patologías derivadas del trabajo

Accidentes de trabajo

Enfermedades profesionales

Otras patologías derivadas del trabajo

Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales

Ley 31/1995

Real Decreto 485/1997

Real Decreto 486/1997

Otras normas relacionadas con la prevención de riesgos laborales

Resumen.

#### Riesgos generales y su prevención

Riesgos ligados a las condiciones de seguridad

Riesgos ligados a los lugares de trabajo

Riesgos ligados a la utilización de máquinas, equipos y herramientas

Riesgos ligados a las instalaciones

Riesgos ligados al medio-ambiente de trabajo

La exposición laboral a agentes físicos

La exposición laboral a agentes químicos

La exposición laboral a agentes biológicos

La carga de trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral

Fatiga

Insatisfacción laboral

Sistemas elementales de control de riesgos. Protección colectiva e individual

Sistemas elementales de control de riesgos

Otros sistemas de control de riesgos: protección colectiva y protección individual

Planes de emergencia y evacuación

Plan de emergencia

Plan de evacuación

Primeros auxilios

Concepto

- Consejos generales de socorrismo
- Activación del sistema de emergencias
- La formación en socorrismo laboral
- La evaluación primaria de un accidentado
- Emergencias médicas: Técnica del soporte vital básico y hemorragias
- El control de la salud de los trabajadores
- Resumen

### **Riesgos específicos y su prevención en el sector oficina-comercio**

Riesgos para la seguridad de las personas

Medidas de prevención de los riesgos

- Seguridad contra incendios
- Diseño y distribución de las oficinas
- Control del almacenamiento
- Golpes y caídas
- Puertas
- Máquinas
- Equipo de oficina
- Mobiliario de oficina
- Cables eléctricos y enchufes
- Archivadores

Riesgos para la salud

- La calidad del aire
- Condiciones termohigrométricas
- Contaminantes químicos
- Iluminación
- Riesgos posturales
- Pantallas de visualización de datos (PVD)
- Ruido

Riesgos en la manipulación de cargas

- Daños
- Riesgos
- Medidas preventivas

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

La gestión de la prevención de riesgos laborales en la empresa

- Obligaciones específicas del empresario

El sistema de Prevención de Riesgos Laborales

- El Sistema de prevención y el Plan de prevención
- Evaluación de los riesgos
- Planificación de la prevención y ejecución de la actividad preventiva
- Documentación

Modalidades de recursos humanos y materiales para el desarrollo de actividades preventivas

- Asunción personal por el empresario de la actividad preventiva
- Designación de trabajadores para la actividad preventiva
- Servicio de prevención propio
- Servicios de prevención mancomunados
- Servicio de prevención ajeno
- Presencia en el centro de trabajo de los recursos preventivos

Organismos públicos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo

- Instituciones y organismos internacionales
- Organismos nacionales
- Organismos de carácter autonómico

Resumen