

## DESCRIPCIÓN

El presente curso tiene por objeto formar a los trabajadores españoles para desempeñar las funciones de nivel básico en Prevención de Riesgos Laborales, para cumplir con su misión de velar y trabajar por la prevención de los accidentes laborales y de las enfermedades profesionales. Está destinado a cualquier tipo de trabajador, representante de trabajadores, trabajadores de recursos humanos, mandos intermedios, directivos de Pymes, y en general cualquier persona interesada en desarrollar sus conocimientos sobre las condiciones de seguridad y salud en los centros de trabajo.

## OBJETIVOS

Al realizar este curso, el alumno adquirirá las siguientes habilidades y conocimientos:

- Saber cuáles son las leyes que fundamentan las normativas sobre Prevención y seguridad.
- Conocer cuáles son los derechos y obligaciones de empresarios y trabajadores.
- Estudiar la estructura del sistema de prevención en la empresa y quiénes lo forman.
- Cuáles son las condiciones de trabajo y los factores de riesgo implicados en un puesto.
- Analizar las diferentes técnicas de evaluación de riesgos.
- Estudiar las diferencias entre los diferentes tipos de servicio de prevención.
- Conocer las diferentes estrategias y técnicas de prevención y seguridad.
- Comprender cuáles son las condiciones generales de seguridad.
- Estudiar los espacios de trabajo y las zonas peligrosas de los mismos.
- Qué condiciones deben cumplir las zonas de tránsito y las instalaciones de los locales de trabajo.
- Conocer cuáles son las condiciones y servicios de orden e higiene en el lugar de trabajo.
- Material necesario e instalaciones de primeros auxilios en el trabajo.
- Cuáles son las medidas básicas de seguridad en la utilización de máquinas y herramientas.
- Concepto y principios de ergonomía en los puestos de trabajo.
- Estudiar cómo se vigila la salud de los trabajadores.
- Comprender las diferencias entre enfermedad profesional y accidente laboral.
- Comprender cómo afecta el medio ambiente a los trabajadores y cómo se protege.
- Nociones básicas de primeros auxilios.

## CONTENIDOS

### MÓDULO CONCEPTOS BÁSICOS SOBRE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

UNIDAD 1 - INTRODUCCIÓN DE MÓDULO - Por qué se producen los accidentes en el trabajo - La seguridad no es cosa de risa - Y en la oficina, también - Consecuencias - Datos de accidentes laborales - Campañas en prevención de riesgos laborales - Prevenir las contingencias profesionales - Consecuencias de accidentes de trabajo - Costes de los daños laborales para la empresa - Costes directos-indirectos - Problemática de la siniestralidad laboral y costes - ¿Qué es el riesgo? - Factores de peligro - Enfermedad profesional - Pirámide de Heinrich - Tipificación y cuantía de las sanciones - Obligaciones de los trabajadores - Cadena de responsabilidad en seguridad - Análisis, ¿por qué se incumplen las medidas de seguridad? - Hora de cambiar... - Pautas para una cultura preventiva - No valen las excusas, es la ley - Consecuencia de no usar casco - Si no usamos el chaleco... - ¿Para qué se necesitan los guantes? - Necesidad de las botas - Orden y limpieza en los tajos - Lugares de trabajo, accesos - Actuaciones preventivas - Si algo puede salir mal...

UNIDAD 2 - ASPECTOS DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS - Introducción al módulo - ¿Qué es la prevención de riesgos laborales? Objetivos y definiciones. - Definiciones - Técnicas médicas preventivas - Técnicas no médicas, seguridad en el trabajo - Técnicas no médicas, higiene industrial - Factores de origen físico - Factores de origen químico - Factores de origen biológico - Ergonomía - Psicología aplicada - Otras técnicas preventivas - ¿Qué se considera un accidente de trabajo? - ¿Qué no se catalogaría como accidente de trabajo? - Otros supuestos de accidentes de trabajo - Accidentes de trabajo, conclusiones - Casos particulares de trabajadores autónomos - Perspectiva legal de la enfermedad profesional - Clasificación de la enfermedad profesional - Perspectiva preventiva de la enfermedad profesional - Comparativa entre accidente laboral y enfermedad profesional - Ley de prevención de riesgos laborales - Estructura de la ley - Reforma de la normativa - Bases de la reforma - Cambios de la reforma - técnicos de las CCAA - Cambios de la reforma - integración en la empresa - Cambios de la reforma - presencia de recursos preventivos - Cambios de la reforma - responsabilidades - Cambios de la reforma - infracciones graves - Cambios de la reforma - formación en prevención - Cambios de la reforma - infracciones muy graves

UNIDAD 3 - CONCEPTOS BÁSICOS EN PREVENCIÓN - Introducción al módulo - Historia y ámbito de aplicación de la ley de prevención de riesgos laborales - Quiénes no están incluidos en la ley... - Principales derechos y deberes de trabajadores y empresarios - El derecho a la formación e información en PRL - Requisitos de la formación en PRL - La vigilancia y control de la salud - Especificaciones en la vigilancia y control de la salud de los trabajadores - Obligaciones de los empresarios y empleados - Otras obligaciones de los trabajadores - Cuadro de responsabilidades y sanciones - Objetivos de la prevención - Definiciones - Enfermedad profesional - Causas desencadenantes de los accidentes - Resumen de las obligaciones del empresario - Derecho a la protección eficaz - Resumen de las obligaciones de los trabajadores

UNIDAD 4 - FACTORES DE RIESGO - Introducción al módulo - Trabajo y prevención - Principales riesgos profesionales - Los accidentes y enfermedades profesionales son consecuencia del trabajo - Riesgo y peligro - Principales riesgos y peligros - Disciplinas técnicas no médicas - Condición insegura o acto inseguro - Factores ergonómicos - Imprudencia en prevención - Más condiciones peligrosas y actos inseguros

#### MÓDULO RIESGOS GENERALES Y SU PREVENCIÓN

UNIDAD 1 - SEÑALIZACIÓN - ¿Qué es la señalización de seguridad? - Objetivos y uso de la señalización de seguridad - Tipos de señales - Colores de seguridad en la señalización - Colores de seguridad y otros tipos de señales - Clasificación de la señalización - Señales de advertencia, prohibición y obligación - Señalización de equipos de lucha contra incendios - Señal luminosa acústica y verbal - Señal gestual - Pictogramas de productos químicos - Fichas de seguridad de los productos químicos - Etiquetado de seguridad

UNIDAD 2- EPI's - Introducción al módulo - Los equipos de protección individual y su importancia - Características de los equipos de protección individual - Requisitos y exigencias que deben respetar los EPI - Categorías en la clasificación de EPI - Selección y adquisición de los equipos - Distribución de los equipos y obligaciones de los trabajadores - Tipos de equipos de protección individual - Protección del cráneo: el casco de seguridad - Protección de cara y ojos: gafas y pantallas - Protección de vías respiratorias: mascarillas - Protección del aparato auditivo: tapones y orejeras - Protección de extremidades superiores: guantes - Protección de extremidades inferiores: zapatos, botas - Trabajos en altura: cinturones de seguridad - Ropa de protección y/o de trabajo y ejemplos de diferentes EPIS

UNIDAD 3- MÁQUINAS - Certificación de máquinas y qué se considera una máquina - Seguridad de una máquina - Situaciones de peligro de las máquinas - Medidas de seguridad - Resguardos y diseño de los protectores - Información suministrada por una máquina - Requisitos de los resguardos móviles - Requisitos de los resguardos regulables y asociados al mando - Tipos de resguardos móviles - Selección de resguardos en función del peligro - Dispositivos sensibles - Mandos sensitivos mecánicos y no mecánicos - Tipos de dispositivos sensibles - Instrucciones técnicas y disposiciones suplementarias

UNIDAD 4 - LUGARES DE TRABAJO - Introducción al módulo - Real Decreto 486/1997 - Exclusiones del ámbito de aplicación de la ley - Que se incluye en la definición de lugar de trabajo - Parámetros para evitar riesgos en el lugar de trabajo - Diseño y concepción de lugares de trabajo seguros - Disposiciones establecidas en el real decreto - Requisitos mínimos de seguridad estructural - Espacios de trabajo, suelos y aberturas o desniveles - Tabiques, ventanas y vanos - Vías de circulación - Muelles de carga - Puertas y portones - Ejemplos de portones - Rampas, escaleras fijas y de servicio - Medidas de las escaleras - Escaleras fijas - Escaleras de mano - Vías y salidas de evacuación - Condiciones de protección contra incendios - Instalación eléctrica - Minusválidos - Lugares de trabajo antiguos - Orden limpieza y mantenimiento - Instalaciones de servicio y protección - Condiciones ambientales de los lugares de trabajo - Iluminación de los lugares de trabajo - Servicios higiénicos y locales de descanso - Material y locales de primeros auxilios - Personal sanitario asistencial - Información de los trabajadores

UNIDAD 5 - HIGIENE INDUSTRIAL - Introducción al módulo - ¿Qué es la higiene industrial? - Proceso de actuación - Tipos de contaminantes ambientales - Ruido - Presión acústica y frecuencia - Conceptos relevantes con respecto al ruido - Efectos del ruido sobre la salud - Otros efectos del ruido sobre la salud - Directiva 2003/10/CE - protección contra el ruido - Medidas para controlar los riesgos generados por los efectos del ruido - Medidas de actuación sobre el receptor - Las vibraciones - Tipos de vibraciones - Ejemplos - Efectos de las vibraciones - Valores límite de exposición a las vibraciones - Medidas para reducir los efectos de las vibraciones mecánicas - Cambios en las prácticas de trabajo - Reconocimientos médicos - Ambiente térmico- Mecanismos de regulación - Radiación - Convección - Evaporación - Condiciones ambientales de los lugares de trabajo - Medidas preventivas ante temperaturas excesivas - Medidas preventivas ante estrés por frío - Clasificación de las radiaciones - Tabla de tipos de radiaciones - Medidas preventivas para evitar las radiaciones externas - Otras medidas preventivas - Radiación no ionizante - Radiación ultravioleta y cómo prevenirla - Radiaciones infrarrojas - Las condiciones de iluminación, luz visible - Radiaciones radiofrecuencias y microondas - Radiaciones ópticas - Medidas de control de la exposición a las radiaciones ópticas - Productos químicos - Clasificación de los contaminantes químicos - Efectos adversos - Absorción del contaminante químico - Fases de actuación de los productos químicos - Etiquetado de residuos - Pictogramas de seguridad - Ficha de datos de seguridad - Corregir el riesgo higiénico, higiene operativa - Acciones sobre el individuo - Agentes biológicos - Actividades con riesgos biológicos - Tipos de agentes biológicos - Cómo medir la patogenicidad - Parámetros para reconocer los efectos de los agentes biológicos - Factores del proceso de infección - Profesionales más expuestos a agentes biológicos - Evaluación del riesgo de exposición a agentes biológicos - Clasificación preventiva de los agentes biológicos - Clasificación de los agentes biológicos - Medidas de protección, seguridad biológica - Prevención actuando sobre el individuo

UNIDAD 6 - RIESGO ELÉCTRICO - Introducción y reglamentos asociados - Motivos de riesgos eléctricos - Forma de producirse los riesgos eléctricos - Defectos en las instalaciones - Errores del accidentado - El ser humano como conductor de la corriente eléctrica - Riesgo eléctrico, contacto directo e indirecto - Lesiones producidas por la corriente eléctrica - Lesiones que puede provocar la corriente eléctrica - Vías de circulación - Otras lesiones de la corriente eléctrica - Factores que influyen en la corriente eléctrica - Intensidad de corriente - Datos sobre la

intensidad y duración de la corriente en corriente alterna y continua - Resistencia del cuerpo humano - Tensión de seguridad - Frecuencia de la corriente - Forma de producirse un contacto eléctrico directo e indirecto - Intensidad de corriente - Efectos fisiológicos directos de la corriente alterna - Tiempo de duración del contacto - Recorrido de la corriente a través del cuerpo - Variaciones en los valores de resistencia humana a la corriente - Tipos de contacto eléctrico y duración - Ejemplos de accidentes eléctricos - Efectos del rayo - Quemaduras producidas por los efectos de un rayo - Lesiones por electricidad para el caso de rayos - Efectos producidos por la electricidad - Posibles medidas - Indumentaria y equipos de protección temporal - Otras medidas preventivas - Instrucciones de seguridad - Tipos de protección contra contactos eléctricos indirectos - Sistemas de protección contra Contactos Indirectos (Clase A) - Ejemplos ilustrativos - Regla de PAS - Actuación ante el accidente eléctrico - Tabla intensidad de corriente, tiempo de exposición - Accidentes debidos a los riesgos eléctricos - Principios elementales para ejecutar un buen bloqueo eléctrico - Reglas de oro al trabajar en cualquier instalación eléctrica - Corte efectivo de la fuente de energía - Actuaciones seguras y protección en las instalaciones - Conclusiones - Ilustraciones de diferentes situaciones de peligro

UNIDAD 7 - RIESGO DE INCENDIO - Introducción al módulo - Ley de prevención de incendios - Definiciones de fuego - Conceptos de fuego - Teoría del fuego - Análisis de los factores y elementos que producen los incendios - El comburente - Efectos fisiológicos de la reducción de oxígeno en las personas - Energía de activación - Efectos del aumento de temperatura en las personas - Reacción en cadena - Principales efectos asociados a los humos - Etapas de la cadena de incendios - Cadena de fuego - Desarrollo de un incendio según los materiales - Efectos del fuego en las personas - Factores determinantes del peligro de incendio - Medidas de protección - Protección activa - Protección estructural - Comportamiento de los elementos constructivos - Elementos de la protección estructural - Señalización - Sistemas de detección y alarma - Extinción del fuego - Agentes extintores - Extintores eficaces para fuegos de Clase A - Medios de extinción gaseosos - Otros tipos de agentes extintores - Uso de agentes extintores - Clasificación de extintores - Extintores portátiles - Bocas de Incendio Equipadas (BIES) - Tipos de columnas - Detectores de incendios - Otros medios materiales - Otros medios materiales y formas de actuación - Plan de Autoprotección - Objetivos del Plan de Autoprotección - Ámbito de aplicación - Aspectos primordiales del Plan de Autoprotección - Diseñar un Plan de Autoprotección y emergencia - Preparar un Plan de Autoprotección - Criterios para la implantación del plan de emergencia - Normas para el mantenimiento de del Plan de Autoprotección - Vigencia, actualización y revisión del Plan de Autoprotección - Catálogo de actividades - Contenido mínimo del Plan de Autoprotección - Normativa legal y Real Decreto - Estudio de la normativa de elaboración e implantación

UNIDAD 8 - HERRAMIENTAS MANUALES - Introducción al módulo - ¿Que se considera herramienta manual? - Estándar de las herramientas manuales - Queda prohibido ... - Riesgos laborales - Causas que producen los riesgos - Medidas preventivas - Diseño de la herramienta - Practica de Seguridad Asociada a su Uso - Medidas Preventivas Especificas para cada Herramienta - Uso correcto de los alicates - Uso correcto de los cinceles - Cuchillos - Destornilladores - Uso correcto de las llaves - Consejos a tener en cuenta en el uso de las llaves

UNIDAD 9 - ERGONOMÍA - Introducción - Definición y Objetivo - Clasificación - Estudios Ergonómicos - Métodos de Evaluación Ergonómica - Principios Preventivos - Diseño del Puesto de Trabajo - Carga de Trabajo - Campo de Actuación - Factores de Riesgo Ergonómico - Carga Mental - Estrés Laboral - Tipos de Estresores - Estresores del Ambiente Físico - Estresores Individuales- Medidas Preventivas Frente al Estrés - PVD's - Configuración Ergonómica del Puesto de Trabajo- Configuración Ergonómica de la Mesa de Trabajo - Configuración Ergonómica del Asiento de Trabajo - Configuración Ergonómica con PVD's - Configuración Ergonómica del Teclado - Configuración Ergonómica: Otros. - Configuración Ergonómica: Documentos - Postura de Trabajo - Entorno de Trabajo: Iluminación, Temperatura y Ruido - Ejercicios de Relajación

## MÓDULO RIESGOS ESPECÍFICOS Y SU PREVENCIÓN

UNIDAD 1 - GRÚAS MÓVILES AUTOPROPULSADAS - Introducción - Medidas Preventivas Fundamentales - Aplicación de la Normativa de Referencia - Prevención en las Maniobras con Grúas Móviles - Riesgos Específicos - Riesgos Específicos Derivados - Limitador de cargas - Distancia de Seguridad - Tipo de Señales Gestuales - Estabilizadores - Accidente Eléctrico - Proximidad de Líneas Eléctricas - Accidentes en Proximidad de Líneas Eléctricas Aéreas - Origen y Consecuencias del Accidente - Elemento de Altura - Proximidad de Líneas Eléctricas: Tipos de Trabajo - Medidas de Seguridad - Otras Medidas - Señalización y Balizamiento - Señalización: Excepciones

UNIDAD 2 - SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN - Introducción - Protagonistas - Normativa de Referencia - Responsabilidades: Técnicos de Proyecto - Obras de Construcción - Estudio de Seguridad y Salud - Estudios de Seguridad y Salud: Normativa - Fundamentos de los Estudios Básicos de Seguridad y Salud - Definiciones - Medidas de Protección - Riesgos Específicos del Sector - Otros Riesgos - Riesgo de Cortes, Golpes, Pinchazos y Proyecciones de Partículas - Medidas Preventivas - Caídas en Alturas - Medidas a Adoptar - Uso de las Escaleras Manuales - Escaleras Manuales: Características - Andamios - Riesgo de Sepultamiento - Sobreesfuerzos - Golpes y Atropellos - Medidas frente al Riesgo de golpes y Atropeyos - Riesgo Eléctrico - Riesgo Eléctrico. Tipos de Contacto - Trabajo en Proximidad - Medidas Preventivas

UNIDAD 3 - SECTOR SANITARIO - Introducción - Accidentabilidad de los Centros Sanitarios - Aplicación de la Normativa - Plan Preventivo - Servicios de Prevención - Órganos de Representación de los Trabajadores - Comité de Seguridad y Salud - Funciones del Comité de Seguridad y Salud - Servicios de Prevención Propios - Servicios de Prevención Propios: Requisitos - Disciplinas Técnicas Aplicadas - Área de Higiene Industrial - Área de Formación - Área De Ergonomía Y sicosociología Aplicada - Área De Organización y Gestión De La Prevención - Organización y Gestión de la Prevención - Vigilancia y Control de la Salud - Identificación de los Riesgos - Equipos de Medición - Evaluaciones de Riesgos - Definición de Evaluación de Riesgo - Información de la Evaluación - Reconocimientos Médicos - Factores de Riesgo - Resultados de la Evaluación - Principios Preventivos - Registro e Información - Comunicación, Notificación e Investigación de Accidentes - Hoja de Comunicación de Accidente/Incidente de Trabajo - Notificación del Accidente/Incidente - Datos de Accidentabilidad - Medidas Preventivas Aplicables - Eliminación de los Residuos - Exposición al Material Biológico - Medidas Preventivas - Elementos de Protección de Barrera - Hábitos Laborales - Medidas Preventivas: Ergonomía - Protección Frente a los Riesgos Biológicos - Perspectiva Legal - Sistema de Comunicación y Registro - Señalización

UNIDAD 4 - SECTOR DE LOS TALLERES DE AUTOMÓVILES - Introducción al módulo - Orden y limpieza - Ergonomía - Pantallas - Locales de trabajo - Normativa de lugares de trabajo - Disposición ante zonas peligrosas de los talleres - Consideraciones a priorizar - Particularidades de zonas de trabajo en talleres - Apreciaciones en el lugar de trabajo - Normas en talleres mecánicos - Exposición de los trabajadores a las condiciones ambientales - Temperatura y humedad - Tipos de iluminación - Medidas preventivas aplicables a la iluminación - Diagnóstico de los lugares de trabajo - Conceptos básicos - Herramientas Manuales - Requisitos legales de seguridad - Información en los equipos de trabajo - Equipos elevadores - Recomendaciones en el uso de Cabinas de pintura - Medidas preventivas del riesgo eléctrico - Ruido en talleres mecánicos - Calderín de la instalación de aire comprimido - Productos químicos - Manejo de cargas

UNIDAD 5 - SECTOR DE LA CARPINTERÍA - Introducción al módulo - Marcado CE - Análisis de la maquinaria: las tupis - Medidas preventivas: las tupis - Análisis de la maquinaria: cepilladora

- Medidas preventivas: cepilladoras - Análisis de la maquinaria: escuadradora - Medidas preventivas: escuadradora - Análisis de la maquinaria: sierra circular - Medidas preventivas: sierra circular - Análisis de la maquinaria: sierra de cinta - Medidas preventivas: sierra de cinta
- Productos químicos en el sector

## MÓDULO ELEMENTOS BÁSICOS DE GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS

UNIDAD 1 - ASPECTOS LEGALES - Introducción al módulo - Principales leyes aplicables en Prevención de Riesgos... - Actuaciones de Nivel básico en PRL - Definición de términos - Condición de Trabajo

UNIDAD 2 - ACCIDENTES DE TRABAJO - Accidentes de trabajo según la Normativa vigente de la Ley de Seguridad Social - Prestaciones contributivas - Grados de incapacidad por enfermedad o accidente - Enfermedad profesional - Exclusión de situaciones no consideradas accidente de... - Test Accidentes de Trabajo

UNIDAD 3 - RESPONSABILIDADES LEGALES FRENTE AL LOS ACCIDENTES LABORALES - Pirámide de Heinrich - Costes por la materialización de accidentes - Repercusión de accidentes en el estado de la salud - Responsabilidad en PRL de los empresarios - Consideraciones sobre incumplimientos - Grados de sanciones - Responsabilidad administrativa ante sanciones según gravedad - Infracciones leves - Infracciones graves - Infracciones muy graves - Cuantía de las sanciones según gravedad - Sanciones administrativas - Aspectos más relevantes de las infracciones laborales - Publicación de la sanción- Objetivos de la prevención - Modelos de Organización preventiva

UNIDAD 4 - SERVICIOS DE PREVENCIÓN - Requisitos y/o condiciones para elegir una modalidad Preventiva - Artículos fundamentales de la Ley de Prevención Ley de Prevención de Riesgos Laborales. - Normativa de desarrollo - Términos relaciones con la Prevención de Riesgos Laborales - Estructura de Plan Preventivo - Consulta y participación de los trabajadores - Comité de seguridad y salud - Inspección de Trabajo y Seguridad Social - Funciones de las Administraciones públicas - Sujetos actuantes en la Prevención de Riesgos Laboral - Entidades privadas actuantes en la Prevención de Riesgos Laborales - Modelo de un acta de infracción - Páginas web relacionadas

## MÓDULO PRIMEROS AUXILIOS

UNIDAD 1 - PRIMEROS AUXILIOS - Introducción al módulo - Tipos de traumatismos - Lesiones por agentes externos - Contusiones - Fracturas - Posibles complicaciones de las fracturas - Luxación - Esguinces - Heridas - Tratamientos de las heridas - Amputaciones - Lesiones de la piel tras la exposición al calor - Clasificación de quemaduras según profundidad - Clasificación de quemaduras según extensión - Otros factores de gravedad ante quemaduras - Modo de actuación - Hemorragias - Signos - Cuerpos extraños en los ojos - Principales aspectos de la resucitación cardiopulmonar - Botiquín de Empresa - Maniobra de Heimlich (compresión abdominal)