

OFICINAS Y DESPACHOS: RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS



	PRESENCIAL		
	Duración: 10 H	Horas presenciales: 10 H	Horas online: 0 H
	Familia: PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES Y MEDIOAMBIENTE Área: GENERAL PRL		
	Objetivos: Sensibilizar al personal de la importancia de la prevención en la empresa, identificar diferentes riesgos y los medios y acciones para prevenirlos.		
	Contenidos: <ol style="list-style-type: none"> 1. MARCO NORMATIVO EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES. 2. EL SECTOR DE ACTIVIDAD. <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Características remarcables del sector. 2.2. Principales ocupaciones del sector. 3. RIESGOS ASOCIADOS A LOS LUGARES DE TRABAJO Y SUS MEDIDAS PREVENTIVAS. <ol style="list-style-type: none"> 3.1. Espacios de trabajo 3.2. Orden y limpieza 3.3. Señalización general 3.4. Iluminación y ambiente termo higrométrico. 4. Riesgos generales y medidas preventivas <ol style="list-style-type: none"> 4.1. SEGURIDAD <ol style="list-style-type: none"> 4.1.1. Riesgos de caídas al mismo nivel. 4.1.2. Riesgo de caídas a distinto nivel. 4.1.3. Riesgo de caídas de objetos. 4.1.4. Riesgo eléctrico. 4.2. ERGONOMÍA <ol style="list-style-type: none"> 4.2.1. Riesgo derivado del uso de Pantalla de Visualización de Datos (PVD) 4.2.2. Manipulación manual de cargas. 4.2.3. Posturas Forzadas 4.2.4. Movimientos repetitivos 4.3. Riesgos psicosociales. 5. MEJORA DE LA CONFIGURACIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO. 		

- 5.1. Factores generales relativos al entorno de trabajo
- 5.2. Distribución de espacios en el entorno de trabajo.
- 5.3. Disposición de los elementos de trabajo
- 5.4. Características de un equipamiento adecuado.
- 5.5. Trabajo y equipos informáticos.
- 6. EL SÍNDROME DEL EDIFICIO ENFERMO
- 7. ENFERMEDADES PROFESIONALES RELACIONADAS CON EL SECTOR DE ACTIVIDAD.
- 8. OTROS ASPECTOS PREVENTIVOS.
 - 8.1. Prevención de incendios.
 - 8.2. Actuación ante incendios.
 - 8.3. Primeros Auxilios: P.A.S.
 - 8.4. Vigilancia de la salud.
- 9. PRÁCTICA DESCANSO VISUAL, CORRECCIÓN POSTURAL Y REGULACIÓN DE ELEMENTOS DE TRABAJO.
 - 9.1. Práctica de ejercicios de descanso visual.
 - 9.2. Práctica de estiramientos