

Prevención en oficinas

Prevención en oficinas

Duración: 60 horas

Precio: 420 euros.

Modalidad: e-learning

Objetivos:

Este curso permite adquirir los conocimientos necesarios para el desempeño de las funciones de nivel básico de Prevención de Riesgos Laborales. Incluye además una parte de temario específico en función del Sector Profesional en que se encuadra la actividad laboral que desempeña el alumno. Se pretende consolidar y mejorar los conocimientos sobre prevención aplicadas a las tareas cotidianas en el puesto de trabajo. El Real Decrero 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, publicado en el BOE nº 27 de 31 de enero de 1997, establece que las funciones que integran el nivel básico de la actividad preventiva son las siguientes: • Promover los comportamientos seguros y la correcta utilización de los equipos de trabajo y protección, y fomentar el interés y cooperación de los trabajadores en una acción preventiva integrada. • Promover, en particular, las actuaciones preventivas básicas, tales como el orden, la limpieza, la señalización y el mantenimiento general, y efectuar su seguimiento y control. • Realizar evaluaciones elementales de riesgos y, en su caso, establecer medidas preventivas del mismo carácter compatibles con su grado de formación. • Colaborar en la evaluación y el control de los riesgos generales y específicos de la empresa, efectuando visitas al efecto, atención a quejas y sugerencias, registro de datos, y cuantas funciones análogas sean necesarias. • Actuar en caso de emergencia y primeros auxilios gestionando las primeras intervenciones al efecto. • Cooperar con los servicios de prevención, en su caso.

Metodología:

© icaformación2026

El Curso será desarrollado con una metodología a Distancia/on line. El sistema de enseñanza a distancia está organizado de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose. En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo

El alumno dispondrá de un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de pruebas objetivas tipo test. Para el aprobado se exigirá un mínimo de 75% del total de las respuestas acertadas.

El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición la atención de los profesionales tutores del curso. Así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación si el curso es on line. Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo de curso elegido y de las horas del mismo.

© icaformación2026

Profesorado:

Nuestro Centro fundado en 1996 dispone de 1000 m2 dedicados a formación y de 7 campus virtuales.

Tenemos una extensa plantilla de profesores especializados en las diferentes áreas formativas con amplia experiencia docentes: Médicos, Diplomados/as en enfermería, Licenciados/as en psicología, Licencidos/as en odontología, Licenciados/as en Veterinaria, Especialistas en Administración de empresas, Economistas, Ingenieros en informática, Educadodores/as sociales etc…

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas de las siguientes formas:

-Por el aula virtual, si su curso es on line
-Por e-mail
-Por teléfono

Medios y materiales docentes

-Temario desarrollado.

-Pruebas objetivas de autoevaluación y evaluación.

-Consultas y Tutorías personalizadas a través de teléfono, correo, fax, Internet y de la Plataforma propia de Teleformación de la que dispone el Centro.



© icaformación2026

Titulación:

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por correo o mensajería la titulación que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Programa del curso:

1 Conceptos básicos sobre seguridad y salud

1.1 El trabajo y la salud
1.2 Los Riesgos Profesionales
1.3 Factores de Riesgo Laboral
1.4 Incidencia de los factores de riesgo sobre la salud
1.5 Daños derivados del trabajo
1.6 Accidentes de trabajo
1.7 Enfermedades profesionales
1.8 Diferencia entre Accidentes de trabajo y Enfermedad profesional
1.9 Otras patologías derivadas del trabajo
1.10 Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos
1.11 Deberes y obligaciones básicas en esta materia
1.12 Política de Prevención de Riesgos Laborales
1.13 Fomento de la toma de conciencia
1.14 Participación, información, consulta y propuestas
1.15 El empresario
1.16 El trabajador

2 Riesgos generales y su prevención

2.1 Caídas de personas a distinto o al mismo nivel
2.2 Proyección de fragmentos o partículas
2.3 Golpes o cortes por objetos y herramientas
2.4 Atrapamiento por vuelco de máquina
2.5 Golpes atrapamientos por derrumbamiento
2.6 Contacto eléctrico
2.7 Sobreesfuerzo
2.8 Exposición al polvo o a ruidos
2.9 Dermatitis profesional y riesgos de contaminación
2.10 Riesgos ligados al medio ambiente del trabajo
2.11 Contaminantes químicos
2.12 Toxicología laboral
2.13 Medición de la exposición a contaminantes
2.14 Corrección ambiental

© icaformación2026

2.15 Contaminantes físicos
2.16 Energía mecánica
2.17 Energía térmica
2.18 Energía electromagnética
2.19 Contaminates biológicos
2.20 La carga del trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral
2.21 Sistemas elementales de control de riesgos
2.22 Protección colectiva
2.23 Equipos de Protección individual
2.24 Protección del cráneo
2.25 Protectores del aparato auditivo
2.26 Protectores de la cara y del aparato visual
2.27 Protectores de las vías respiratorias
2.28 Protección de las extremidades y piel
2.29 Protectores del tronco y el abdomen
2.30 Protección total del cuerpo
2.31 Control de riesgos derivados de trabajos en altura
2.32 Características del riesgo de caída de altura
2.33 Características generales de los dispositivos
2.34 Clasificación y campos de aplicación
2.35 Planes de emergencia y evacuación
2.36 Organización del plan de emergencia
2.37 Señalización
2.38 Clases de señalización y utilización
2.39 Señalización óptica
2.40 Señales en forma de panel
2.41 Señales gestuales
2.42 Señales luminosas
2.43 Señalización acústica y otras señalizaciones
2.44 El control de salud de los trabajadores
2.45 La vigilancia de la salud de los trabajadores
2.46 Integración de los programas de vigilancia de la salud

3 Riesgos específicos en oficinas

3.1 Fuentes y causas de fatiga visual
3.2 Prevención del riesgo de fatiga visual
3.3 Precauciones para prevenir la fatiga visual
3.4 Fuentes y causas de trastornos musculoesqueléticos
3.5 Prevención de trastornos musculoesqueléticos
3.6 Fuentes y causas de riesgo de estrés laboral
3.7 Prevención del riesgo de estrés laboral
3.8 Fuentes y causas de riesgo de caída de persona al mismo nivel
3.9 Prevención del riesgo de caída de persona al mismo nivel
3.10 Fuentes y causas de riesgo de cortes y contusiones
3.11 Prevención del riesgo de cortes y contusiones
3.12 Fuentes y causas de riesgo eléctrico
3.13 Prevención del riesgo eléctrico
3.14 Fuentes y causas de exposición a radiaciones
3.15 Prevención del riesgo de exposición a radiaciones
3.16 Fuentes y causas de riesgo de exposición a sustancias químicas
3.17 Prevención del riesgo de exposición a sustancias químicas
3.18 Cuestionario: Riesgos específicos en oficinas

4 Elementos básicos de gestión de la prevención

4.1 Intervención de las administraciones públicas en materia preventiva
4.2 Organización preventiva del trabajo

© icaformación2026

4.3 Procedimiento general de la planificación
4.4 Documentación - recogida, elaboración y archivo
4.5 Representación de los trabajadores

5 Primeros auxilios

5.1 Procedimientos generales
5.2 Eslabones de la cadena de socorro
5.3 Evaluación primaria de un accidentado
5.4 Normas generales ante una situación de urgencia
5.5 Reanimación cardiopulmonar
5.6 Actitud a seguir ante heridas y hemorragias
5.7 Fracturas
5.8 Traumatismos craneoencefálicos
5.9 Lesiones en columna
5.10 Quemaduras
5.11 Lesiones oculares
5.12 Intoxicaciones, mordeduras, picaduras y lesiones por animales marinos
5.13 Plan de actuación
5.14 Cuestionario: Cuestionario final

© icaformación2026