Oficinas TPM (Reciclaje)

Sku: PG_OF4V24OL1

Horas: 4

OBJETIVOS

Conseguir que el alumno se sienta responsable de su propio aprendizaje y colabore con el resto de los compañeros para aplicar los conocimientos adquiridos en materia de Prevención de Riesgos Laborales (PRL) generales y específicos que le acerquen al conocimiento de la Ley, de los derechos y obligaciones legales, de los riesgos y de las medidas preventivas a aplicar en sus actividades diarias.

CONTENIDOS

MOD I DEFINICIÓN DE LOS TRABAJOS
UD 1 – DEFINICIÓN DE LOS TRABAJOS.
MOD II TÉCNICAS PREVENTIVAS
PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS

UD 1 - RIESGOS Y M.P. RELACIONADAS CON EL PUESTO DE TRABAJO: Lección 1 – M.P. Diseño del puesto de trabajo.
Lección 2 – M.P. Mesa de trabajo. Lección 3 – M.P. Silla de trabajo. Lección 4 – M.P. Pantalla de PVD. Lección 5 – M.P. Teclado y Ratón. Lección 6 – M.P. Elementos de Seguridad

UD 2 RIESGOS Y M.P. PARA LA FATIGA VISUAL: Lección 1 – M.P. Síndrome Visual Informático (SVI). Lección 2 – M.P. respecto a los Brillos, Reflejos, Deslumbramientos.. Lección 3 – M.P. Respecto a las Pantallas
UD 3 - RIESGOS Y M.P. PARA LA FATIGA FÍSICA: Lección 1 – M.P. Para ESPALDA, PIERNAS, PIES. Lección 2 – M.P. Para MANOS, BRAZOS.. Lección 3 – M.P. Para POSTURAS INCORRECTAS. Anexo – M.P. Ejercicios de Relajación. Lección 4 -M.P. DISPOSITIVOS MÓVILES: ORDENADOR PORTATIL, TABLET, MÓVIL.. PRIMEROS AUXILIOS. EMERGENCIA Y EVACUACIÓN
Lección 1 – Primeros auxilios: EL BOTIQUIN. PAS, Evaluación Primaria (Soporte Vital Básico SVB. RCP / CAB. Uso de desfibriladores DESA / DEA…), Evaluación Secundaria (localizar las lesiones)… Lección 2 – Lucha contra incendios. Evacuación. El fuego, origen, clases, factores de riesgo, métodos de extinción, elección extintor, uso equipos, emergencia y evacuación. Plan de Autoprotección

MOD III MEDIOS AUXILIARES, MÁQUINAS, HERRAMIENTAS
Lección 1 – M.P. para los riesgos ligados a las CONDICIONES DE SEGURIDAD: Condiciones constructivas, mobiliario, Máquinas, herramientas, Medios auxiliares: Certificado CE, normativa, Manual, Mantenimiento, Resguardos, Dispositivos de seguridad, Puesta en conformidad. M.P. Instalaciones eléctricas. Lección 2 – M.P. Para los riesgos ligados a las CONDICIONES MEDIOAMBIENTALES: Interiores. Exposición a productos químicos. Exposición a agentes biológicos. Lección 3 – M.P. para los riesgos derivados de la CARGA FÍSICA: Manipulación manual de cargas. Movimientos repetitivos. Posturas forzadas… Lección 4 – M.P. para los riesgos derivados de la CARGA MENTAL: Estrés. Abuso verbal / físico. Carga mental. Mobbing

MOD IV DERECHOS Y OBLIGACIONES
Lección 1 – Marco Normativo general y específico. Plan de Prevención de Riesgos (Evaluación de Riesgos. Planificación de la actividad). Lección 2 – Gestión, recursos, obligaciones y responsabilidades en PRL. Lección 3 – Divulgación y Participación

MOD V SEGURIDAD VIAL
Lección 1 – Seguridad Vial: M.P. Vehículo, desplazamientos, sueño, fatiga, alcohol, drogas, fármacos, vestuario… Peatones, al viajar como pasajero, en autobús, tren, metro, taxi, VTC…