

# PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN OFICINAS (60h)

**EL CURSO OFRECE:** Los conocimientos necesarios y le dotará de una visión práctica y real de la prevención de riesgos laborales en Oficinas y Despachos.

## OBJETIVOS:

- Conocer las herramientas necesarias para que puedan determinar los riesgos a los que están sometidos, así como las principales medidas preventivas a adoptar para minimizar sus efectos.
- Disponer de las herramientas necesarias para realizar las evaluaciones elementales de riesgos y, en su caso, establecer las medidas preventivas pertinentes.
- Adquirirá los conocimientos necesarios para gestionar las primeras intervenciones en caso de emergencia y primeros auxilios.
- Los conocimientos oportunos para poder colaborar con los servicios de prevención de su empresa.
- Adquirir los conocimientos y la capacidad necesaria para actuar ante situaciones de emergencia como paradas cardiorrespiratoria, heridas y hemorragias, traumatismos, etc.

En el curso encontrará:

1. **Las Leyes y Normas** en prevención de riesgos laborales.
2. Distinguirás los **riesgos más frecuentes** en la empresa.
3. Adquirirá los **métodos para prevenir los accidentes** mediante la aplicación de las técnicas, medidas y equipos necesarios.
4. Conocerás los **diferentes planes de actuación, técnicas preventivas y de primeros auxilios** que ayudan a superar las situaciones más peligrosas.
5. Aplicarás las **diferentes técnicas de detección y evaluación de riesgos**, así como de formación, comunicación y negociación.



## CONTENIDO DEL CURSO

### Temario general

1. Introducción.
2. Conceptos generales de trabajo.
3. Conceptos sobre salud y condiciones de trabajo.
4. Evaluación de las condiciones de trabajo.
5. Vigilancia de la salud.
6. Gestión de accidentes de trabajo.
7. Precauciones generales.
8. Qué hacer.
9. Primeros auxilios.
10. Primeros auxilios quemaduras.
11. Primeros auxilios RCP.
12. Lugares de trabajo.
13. Máquinas y herramientas.
14. Trabajos en altura.
15. Riesgo eléctrico.
16. Señalización de seguridad.
17. Equipos de protección individual.
18. Planes de emergencia y evacuación.
19. Incendios.
20. Conceptos básicos ley PRL.
- 21 Ley 31-1995 PRL.
22. RD 39-1997 reglamento.

### Temario específico Oficinas y Despachos

1. Trabajo y Salud. Riesgos profesionales.
2. Marco normativo básico de prevención.
3. Riesgos ligados a las condiciones de seguridad.
4. Riesgos ergonómicos y psicosociales.
5. Prevención riesgos en oficinas y despachos.

### Legislación General

Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

### Manuales y Legislación Específica Primeros Auxilios

REAL DECRETO 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

Manual básico sobre Prevención en Oficinas y Despachos. Junta de Andalucía.

*Test Prevención de Riesgos Laborales. Oficinas y Despachos.*

**TEST AUTOEVALUACION FINAL**