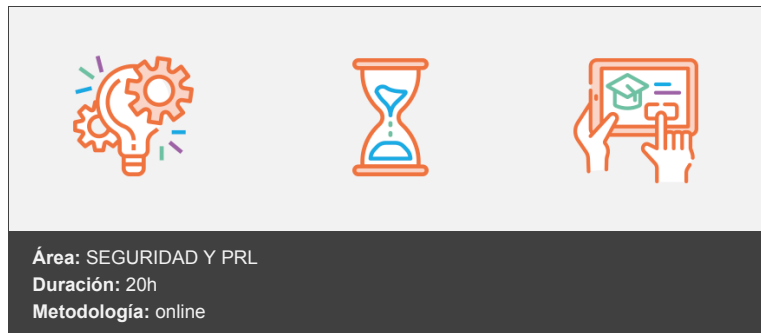


# criteria

## PRL oficinas y despachos



### Objetivos

El objetivo del curso es proporcionar el marco conceptual y legislativo básico en Prevención y Seguridad en el sector de oficinas y despachos:

- Facilitar un entendimiento global de la actividad laboral del sector de oficinas y despachos.
- Identificar los factores de riesgo (generales y específicos) del sector de oficinas y despachos.
- Definir responsabilidades, obligaciones, derechos y deberes.
- Comprender cómo la configuración y organización adecuada del puesto de trabajo previene los riesgos.
- Analizar las consecuencias de la fatiga y las normas adecuadas para prevenirla.
- Analizar las condiciones ambientales más adecuadas en términos de iluminación, climatización y ruido.
- Conocer los riesgos de incendio y las normativas de evacuación.
- Identificar pautas de actuación frente a los accidentes propios de la actividad.
- Entender la praxis de actuación ante un cliente accidentado.
- Distinguir planes de emergencias y evacuación ante distintos tipos de accidentes.

### Contenidos y estructura del curso

#### UNIDAD 1: El trabajo en Oficinas y Despachos

- Objetivos y Contenidos
- Principales Actividades
- Los lugares de trabajo I
- Los lugares de trabajo II
- Medios y herramientas

#### UNIDAD 2: Riesgos derivados de la organización del puesto de trabajo

- Objetivos y Contenidos
- La ergonomía
- Mobiliario de oficina
- El espacio de trabajo
- El uso y manejo de los periféricos
- El puesto de trabajo con pantalla de visualización de...
- Problemas más habituales

- La Psicología
- El entorno de trabajo

#### UNIDAD 3: Riesgos derivados del entorno de trabajo

- Objetivos y Contenidos
- Lugares de trabajo espaciosos
- El lugar de trabajo
- Renovación del aire
- Pérdida de la capacidad auditiva
- Accidente "in itinere"

#### UNIDAD 4: Otros riesgos

- Objetivos y Contenidos
- Estanterías, mostradores y armarios I
- Desplazamientos por las zonas de trabajo
- Riesgo de caída en altura
- Transporte o sujeción de cargas
- Las lesiones
- La electricidad
- La fatiga física

#### UNIDAD 5: Incendios y Planes de Emergencia

- Objetivos y Contenidos
- La prevención
- El fuego
- Los efectos del fuego
- Sistema de detección y alarma
- El extintor
- Consecuencias previsibles de un incendio
- Partes de una boca interior
- Área afectada por la emergencia
- Plan de emergencia contra incendios

#### UNIDAD 6: Primeros Auxilios

- Objetivos y Contenidos
- Primeros auxilios
- Principios de actuación
- La intoxicación
- Primeros auxilios en caso de lipotimia
- Respiración cardio
- pulmonar
- Traslado de accidentados
- Botiquín de urgencia

### Metodología

En Criteria creemos que para que la formación e-Learning sea realmente exitosa, tiene que estar basada en contenidos 100% multimedia (imágenes, sonidos, vídeos, etc.) diseñados con criterio pedagógico y soportados en una plataforma que ofrezca recursos de comunicación como chats, foros y conferencias...Esto se logra gracias al trabajo coordinado de nuestro equipo e-Learning integrado por profesionales en pedagogía, diseño multimedia y docentes con mucha experiencia en las diferentes áreas temáticas de nuestro catálogo.

## Perfil persona formadora

Esta acción formativa será impartida por un/a experto/a en el área homologado/a por Critería, en cumplimiento con los procedimientos de calidad, con experiencia y formación pedagógica.

*En Critería queremos estar bien cerca de ti, ayúdanos a hacerlo posible:  
¡Suscríbete a nuestro blog y síguenos en redes sociales!*

Blog de Critería

