



## **Seguridad en el trabajo (PRL y riesgos psicosociales)**

**Sku:** 1288ID\_1174ID

**Horas:** 65

**Formato:** HTML

## **OBJETIVOS**

- Comprender la importancia de la seguridad y la salud en el entorno laboral, familiarizándose con los conceptos fundamentales de la prevención de riesgos laborales (PRL) y el marco normativo básico que la regula.
- Capacitar a los trabajadores en la identificación y control de los riesgos más comunes.
- Aplicar los conocimientos básicos de Prevención de Riesgos Laborales (PRL) para identificar, evaluar y proponer medidas preventivas adaptadas a los riesgos y condiciones de trabajo específicos de diversos sectores de actividad económica, priorizando la seguridad y salud de los trabajadores en su entorno particular.
- Conocer y comprender la estructura organizativa y las herramientas fundamentales necesarias para integrar la Prevención de Riesgos Laborales (PRL) en la gestión global de la empresa, de acuerdo con lo establecido en el Reglamento de los Servicios de Prevención (RD 39/1997).
- Capacitar al trabajador para actuar de forma inmediata, ordenada y eficaz ante una situación de emergencia o accidente en la obra, asegurando la supervivencia y evitando el empeoramiento de la víctima hasta la llegada de la asistencia sanitaria profesional.
- Conocer los riesgos psicosociales en el entorno laboral y aprender a prevenirlos.

## **CONTENIDOS**

### **Módulo 1. Prevención de riesgos laborales. Nivel Básico**

#### **Unidad 1. Conceptos básicos sobre seguridad y salud en el trabajo**

1. El trabajo y la salud: los riesgos profesionales. Factores de riesgo.
  - 1.1 El trabajo y la salud: una relación inseparable
  - 1.2 Los riesgos profesionales. Factores de riesgo
2. Daños derivados del trabajo. Los accidentes y las enfermedades profesionales. Otras

patologías.

2.1 Accidente de trabajo.

2.2 Enfermedad profesional

2.3 Enfermedades derivadas del trabajo

3. Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales

3.1 Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales

3.2 Deberes y obligaciones del empresario

3.3 Derechos y deberes de los trabajadores

## **Unidad 2. Riegos Generales y su Prevención**

1. Condiciones de seguridad

1.1 Lugares de trabajo

1.2 Equipos de trabajo

1.3 Electricidad

1.4 Incendios y explosiones

2. Agentes físicos

3. Agentes químicos

4. Agentes biológicos

5. Carga física y factores psicosociales

5.1 Carga física

5.2 Factores psicosociales

5.3 Especial referencia a la fatiga y la insatisfacción laboral

6. Sistemas elementales de control y evaluación de riesgos. Protección colectiva e individual.

7. Emergencia y actuación

7.1 Concepto y tipos de emergencia

7.2 Planes de emergencia

7.3 Contenido del plan de emergencia

7.4 Normas generales sobre evacuación

7.5 Personal encargado de las actuaciones

7.6 Especial referencia a los incendios

7.7 Simulacros

7.8 Señalización

## **Unidad 3. Riesgos específicos y su prevención en el sector correspondiente a la actividad de la empresa**

1. Riesgos específicos y su prevención en Oficinas y despachos

1.1 Riesgos ergonómicos y fatiga visual

1.2 Riesgos Ergonómicos y Posturas Inadecuadas

1.3 Medidas Preventivas Ergonómicas

1.4 La fatiga visual

1.5 Fatiga mental

1.6 Riesgos de seguridad y orden

1.7 Riesgos psicosociales

2. Riesgos específicos y su prevención en el sector de la construcción

2.1 Movimiento de tierras, demoliciones y cimentación

- 2.2 Estructura y albañilería (Trabajos en altura)
- 2.3 Medios auxiliares para trabajos temporales en altura
- 2.4 Fase de acabados e instalaciones
- 3. Riesgos específicos y medidas preventivas en el sector de la Hostelería y Comercio
  - 3.1 Normativa de Referencia (Marco Legal)
  - 3.2 Riesgos Específicos y Medidas Preventivas
- 4. Riesgos específicos y medidas preventivas en el sector de Transporte
  - 4.1 Riesgos de Seguridad Vial y Accidentes de Tráfico
  - 4.2 Riesgos Ergonómicos y Musculoesqueléticos
  - 4.3 Riesgos de Seguridad durante la Carga y Descarga
  - 4.4 Riesgos Psicosociales y Organizativos
- 5. Riesgos específicos y medidas preventivas en el sector de la Agricultura y Ganadería
  - 5.1 Normativa aplicable
  - 5.2 Riesgos de seguridad con maquinaria y equipos
  - 5.3 Riesgos Higiénicos y Biológicos
  - 5.4 Riesgos Ergonómicos y Psicosociales
  - 5.5 Riesgos Ambientales y Condiciones Físicas

#### **Unidad 4. Elementos básicos de gestión de la prevención**

- 1. Modalidades de organización preventiva
- 2. Organismos públicos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo
  - 2.1 Inspección de Trabajo y Seguridad Social (ITSS)
  - 2.2 Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST)
  - 2.3 Autoridades Laborales de las Comunidades Autónomas
  - 2.4 La Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (CNSST)
  - 2.5 Autoridades Sanitarias
- 3. Documentación: recogida, elaboración y archivo
- 4. Consulta y Participación de los Trabajadores
  - 4.1 Marco normativo fundamental
  - 4.2 Delegados de Prevención (DP)
  - 4.3 Comité de Seguridad y Salud (CSS)
  - 4.4 Obligaciones de los representantes (DP/CSS)
- 5. Funciones del Nivel Básico de PRL

#### **Unidad 5. Primeros auxilios**

- 1. Organización de primeros auxilios en la empresa
  - 1.1 Objetivos de la planificación
  - 1.2 Medidas que hay que planificar con relación a los primeros auxilios
  - 1.3 Variables que hay que tener en cuenta en la organización de los primeros auxilios
- 2. Conceptos básicos de primeros auxilios
  - 2.1 Otros conceptos
  - 3. Partes principales del cuerpo humano y funcionamiento de los sistemas del organismo: primeros auxilios específicos
    - 3.1 Primeros auxilios específicos por zona corporal
  - 4. Técnica P.A.S.

- 5. Botiquín de primeros auxilios en el ámbito laboral
  - 5.1 Requisitos Legales y ubicación
  - 5.2 Contenido Mínimo Obligatorio (Material Básico)
  - 5.3 Personalización del Contenido (Según Evaluación de Riesgos)
  - 5.4 Lo que no debe contener un botiquín
  - 5.5 Mantenimiento del Botiquín
  - 5.6 Gestión Documental y Protocolos (La "Inteligencia" del Botiquín)
  - 5.7 Consideraciones Adicionales

## **Módulo II. Riesgos psicosociales.**

Riesgos psicosociales. Introducción

¿Qué son los riesgos psicosociales?

Riesgos psicosociales: Definición y Evaluación.

Tipos de riesgos psicosociales en el trabajo.

Efectos de los riesgos psicosociales.

Resumen

Ejercicios de repaso y autoevaluación