

OFICINAS Y DESPACHO: RIESGOS ESPECIFICOS Y SUS MEDIDAS PREVENTIVAS  
OFICINAS Y DESPACHO: RIESGOS ESPECIFICOS Y SUS MEDIDAS PREVENTIVAS



**PRESENCIAL**



**Duración:** 2 H

**Horas presenciales:** 2 H

**Horas online:** 0 H



**Familia:** PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES Y MEDIOAMBIENTE

**Área:** GENERAL PRL



**Contenidos:**

1. Marco normativo en prevención de riesgos laborales.
2. El sector de actividad.
  - 2.1 Características remarcables del sector.
  - 2.2 Principales ocupaciones del sector.
  - 2.3 Riesgos laborales característicos.
3. Riesgos generales asociados a los lugares de trabajo y sus medidas preventivas.
  - 3.1 Espacios de trabajo.
  - 3.2 Orden y limpieza.
  - 3.3 Señalización general.
4. Riesgos laborales de las ocupaciones del sector: Oficinas y despachos.
  - 4.1 Riesgo derivado del uso de PPVDD.
  - 4.2 Riesgo de caídas al mismo nivel o diferente nivel.
  - 4.3 Riesgo de caídas de objetos.
  - 4.4 Riesgo eléctrico.
  - 4.5 Posturas forzadas.
  - 4.6 Riesgos psicosociales.
5. Medidas preventivas de aplicación.
6. Otros aspectos preventivos.
  - 6.1 Actuación frente a una emergencia (Incendios, evacuación, conducta P.A.S.).
  - 6.2 Vigilancia de la salud.
7. Práctica descanso visual, corrección postural y regulación elementos de trabajo.
  - 7.1 Práctica de ejercicios de descanso visual
  - 7.2 Práctica de estiramientos
  - 7.3 Práctica de regulación de la silla y distribución de elementos en la mesa