

Prl basico (modulo general + hosteleria)

Modalidad: curso e-Learning Duración: 30 horas

Categorías: PRL, seguridad y medioambiente

OBJETIVOS

- Aprender los conceptos basicos sobre el control de riesgos laborales
- Comprender las normas europeas y nacionales respecto a la seguridad en el trabajo
- Desarrollar habilidades practicas para aplicar y documentar medidas preventivas adecuadas
- Evaluar peligros relacionados con el trabajo en el entorno de hosteleria

CONTENIDOS

MODULO 1: CONCEPTOS BASICOS SOBRE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Unidad 1 - Introduccion de Modulo

Por que se producen los accidentes en el trabajo

Prevenir las contingencias profesionales

Consecuencias de accidentes de trabajo

Costes directos-indirectos

Problematica de la siniestralidad laboral y costes

¿Que es el riesgo?

Factores de peligro

Enfermedad profesional

Piramide de Heinrich

Tipificacion y cuantia de las sanciones

Obligaciones de los trabajadores

Cadena de responsabilidad en seguridad

Analisis, ¿por que se incumplen las medidas de seguridad?

Actuaciones preventivas

Reflexiones

Conclusiones

Unidad 2 - Aspectos de la Prevencion de Riesgos

Introduccion al modulo

¿Que es la prevencion de riesgos laborales?. Objetivos y definiciones.

Evolucion de la integracion de la PRL en la empresa

Técnicas no médicas, seguridad en el trabajo
Técnicas no médicas, higiene industrial
Factores de origen físico
Factores de origen químico
Factores de origen biológico
Ergonomía
Psicosociología aplicada
¿Que se considera un accidente de trabajo?
¿Que no se catalogaría como accidente de trabajo?
Otros supuestos de accidentes de trabajo
Accidentes de trabajo, conclusiones
Casos particulares de trabajadores autónomos
Perspectiva legal de la enfermedad profesional
Clasificación de la enfermedad profesional
Perspectiva preventiva de la enfermedad profesional
Comparativa entre accidente laboral y enfermedad profesional
Estructura de la ley
Cambios de la reforma - técnicos de las CCAA
Cambios de la reforma - integración en la empresa
Cambios de la reforma - presencia de recursos preventivos
Cambios de la reforma - responsabilidades
Cambios de la reforma - infracciones graves
Cambios de la reforma - formación en prevención
Cambios de la reforma - infracciones muy graves

Unidad 3 - Conceptos Básicos en Prevención

Introducción al módulo
Historia y ámbito de aplicación de la ley de prevención de riesgos laborales
Quiénes no están incluidos en la ley...
Principales derechos y deberes de trabajadores y empresarios
El derecho a la formación e información en PRL
Requisitos de la formación en PRL
La vigilancia y control de la salud
Especificaciones en la vigilancia y control de la salud de los trabajadores
Obligaciones de los empresarios y empleados
Otras obligaciones de los trabajadores
Cuadro de responsabilidades y sanciones
Objetivos de la prevención
Definiciones

Enfermedad profesional
Causas desencadenantes de los accidentes
Resumen de las obligaciones del empresario
Derecho a la proteccion eficaz
Resumen de las obligaciones de los trabajadores

Unidad 4 - Factores de Riesgo
Introduccion al modulo
Trabajo y prevencion
Principales riesgos profesionales
Los accidentes y enfermedades profesionales son consecuencia del trabajo
Riesgo y peligro
Principales riesgos y peligros
Disciplinas tecnicas no medicas
Condicion insegura o acto inseguro
Factores ergonomicos
Imprudencia en prevencion
Mas condiciones peligrosas y actos inseguros
Test Factores de Riesgo

MODULO 2: RIESGOS GENERALES Y SU PREVENCION

Unidad 1 - Segnalizacion
¿Que es la segnalizacion de seguridad?
Objetivos y uso de la segnalizacion de seguridad
Tipos de señales
Colores de seguridad en la segnalizacion
Colores de seguridad y otros tipos de señales
Clasificacion de la segnalizacion
Señales de advertencia, prohibicion y obligacion
Segnalizacion de equipos de lucha contra incendios y otras señales
Señal luminosa acustica y verbal
Señal gestual
Pictogramas de productos quimicos
Fichas de seguridad de los productos quimicos
Etiquetado de seguridad

Unidad 2 - EPIs
Introduccion al modulo

Los equipos de proteccion individual y su importancia
Caracteristicas de los equipos de proteccion individual
Requisitos y exigencias que deben respetar los EPI
Categorias en la clasificacion de EPI - categoria I
Categorias en la clasificacion de EPI - categorias II y III
Seleccion y adquisicion de los equipos
Distribucion de los equipos y obligaciones de los trabajadores
Tipos de equipos de proteccion individual
Proteccion del craneo: el casco de seguridad
Proteccion de cara y ojos: gafas y pantallas
Proteccion de vias respiratorias: mascarillas
Proteccion del aparato auditivo: tapones y orejeras
Proteccion de extremidades superiores: guantes
Proteccion de extremidades inferiores: zapatos, botas
Trabajos en altura: cinturones de seguridad
Ropa de proteccion y/o de trabajo y ejemplos de diferentes EPIS

Unidad 3 - Maquinas

Certificacion de maquinas y que se considera una maquina
Seguridad de una maquina
Situaciones de peligro de las maquinas
Medidas de seguridad
Resguardos y disegno de los protectores
Informacion suministrada por una maquina
Requisitos de los resguardos moviles
Requisitos de los resguardos regulables y asociados al mando
Tipos de resguardos moviles
Seleccion de resguardos en funcion del peligro
Dispositivos sensibles
Mandos sensitivos mecanicos y no mecanicos
Tipos de dispositivos sensibles
Instrucciones tecnicas y disposiciones suplementarias

Unidad 4 - Lugares de Trabajo

Introduccion al modulo - Real Decreto 486/1997
Exclusiones del ambito de aplicacion de la ley
Que se incluye en la definicion de lugar de trabajo
Parametros para evitar riesgos en el lugar de trabajo
Disegno y concepcion de lugares de trabajo seguros

Disposiciones establecidas en el real decreto
Requisitos minimos de seguridad estructural
Espacios de trabajo, suelos y aberturas o desniveles
Tabiques, ventanas y vanos
Vias de circulacion
Muelles de carga
Puertas y portones
Ejemplos de portones
Rampas, escaleras fijas y de servicio
Medidas de las escaleras
Escalas fijas
Escaleras de mano
Vias y salidas de evacuacion
Condiciones de proteccion contra incendios
Instalacion electrica
Minusvalidos
Lugares de trabajo antiguos
Orden limpieza y mantenimiento
Instalaciones de servicio y proteccion
Condiciones ambientales de los lugares de trabajo
Iluminacion de los lugares de trabajo
Servicios higienicos y locales de descanso
Material y locales de primeros auxilios
Personal sanitario asistencial
Informacion de los trabajadores

Unidad 5 - Higiene Industrial

Introduccion al modulo
¿Que es la higiene industrial?
Proceso de actuacion
Tipos de contaminantes ambientales
Ruido
Presion acustica y frecuencia
Conceptos relevantes con respecto al ruido
Efectos del ruido sobre la salud
Otros efectos del ruido sobre la salud
Directiva 2003/10/CE - proteccion contra el ruido
Medidas para controlar los riesgos generados por los efectos del ruido
Medidas de actuacion sobre el receptor

Las vibraciones

Tipos de vibraciones

Ejemplos

Efectos de las vibraciones

Valores limite de exposicion a las vibraciones

Medidas para reducir los efectos de las vibraciones mecanicas

Cambios en las practicas de trabajo

Reconocimientos medicos

Ambiente termico

Mecanismos de regulacion

Radiacion

Conveccion

Evaporacion

Condiciones ambientales de los lugares de trabajo

Medidas preventivas ante temperaturas excesivas

Medidas preventivas ante estres por frio

Clasificacion de las radiaciones

Tabla de tipos de radiaciones

Medidas preventivas para evitar las radiaciones externas

Otras medidas preventivas

Radiacion no ionizante

Radiacion ultravioleta y como prevenirla

Radiaciones infrarojas

Las condiciones de iluminacion, luz visible

Radiaciones radiofrecuencias y microondas

Radiaciones opticas

Medidas de control de la exposicion a las radiaciones opticas

Productos quimicos

Clasificacion de los contaminantes quimicos

Efectos adversos

Absorcion del contaminante quimico

Fases de actuacion de los productos quimicos

Etiquetado de residuos

Pictogramas de seguridad

Ficha de datos de seguridad

Corregir el riesgo higienico, higiene operativa

Acciones sobre el individuo

Agentes biologicos

Actividades con riesgos biologicos

Tipos de agentes biológicos
Como medir la patogeneidad
Parametros para reconocer los efectos de los agentes biológicos
Factores del proceso de infeccion
Profesionales mas expuestos a agentes biológicos
Evaluacion del riesgo de exposicion a agentes biológicos
Clasificacion preventiva de los agentes biológicos
Clasificacion de los agentes biológicos
Medidas de proteccion, seguridad biologica
Prevencion actuando sobre el individuo

Unidad 6 - Riesgo Electrico
Introduccion y reglamentos asociados
Defectos en las instalaciones
Errores del accidentado
El ser humano como conductor de la corriente electrica
Riesgo electrico, contacto directo e indirecto
Lesiones producidas por la corriente electrica
Lesiones que puede provocar la corriente electrica
Vias de circulacion
Otras lesiones de la corriente electrica
Factores que influyen en la corriente electrica
Intensidad de corriente
Datos sobre la intensidad y duracion de la corriente en corriente alterna
Datos sobre la intensidad y duracion de la corriente en corriente continua
Resistencia del cuerpo humano
Tension de seguridad
Frecuencia de la corriente
Forma de producirse un contacto electrico directo e indirecto
Intensidad de corriente
Efectos fisiologicos directos de la corriente alterna
Tiempo de duracion del contacto
Recorrido de la corriente a traves del cuerpo
Variaciones en los valores de resistencia humana a la corriente
Tipos de contacto electrico y duracion
Ejemplos de accidentes electricos
Efectos del rayo
Quemaduras producidas por los efectos de un rayo
Lesiones por electricidad para el caso de rayos

Efectos producidos por la electricidad
Posibles medidas
Indumentaria y equipos de proteccion temporal
Otras medidas preventivas
Instrucciones de seguridad
Tipos de proteccion contra contactos electricos indirectos
Sistemas de proteccion contra Contactos Indirectos (Clase A)
Regla de PAS
Actuacion ante el accidente electrico
Tabla intensidad de corriente, tiempo de exposicion
Accidentes debidos a los riesgos electricos
Principios elementales para ejecutar un buen bloqueo electrico
Reglas de oro al trabajar en cualquier instalacion electrica
Corte efectivo de la fuente de energia
Actuaciones seguras y proteccion en las instalaciones
Conclusiones
Ilustraciones de diferentes situaciones de peligro

Unidad 7 - Riesgo de Incendio
Introduccion al modulo
Ley de prevencion de incendios
Definiciones de fuego
Conceptos de fuego
Teoria del fuego
Analisis de los factores y elementos que producen los incendios
El comburente
Efectos fisiologicos de la reduccion de oxigeno en las personas
I.- Energia de activacion
Efectos del aumento de temperatura en las personas
Reaccion en cadena
Principales efectos asociados a los humos
Etapas de la cadena de incendios
Cadena de fuego
Desarrollo de un incendio segun los materiales
Efectos del fuego en las personas
Factores determinantes del peligro de incendio
Energia de activacion
Medidas de proteccion
Proteccion activa

Proteccion estructural
Comportamiento de los elementos constructivos
Elementos de la proteccion estructural
Señalización
Sistemas de detección y alarma
Extinción del fuego
Agentes extintores
Extintores eficaces para fuegos de Clase A
Medios de extinción gaseosos
Otros tipos de agentes extintores
Uso de agentes extintores
Clasificación de extintores
Extintores portátiles
Bocas de Incendio Equipadas (BIES)
Tipos de columnas
Detectores de incendios
Otros medios materiales
Otros medios materiales y formas de actuación
Plan de Autoprotección
Objetivos del Plan de Autoprotección
Ámbito de aplicación
Aspectos primordiales del Plan de Autoprotección
Diseñar un Plan de Autoprotección y emergencia
Preparar un Plan de Autoprotección
Criterios para la implantación del plan de emergencia
Normas para el mantenimiento de del Plan de Autoprotección
Vigencia, actualización y revisión del Plan de Autoprotección
Catálogo de actividades
Contenido mínimo del Plan de Autoprotección
Normativa legal y Real Decreto
Estudio de la normativa de elaboración e implantación

Unidad 8 - Herramientas Manuales
Introducción al módulo
¿Que se considera herramienta manual?
Estandar de las herramientas manuales
Riesgos laborales
Causas que producen los riesgos
Medidas preventivas

Disegno de la herramienta
Practica de Seguridad Asociada a su Uso
Medidas Preventivas Especificas para cada Herramienta
Uso correcto de los alicates
Uso correcto de los cinceles
Cuchillos
Destornilladores
Uso correcto de las llaves
Consejos a tener en cuenta en el uso de las llaves

Unidad 9 - Ergonomia
Introduccion
Definicion y Objetivo
Clasificacion
Estudios Ergonomicos
Metodos de Evaluacion Ergonomica
Principios Preventivos
Disegno del Puesto de Trabajo
Carga de Trabajo
Campo de Actuacion
Factores de Riesgo Ergonomico
Carga Mental
Estres Laboral
Tipos de Estresores
Estresores del Ambiente Fisico
Estresores Individuales
Medidas Preventivas Frente al Estres
PVDs
Configuracion Ergonomica del Puesto de Trabajo
Configuracion Ergonomica de la Mesa de Trabajo
Configuracion Ergonomica del Asiento de Trabajo
Configuracion Ergonomica con PVDs
Configuracion Ergonomica del Teclado
Configuracion Ergonomica: Otros.
Configuracion Ergonomica: Documentos
Postura de Trabajo
Entorno de Trabajo: Iluminacion, Temperatura y Ruido
Ejercicios de Relajacion

MODULO 3: RIESGOS ESPECIFICOS HOSTELERIA

Unidad 1: El sector de la hosteleria

Descripcion y objetivos

De la actividad laboral y sus factores de riesgo

Los factores de riesgo

De los trabajadores

Normativa legal aplicable al sector de la hosteleria

Unidad 2: Riesgos profesionales especificos de hosteleria

Descripcion y objetivos

Caidas de personas

Riesgo electrico

Contacto con sustancias quimicas y biologicas peligro...

Condiciones ambientales

Sobreesfuerzo y fatiga fisica

Riesgos derivados de las herramientas manuales

Riesgos derivados de la maquinaria industrial de coci...

Quemaduras por contacto con objetos calientes

Riesgos derivados del trabajo nocturno y a turnos

Unidad 3: Agentes biologicos

Descripcion y objetivos

Riesgos asociados a los agentes biologicos

Medidas para garantizar la seguridad

Medidas higienicas

Protocolo de actuacion relativo a la higiene alimenta...

Obligaciones relativas a la higiene en el trabajo

Intoxicaciones alimentarias

Medidas para evitar las toxiinfecciones alimentarias

Condiciones higienicas de los locales

Normas de conservacion

Como cocinar adecuadamente los alimentos

Recomendaciones de la OMS

Manipulacion de alimentos congelados

Normas para la eliminacion de desperdicios y residuos

Unidad 4: Los accidentes

Descripcion y objetivos

Accidentes electricos
Tipos de contacto
Dagnos corporales
Heridas
Tipos de heridas
Hemorragias
Quemaduras
Lesiones oculares
Atragantamientos de alimentos

MODULO 4: ELEMENTOS BASICOS DE GESTION DE LA PREVENCION DE RIESGOS

Unidad 1 - Aspectos Legales

Introduccion al modulo
Ley de PRL DOC
RD Servicios de PRL
Modelos de Gestion DOC
Normativa aplicable DOC
Colectivos Especialmente Considerados DOC

Unidad 2 - Accidentes de Trabajo

El accidente de trabajo DOC
Prestaciones contributivas
Grados de incapacidad por enfermedad o accidente
Enfermedad profesional
Exclusion de situaciones no consideradas accidente de trabajo

Unidad 3 - Responsabilidades Legales Frente a los Accidentes Laborales

Obligaciones DOC
Infracciones leves
Infracciones graves
Infracciones muy graves
Cuantia de las sanciones segun gravedad
Sanciones administrativas

Unidad 4 - Servicios de Prevencion

Modelos de Organizacion preventiva
Terminos relaciones con la Prevencion de Riesgos Laborales
Estructura de Plan Preventivo

Consulta y participacion de los trabajadores
Comite de seguridad y salud
Inspeccion de Trabajo y Seguridad Social
Organizacion de la Prevencion DOC

MODULO 5: PRIMEROS AUXILIOS

Unidad 1 - Primeros Auxilios
Introduccion al modulo
Tipos de traumatismos
Lesiones por agentes externos
Contusiones
Fracturas
Posibles complicaciones de las fracturas
Luxacion
Esguinces
Heridas
Tratamientos de las heridas
Amputaciones
Lesiones de la piel tras la exposicion al calor
Clasificacion de quemaduras segun profundidad
Clasificacion de quemaduras segun extension
Otros factores de gravedad ante quemaduras
Modo de actuacion
Hemorragias
Signos
Cuerpos extragnos en los ojos
Principales aspectos de la resucitacion cardiopulmonar
Botiquin de Empresa
Maniobra de Heimlich (compresion abdominal)