



INESEM

BUSINESS SCHOOL

***Técnico Básico en Prevención de Riesgos
Laborales + Ergonomía (Doble Titulación
Universitaria + 12 Créditos ECTS)***

+ Información Gratis

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

Técnico Básico en Prevención de Riesgos Laborales + Ergonomía (Doble Titulación Universitaria + 12 Créditos ECTS)

duración total: 325 horas

horas teleformación: 155 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

Si le interesa el ámbito de la prevención de riesgos laborales y ergonomía y quiere conocer todo lo referente a este entorno este es su momento, con el Curso de Técnico Básico en Prevención de Riesgos Laborales + Especialista en Ergonomía podrá adquirir los conocimientos necesarios para desempeñar esta labor con éxito. Actualmente, la prevención de riesgos laborales, y dentro de esta, la ergonomía, se entiende como un medio de aumentar la rentabilidad laboral de los empleados para la empresa en la que trabajan. Con este Curso podrá conocer los aspectos fundamentales de este fenómeno y a desenvolverse con total profesionalidad e independencia.



+ Información Gratis

a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

objetivos

- Desarrollar en el alumnado aquellas competencias necesarias para ejercer las funciones de Técnico en Prevención de Riesgos Laborales de Nivel Básico.
- Adquirir conocimientos que permitan al alumnado identificar, evitar, corregir y prevenir problemas específicos que puedan poner en peligro la salud e integridad de los trabajadores.
- Conocer las leyes y normas en materia de prevención de riesgos laborales en base a la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.
- Analizar los diferentes planes de actuación, técnicas de prevención y de primeros auxilios que favorecen o ayudan a superar diferentes situaciones de riesgo.
- Mejorar la seguridad y ambiente físico en el trabajo.
- Alcanzar un mayor confort en el trabajo.
- Mejorar la calidad productiva.
- Adecuar la carga física y mental al trabajador.
- Abordar los factores psicosociales que influyen en la situación laboral y organización de trabajo del personal.
- Desarrollar unas buenas condiciones de trabajo que favorezcan el buen funcionamiento y productividad de la empresa.
- Proteger la salud del personal, utilizando todos los medios disponibles para evitar los riesgos que conlleva su labor diaria.

para qué te prepara

El Curso de Técnico Básico en Prevención de Riesgos Laborales + Especialista en Ergonomía prepara al alumno para intervenir correcta y eficientemente en la prevención de riesgos laborales relacionados con la ergonomía. Además, contribuye a la protección de la salud del personal del servicio de urgencias hospitalarias utilizando todos aquellos medios disponibles para evitar los riesgos que conlleva asociados a su labor diaria. Con este Curso Prepárese como Técnico en Prevención de Riesgos Laborales de acuerdo a la normativa vigente (Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales).

salidas laborales

Especialistas en ergonomía y responsables de prevención de riesgos laborales en hospitales y centros de salud tanto del campo privado como público, especialistas de estas áreas en oficinas u otro tipo de empresas del sector comercial y de servicios, etc.

titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de INESEM vía correo postal, la Titulación Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).



INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX- XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a (día) de (mes) de (año)

La dirección General



MARIA MORENO HIDALGO

Firma del alumno/a

Sello

NOMBRE DEL ALUMNO/A



forma de bonificación

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

materiales didácticos

- Manual teórico 'Prevención de Riesgos Laborales. Nivel Básico'
- Manual teórico 'Ergonomía'



profesorado y servicio de tutorías

Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado "Guía del Alumno" entregado junto al resto de materiales de estudio. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.

- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como disponer de toda su documentación



plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de ineseem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

comunidad

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

revista digital

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

secretaría

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

PARTE 1. PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

MÓDULO 1. CONCEPTOS BÁSICOS SOBRE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL TRABAJO Y LA SALUD: LOS RIESGOS PROFESIONALES. FACTORES DE RIESGO

1. Conceptos básicos: trabajo y salud
2. Trabajo
3. Salud
4. Factores de Riesgo
5. Condiciones de Trabajo
6. Técnicas de Prevención y Técnicas de Protección

UNIDAD DIDÁCTICA 2. DAÑOS DERIVADOS DEL TRABAJO. LOS ACCIDENTES DE TRABAJO Y LAS ENFERMEDADES PROFESIONALES. OTRAS PATOLOGÍAS DERIVADAS DEL TRABAJO

1. Daños para la salud. Accidente de trabajo y enfermedad profesional
2. Accidente de trabajo
3. Tipos de accidente
4. Regla de la proporción accidentes/incidentes
5. Repercusiones de los accidentes de trabajo
6. Enfermedad Profesional

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MARCO NORMATIVO BÁSICO EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DERECHOS Y DEBERES

1. Normativa
2. Normativa de carácter internacional. Convenios de la Organización Internacional del Trabajo (O.I.T.)
3. Normativa Unión Europea
4. Normativa Nacional
5. Normativa Específica
6. Derechos, obligaciones y sanciones en Prevención de Riesgos Laborales
7. Empresarios. (Obligaciones del empresario)
8. Responsabilidades y Sanciones
9. Derechos y obligaciones del trabajador
10. Delegados de Prevención
11. Comité de Seguridad y Salud

MÓDULO 2. RIESGOS GENERALES Y SU PREVENCIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. RIESGOS LIGADOS A LAS CONDICIONES DE SEGURIDAD

1. Introducción a los Riesgos ligados a las Condiciones de Seguridad
2. Lugares de trabajo
3. Riesgo eléctrico
4. Equipos de trabajo y máquinas
5. Las herramientas
6. Incendios
7. Seguridad en el manejo de Productos Químicos
8. Señalización de Seguridad
9. Aparatos a presión
10. Almacenaje, manipulación y mantenimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 2. RIESGOS LIGADOS AL MEDIO AMBIENTE DE TRABAJO

1. El medio ambiente físico en el trabajo
2. Contaminantes químicos

3. Clasificación de los productos según sus efectos tóxicos
4. Medidas de prevención y control
5. Contaminantes biológicos
6. Tipos y vías de entrada de los contaminantes biológicos
7. Medidas de prevención y control básicas

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA CARGA DE TRABAJO, LA FATIGA Y LA INSATISFACCIÓN LABORAL

1. La Carga Física
2. Criterios de evaluación del trabajo muscular
3. Método del consumo de energía
4. La Postura
5. Manipulación manual de cargas
6. Movimientos Repetitivos
7. La carga mental
8. La Fatiga
9. La Insatisfacción Laboral
10. La organización del trabajo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. SISTEMAS ELEMENTALES DE CONTROL DE RIESGOS. PROTECCIÓN COLECTIVA E INDIVIDUAL

1. La Protección Colectiva
2. Orden y limpieza
3. Señalización
4. Formación
5. Mantenimiento
6. Resguardos y dispositivos de seguridad
7. La protección individual. Equipos de Protección Individual (EPIs)
8. Definición de Equipo de Protección Individual
9. Elección, utilización y mantenimiento de EPIs
10. Obligaciones Referentes a los EPIs

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PLANES DE EMERGENCIA Y EVACUACIÓN

1. Actividades con Reglamentación Sectorial Específica
2. Actividades sin Reglamentación Sectorial Específica
3. Plan de Autoprotección
4. Definición y Objetivos del Plan de Autoprotección
5. Criterios de elaboración de un Plan de Autoprotección
6. Estructura del Plan de Autoprotección
7. Medidas de Emergencia
8. Objetivos de las Medidas de Emergencia
9. Clasificación de las emergencias
10. Organización de las emergencias
11. Procedimientos de actuación
12. Estructura Plan de Emergencia

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES

1. La Vigilancia de la Salud
2. Control biológico
3. Detección precoz

MÓDULO 3. GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN DE LA EMPRESA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ORGANISMOS PÚBLICOS RELACIONADOS CON LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

1. Organismos Públicos relacionados con la Seguridad y Salud en el Trabajo
2. Organismos Europeos relacionados con la Seguridad y Salud en el Trabajo
3. Organismos Nacionales Relacionados con la Seguridad y Salud en el Trabajo

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO PREVENTIVO: RUTINAS BÁSICAS

- 1.El Plan de Prevención
- 2.La Evaluación de Riesgos
- 3.El análisis de riesgos
- 4.Valoración del riesgo
- 5.Tipos de evaluaciones
- 6.Método de evaluación general de riesgos (Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo)
- 7.Planificación de Riesgos o Planificación Actividad Preventiva
- 8.Contenido mínimo de la Planificación Preventiva
- 9.Revisión de la Planificación Preventiva
- 10.Vigilancia de la Salud
- 11.Información y Formación
- 12.Medidas de Emergencia
- 13.Memoria Anual
- 14.Auditorías

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DOCUMENTACIÓN: RECOGIDA, ELABORACIÓN Y ARCHIVO

- 1.Documentación: Recogida, elaboración y archivo
- 2.Modalidades de gestión de la prevención

MÓDULO 4. PRIMEROS AUXILIOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PRIMEROS AUXILIOS

- 1.Principios generales de primeros auxilios
- 2.La actuación del socorrista
- 3.Terminología clínica
- 4.Posiciones de Seguridad
- 5.Material de primeros auxilios
- 6.Asistencias
- 7.Valoración primaria: consciencia-respiración-pulso
- 8.Comprobar el estado de consciencia
- 9.Comprobar funciones respiratorias
- 10.Comprobar funciones cardíacas
- 11.Técnicas de Reanimación. RCP básicas
- 12.Apertura de las vías respiratorias
- 13.Respiración Asistida Boca a Boca
- 14.Si el accidentado no respira y no tiene pulso
- 15.Estado de Shock
- 16.Heridas y hemorragias
- 17.En caso de heridas simples
- 18.Heridas complicadas con hemorragia
- 19.Hemorragias Externas
- 20.Hemorragia interna
- 21.Hemorragia exteriorizada
- 22.Hemorragias especiales
- 23.Quemaduras
- 24.Electrocución
- 25.Fracturas y contusiones
- 26.Caso especial: Fractura de columna vertebral
- 27.Esguinces
- 28.Rotura de ligamentos
- 29.Contusiones
- 30.Luxación
- 31.Intoxicación

32. Intoxicaciones provocadas por vía digestiva
33. En caso de intoxicación por inhalación
34. Intoxicación por inyección
35. Insolación
36. Lo que NO debe hacerse en primeros auxilios

PARTE 2. ERGONOMÍA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS BÁSICOS DE ERGONOMÍA

1. Conceptos básicos de ergonomía
2. Objetivos y principios básicos de la ergonomía
3. Ciencias relacionadas con la Ergonomía
4. La Ergonomía y las Disciplinas Preventivas
5. Métodos de investigación en ergonomía
6. Principales Áreas de Trabajo de la Ergonomía
 - 1.- Antropometría
 - 2.- Biomecánica y Fisiología
 - 3.- Ergonomía Ambiental
 - 4.- Ergonomía Preventiva y Correctiva
 - 5.- Ergonomía Cognitiva
 - 6.- Ergonomía de Necesidades
 - 7.- Ergonomía de Diseño y Evaluación
7. Las Condiciones de Trabajo
8. Valoración de los Factores Ergonómicos
 - 1.- Métodos de Valoración

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ERGONOMÍA. CONDICIONES AMBIENTALES EN LOS PUESTOS DE TRABAJO: CAI Y TEMPERATURA

1. Las Condiciones Ambientales en Ergonomía
2. Calidad del Ambiente Interior
3. Calidad del Aire Interior
4. Contaminantes Químicos
5. Contaminantes biológicos
 - 1.- Causa y origen de los contaminantes del aire interior
 - 2.- Alteraciones de la salud relacionadas con la Calidad del Aire Interior
 - 3.- Estudio de la Calidad del Aire Interior
 - 4.- Normas y directrices de exposición a contaminantes
 - 5.- Medidas preventivas de la Calidad del Aire Interior
6. Ambiente Térmico
7. El Confort Térmico
 - 1.- Parámetros del Ambiente Térmico ó Factores Ambientales
 - 2.- Factores del ambiente térmico no Ambientales
8. Criterios e Índices para determinar el confort térmico

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ERGONOMÍA. CONDICIONES AMBIENTALES EN LOS PUESTOS DE TRABAJO: FACTORES VISUALES

1. El Ambiente Visual
2. Ergonomía Visual: Variables y Parámetros Relativos al Individuo
3. Ergonomía Visual: Magnitudes Luminosas Fundamentales
4. Variables y Factores de la Visibilidad
 - 1.- Iluminación general y localizada
 - 2.- Iluminación directa e indirecta
 - 3.- Niveles de Iluminación
 - 4.- Distribución de iluminación y luminancia

- 5.- Color de la Luz
- 6.- Iluminación natural

5.Ergonomía Visual. Medidas Preventivas

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ERGONOMÍA. CONDICIONES AMBIENTALES EN LOS PUESTOS DE TRABAJO: RUIDO

- 1.El Ruido
- 2.La Ergoacústica
 - 1.- Ergoacústica. Aspectos subjetivos
 - 2.- Ergoacústica. Aspectos objetivos
- 3.El Confort Acústico
 - 1.- La Música Ambiental

UNIDAD DIDÁCTICA 5. DISEÑO Y CONFIGURACIÓN ERGONÓMICA DE PUESTOS DE TRABAJO

- 1.Introducción al Diseño Ergonómico del Puesto de Trabajo
- 2.Disciplinas Auxiliares de Ergonomía: Antropometría
- 3.Disciplinas Auxiliares de Ergonomía: Biomecánica
- 4.Disciplinas Auxiliares de Ergonomía: Fisiología
- 5.Configuración Ergonómica del Puesto de Trabajo
- 6.Diseño Ergonómico del Puesto de Trabajo
 - 1.- Principios del Diseño Ergonómico de los Puestos de Trabajo
 - 2.- Fases del Diseño del puesto de trabajo
- 7.Postura y Posición de Trabajo
 - 1.- La posición sentada
 - 2.- La Postura de Pie
- 8.Ajuste correcto de los medios de trabajo
 - 1.- Optimización de la disposición de los medios de trabajo
- 9.Planificación correcta de los métodos de trabajo
- 10.Dispositivos de Presentación de la Información
 - 1.- Dispositivos Indicadores
 - 2.- Controles

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ERGONOMÍA. DISEÑO Y CONFIGURACIÓN DE PUESTOS DE TRABAJO CON PVDS

- 1.Las Pantallas de Visualización de Datos (PVDs)
- 2.Diseño de elementos bajo criterios Ergonómicos
 - 1.- Pantalla
 - 2.- La silla de trabajo
 - 3.- Reposamuñecas y teclado
 - 4.- Elementos Muebles Auxiliares
 - 5.- Software y programas informáticos
- 3.Ambiente de Trabajo en trabajos con PVDs

UNIDAD DIDÁCTICA 7. CARGA FÍSICA DEL TRABAJO

- 1.Las exigencias físicas de la tarea
- 2.La Carga Física de Trabajo
 - 1.- Consumo de Energía
 - 2.- Carga Estática
 - 3.- Carga Dinámica
 - 4.- Manipulación Manual de Cargas
 - 5.- Movimientos Repetitivos
 - 6.- Prevención de la Fatiga
- 3.Alteraciones de la Salud provocadas por la Carga Física
 - 1.- Factores de Riesgo Biomecánico
 - 2.- Alteraciones Músculo-Esqueléticas más frecuentes
 - 3.- Medidas Preventivas para las Alteraciones Músculo-Esqueléticas
 - 4.- Higiene Postural

UNIDAD DIDÁCTICA 8. MÉTODOS DE EVALUACIÓN DE LA CARGA FÍSICA DEL TRABAJO

1. Evaluación de la Carga Física de Trabajo
2. Método NIOSH
 - 1.- Criterios de la ecuación NIOSH
 - 2.- Obtención de la ecuación NIOSH
 - 3.- Identificación del riesgo a través del índice de levantamiento
 - 4.- Principales limitaciones de la ecuación
 - 5.- Cálculo del índice compuesto para tareas múltiples
3. Método de evaluación de MMC del INSHT
 - 1.- Criterios del Método del INSHT
 - 2.- Procedimiento de aplicación del método
 - 3.- Obtención de resultados
4. Procedimiento de Evaluación del Método del INSHT
 - 1.- Aplicación del Diagrama de Decisiones
 - 2.- Recogida de Datos y Factores de Análisis
 - 3.- Cálculo del Peso Aceptable
 - 4.- Evaluación del Riesgo
 - 5.- Medidas Correctoras
5. Método OWAS
 - 1.- Clasificación de las posturas y uso de la fuerza durante el trabajo
6. Método OCRA
7. Método REBA
 - 1.- Aplicación del Método REBA

UNIDAD DIDÁCTICA 9. LA CARGA MENTAL DEL TRABAJO

1. Concepto de Carga Mental
 - 1.- Definiciones de Carga Mental
2. Modelos de Procesamiento de la Información
 - 1.- Niveles de Procesamiento de la Memoria
3. Factores Determinantes de la Carga Mental
 - 1.- Exigencias de la Tarea
 - 2.- Condiciones Ambientales
 - 3.- Factores Psicosociales
4. Consecuencias de la Carga Mental
 - 1.- Sobrecarga e Infracarga Mental
 - 2.- Monotonía
 - 3.- Fatiga Mental
 - 4.- Estrés
5. Evaluación de la Carga Mental
 - 1.- Métodos Objetivos
 - 2.- Métodos Subjetivos
6. Criterios Preventivos