



VNIVERSIDAD  
D SALAMANCA

CAMPUS DE EXCELENCIA INTERNACIONAL



800 AÑOS

1218 - 2018

# FORMACIÓN EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Dirigido a:

PERSONAL DOCENTE E INVESTIGADOR (PDI), PERSONAL DE ADMINISTRACIÓN Y SERVICIOS (PAS) y PERSONAL INVESTIGADOR EN FORMACIÓN O CATEGORÍAS ASIMILADAS.

Este documento contiene la convocatoria de acciones formativas en prevención de riesgos laborales en el marco de la "Planificación Preventiva de la Universidad de Salamanca".

## EJERCICIO 2018

*Oficina de Prevención de Riesgos Laborales*

## **Aspectos generales.**

Se convocan diversas acciones formativas dirigidas al *Personal Docente e Investigador (PDI)* y al *Personal de Administración y Servicios (PAS)* con independencia de su relación laboral o funcionarial, así como al *Personal Investigador en Formación y categorías asimiladas*, en cumplimiento del art. 19 de la Ley de Prevención de Riesgos laborales, correspondientes a la “Planificación preventiva de la Universidad de Salamanca 2018”.

El contenido de esta formación debe ser en “materia preventiva”; es decir, se trata de una obligación de formación en materia de prevención de los riesgos laborales que tiene la Universidad como empresa; no se trata de una formación de contenido profesional, referida al oficio o a la actividad profesional.

Los cursos de carácter obligatorio son consecuencia de carencias formativas detectadas en las evaluaciones de riesgos, accidentes de trabajo o planes de emergencia o autoprotección que se están implantando en diversos centros.

Esta convocatoria y el formulario de solicitud se encuentran en la web de formación de la Oficina de Prevención de Riesgos Laborales <http://www.usal.es/node/15004>

## **Criterios de selección de asistentes.**

Aquellos cursos dirigidos tanto al Personal de administración y servicios (en adelante PAS) como al Personal docente e investigador (en adelante PDI), incluido el Personal investigador en formación y categorías asimiladas, en los que se presenten más solicitudes que plazas disponibles se reservará un 50% de las plazas para el PDI y otras tantas para el PAS. En el caso de que el número de solicitantes de cualquiera de los dos colectivos sea inferior al de plazas reservadas para el mismo, las plazas sobrantes se acumularán a las correspondientes al otro colectivo.

La selección de los participantes se realizará de conformidad con los siguientes criterios:

### **1. Cursos voluntarios (presenciales y on-line).**

- 1.1 Se excluirá a aquellos solicitantes que hayan realizado la misma acción formativa u otra de similar contenido en los últimos 5 años.
- 1.2 Con relación al curso “Escuela de Espalda” una vez aplicado el punto primero, tendrán preferencia las personas con problemas osteomusculares o dorso-lumbares reflejados en los informes de accidente de trabajo, informes ergonómicos elaborados por la Oficina de Prevención de Riesgos Laborales o informe de su especialista valorado por el Médico de Trabajo de la USAL.
- 1.3 En el supuesto de que el número de solicitudes en alguno de los cursos sea superior al de plazas disponibles (una vez aplicados los puntos anteriores), el orden de prelación se realizará mediante un sorteo en presencia de los representantes de los trabajadores.

### **2. Cursos de carácter obligatorio:**

- 2.1. Se convocará directamente a las personas a las que el curso va dirigido (sin necesidad de solicitarlo).

## Listado de cursos.

- **Cursos de carácter voluntario:**

### Presenciales:

- 01/18 Mindfulness (PAS y PDI).
- 02/18 Mejora de las competencias en el afrontamiento del acoso laboral en el trabajo (PAS y PDI).
- 03/18 Mejora de competencias en la resolución de conflictos interpersonales (PAS y PDI).
- 04/18 Escuela de espalda (PAS y PDI).
- 05/18 Gestión del estrés: promoción de la salud (PAS y PDI).
- 06/18 Manejo de gases en el laboratorio (PAS y PDI).
- 07/18 Prevención de riesgos laborales en el laboratorio (PAS y PDI).
- 08/18 Información y prevención de las alteraciones de la voz (PDI y PAS con este riesgo).
- 09/18 Riesgos y medidas preventivas para usuarios de pantallas de visualización de datos: Adaptación de puestos de trabajo (PAS y PDI).

### On-line:

- 10/18 Prevención de riesgos laborales NIVEL BÁSICO (PAS y PDI).
- **Cursos de carácter obligatorio** (sólo para el PAS y PDI a quién estén dirigidos según la Planificación Preventiva, estos cursos NO figuran en el formulario de solicitud, se convocan directamente).
- 11/18 Emergencias: Equipos de Primera Intervención (EPI) y Equipos de Alarma y Evacuación (EAE).
- 12/18 Emergencias: Formación práctica de Equipos de Primera Intervención (EPI).
- 13/18 Emergencias: Equipos de Primeros Auxilios (EPA).
- 14/18 Curso RECORDATORIO de Soporte Vital Básico y desfibrilación Semiautomática Externa.
- 15/18 Curso INICIAL de Soporte Vital Básico y desfibrilación Semiautomática Externa.
- 16/18 Curso para usuarios de PVD-Teletrabajo (PAS).
- 17/18 Curso de manipulación manual de cargas.

## Plazo de solicitud.

Del **10 al 18 de abril de 2018** (ambos incluidos), presentándose las solicitudes en el Registro único de esta Universidad (Rectorado o Secretaría de los Centros), dirigidas a la Oficina de Prevención de Riesgos Laborales, en el modelo disponible en la página web: <http://www.usal.es/node/15004>.

## **Listas de admitidos, fechas y lugares de celebración de los cursos.**

### *Cursos de carácter voluntario:*

Una vez elaboradas las listas ordenadas por prioridad de asistentes admitidos a los cursos o, en su caso, realizado el correspondiente sorteo, se publicarán en la web de formación <http://www.usal.es/node/15004> de la Oficina de Prevención de Riesgos Laborales.

### *Cursos de carácter obligatorio:*

Los asistentes a estos cursos se gestionan directamente entre la Dirección del Centro, Departamento o Servicio que corresponda y la Oficina de Prevención de Riesgos laborales.

Las fechas y lugares en que se impartirán las acciones formativas que no se concretan en este documento se comunicarán con la suficiente antelación en la forma indicada en el párrafo anterior.

## **CURSOS PRESENCIALES DE CARÁCTER VOLUNTARIO:**

### **01/18 MINDFULNESS.**

**Objetivo:** Introducir el concepto y la práctica de Mindfulness como herramienta de desarrollo personal y empresarial.

**Dirigido a:** todos los empleados de la Universidad (PDI – PAS).

**Contenido:**

Módulo 1: Concepto Mindfulness y su relación con las técnicas psicológicas clásicas.

Módulo 2: Introducción a las prácticas de Mindfulness, la importancia de la meditación como punto de inflexión para la decisión y el cambio. Prácticas formales e informales. "Atiendo, luego existo".

Módulo 3: Aplicación en los entornos de trabajo. Mindfulness y sus efectos esperados, el resultado de estar "presente en presente".

**Duración:** 3 horas.

**Nº. de plazas:** 100 (mínimo 35 alumnos).

**Nº. de ediciones:** 1.

**Impartido por:** David Piélagos Solís (Psicólogo del trabajo y técnico superior de prevención de riesgos laborales, especialista en riesgos psicosociales).

**Fecha, lugar y hora:** Fecha: 11 de octubre de 2018. Lugar: Salón de Actos de la Facultad de Traducción. Hora: 10:00 a 13:00 h.

### **02/18 MEJORA DE LAS COMPETENCIAS EN EL AFRONTAMIENTO DEL ACOSO LABORAL EN EL TRABAJO.**

**Objetivo:** Realizar el encuadramiento, análisis y propuestas sobre los problemas de relaciones personales y gestión de equipos humanos en la empresa, relacionado con los riesgos psicosociales en el ámbito de la prevención de riesgos laborales.

**Dirigido a:** todos los empleados de la Universidad (PDI – PAS).

**Contenido:**

- Encuadramiento general de los riesgos psicosociales.
- Violencia en el trabajo y conflictos interpersonales.
- Hostigamiento psicológico.
- Evaluación de riesgos psicosociales asociados.
- Mediación informal, procedimiento de acoso.
- Riesgos psicosociales asociados, intervención y medidas preventivas.
- Ejercicios y dinámicas de grupo.

**Duración:** 3 horas **teórico-prácticas**.

**Nº. de plazas:** 25.

**Nº. de ediciones:** 2.

**Impartido por:** M<sup>a</sup>. Rosario Taberna Calleja (Psicóloga/Técnico en Ergonomía y Psicopsicología de QUIRÓN PREVENCIÓN S.L.U.).

**Fecha, lugar y hora:** Pendiente de determinar.

### **03/18 MEJORA DE LAS COMPETENCIAS EN LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS INTERPERSONALES.**

**Objetivo:** Realizar encuadramiento, análisis y propuestas sobre los problemas de relaciones personales y gestión de equipos humanos en la empresa, relacionado con los riesgos psicosociales en el ámbito de la prevención de riesgos laborales. Así como conocer los efectos de dichos problemas de cara a la prevención de riesgos psicosociales.

**Dirigido a:** todos los empleados de la Universidad (PDI – PAS).

#### **Contenido:**

- Origen de los conflictos.
- Percepción, atribución y conflictos.
- Estrategias de resolución de conflictos.
- Método ganar-ganar.
- Método ganar-perder.
- Conflictos interpersonales.

**Duración:** 3 horas (**teórico-prácticas**).

**Nº. de plazas:** 25.

**Nº. de ediciones:** 2.

**Impartido por:** M<sup>a</sup>. Rosario Taberna Calleja (Psicóloga/Técnico en Ergonomía y Psicopsicología de QUIRÓN PREVENCIÓN S.L.U.)

**Fecha, lugar y hora:** Pendiente de determinar.

### **04/18 ESCUELA DE ESPALDA.**

**Objetivo:** Prevenir dolencias y patologías de la columna vertebral relacionadas con hábitos y actitudes en relación al trabajo. Educación teórica y práctica, sobre el propio paciente y su entorno laboral, orientado a cambiar conductas e incrementar la capacidad funcional de trabajadores quejados de estas dolencias. Elaboración de herramienta dirigida a la prevención de lesiones de espalda en el medio laboral, adaptada a los diferentes entornos de trabajo.

**Dirigido a:** todos los empleados de la Universidad (PDI – PAS).

**Contenido:**

- Tema 1: Biomecánica, aspectos teóricos, mecanismos del dolor, importancia de la lordosis lumbar.
  - 1.1.- Ejercicios para cuidar la espalda y ejercicios de flexibilidad.
- Tema 2: Factores de riesgo y dolor lumbar, manipulación manual de cargas.
  - 2.1.- Ejercicios de estabilidad pélvica y ejercicios de fortalecimiento.
- Tema 3: Dolor cervical, trabajo en posición sentado, PVD.
  - 3.1.- Ejercicios: elongación cervical, fortalecimiento cervical, actividades de la vida diaria.
- Tema 4: Repaso conceptual, actividades cotidianas.
  - 4.1.- Ejercicios acorde al puesto de trabajo.

**Duración:** 3 horas (teórico-prácticas).

**Nº. de plazas:** 25.

**Nº. de ediciones:** 2.

**Impartido por:** Especialistas de QUIRÓN PREVENCIÓN S.L.U.

**Fecha, lugar y hora:** Pendiente de determinar.

**05/18 GESTIÓN DEL ESTRÉS: Promoción de la salud.**

**Objetivo:** Gestión del estrés, hábitos de vida saludable.

**Dirigido a:** todos los empleados de la Universidad (PDI – PAS).

**Contenido:**

- Introducción, conceptos y definiciones.
- Hábitos cardio saludables.
  1. Funcionamiento del corazón.
  2. Factores de Riesgo cardiovascular.
  3. Métodos de exploración del sistema cardiovascular.
  4. Enfermedades cardíacas más comunes.
- Gestión del estrés.
- Hábitos de vida saludables.

**Duración:** 3 horas.

**Nº. de plazas:** 25.

**Nº. de ediciones:** 2.

**Impartido por:** Especialistas de QUIRÓN PREVENCIÓN S.L.U.

**Fecha, lugar y hora:** Pendiente de determinar.

## 06/18 MANEJO DE GASES EN EL LABORATORIO.

**Objetivo:** La finalidad del curso es dar una serie de criterios sobre el manejo seguro y la gestión del riesgo de botellas y botellones de gases comprimidos en los laboratorios.

**Dirigido a:** PAS y PDI (incluido personal investigador) y personal del CSIC (en centros de la USAL) que maneje gases en laboratorios y esté expuesto a los riesgos que estos generan. Así como personal técnico, responsables, mandos y directivos (Directores de Departamento, responsables de grupo de investigación, etc.) con responsabilidades en prevención de riesgos en laboratorios.

**Contenido:**

*Módulo 1: Agentes químicos peligrosos.*

*Módulo 2: Almacenamiento de productos químicos en un laboratorio.*

*Módulo 3: Manipulación de gases en laboratorios.*

**Duración:** 4 horas.

**Nº. de plazas:** 30 (mínimo 20 alumnos).

**Nº. de ediciones:** 1.

**Impartido por:** Javier Martínez Barahona (Técnico Superior en Prevención de Riesgos Laborales en las especialidades de Seguridad, Higiene Industrial y Ergonomía y especialista en riesgo químico).

**Fecha, lugar y hora:** Fecha: 8 de noviembre de 2018. Lugar: Hospedería Fonseca (aula por determinar). Hora: 9:00 a 13:00 h.

## 07/18 PREVENCIÓN DE RIESGOS EN LABORATORIOS.

**Objetivo:** La finalidad es dar una serie de criterios sobre los riesgos inherentes en los laboratorios, en tareas de manipulación de productos químicos y gestión de los equipos de protección colectiva e individual además de gestión de emergencias en laboratorios.

**Dirigido a:** PAS y PDI (incluido personal investigador) y personal del CSIC (en centros de la USAL) que desarrolle actividad en laboratorios y esté expuesto a los riesgos que estos generan. Así como al personal técnico, responsables, mandos y directivos (Directores de Departamento, responsables de grupo de investigación, etc.) con responsabilidades en prevención de riesgos en laboratorios.

**Contenido:**

*Módulo 1: El laboratorio como área de trabajo. Conceptos generales en prevención.*

*Módulo 2: El laboratorio como área de trabajo. Organización del trabajo. Organización del laboratorio. Buenas prácticas de laboratorio. Hábitos correctos en el laboratorio.*

*Módulo 3: Riesgos de las operaciones e Instrumentos de laboratorio. Operaciones básicas. Trasvases. Electricidad estática. Operaciones con vacío. Mezcla de productos. Reacciones química.*

*Módulo 4: Protección colectiva e individual.*

*Módulo 5: Actuación en caso de diferentes tipos de emergencias que puedan surgir en el laboratorio. Elementos de actuación y protección.*



**Duración:** 4 horas.

**Nº. de plazas:** 30 (mínimo 20 alumnos).

**Nº. de ediciones:** 1.

**Impartido por:** Javier Martínez Barahona (Técnico Superior en Prevención de Riesgos Laborales en las especialidades de Seguridad, Higiene Industrial y Ergonomía y especialista en riesgo químico).

**Fecha, lugar y hora:** Fecha: 9 de noviembre de 2018. Lugar: Hospedería Fonseca (aula por determinar). Hora: 9:00 a 13:00 h.

### **08/18 INFORMACIÓN Y PREVENCIÓN DE LAS ALTERACIONES DE LA VOZ.**

**Objetivo:** Dar a conocer los efectos perjudiciales del abuso o uso inadecuado de la voz en el ámbito laboral así como de las medidas de prevención para evitarlos. Fomentar las medidas de prevención de la patología de la voz.

**Dirigido a:** Personal Docente e Investigador y Personal de Administración y Servicios con este riesgo.

**Contenido:**

Tema 1: Introducción y marco legal.

Tema 2: Anatomía de la laringe.

Tema 3: Fisiología de la voz.

Tema 4: Lesiones benignas de la laringe.

Tema 5: Voz en el entorno laboral.

Tema 6: Condiciones predisponentes, desencadenantes y ambientales.

Tema 7: Protocolo de Vigilancia de la Salud para el riesgo de Esfuerzo Vocal.

Tema 8: Prevención.

Tema 9: Educación de la voz.

Tema 10: Higiene individual de la Voz.

**Duración:** 3 horas.

**Nº. de plazas:** 25.

**Nº. de ediciones:** 1.

**Impartido por:** Especialistas de QUIRÓN PREVENCIÓN S.L.U.

**Fecha, lugar y hora:** Pendiente de determinar.

### **09/18 RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS PARA USUARIOS DE PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (Adaptación de puestos de trabajo).**

**Objetivo:** Formar a los usuarios de pantallas de visualización de datos para adaptar su entorno de trabajo, de acuerdo con las especificaciones dadas por el RD 488/97, con el fin de trabajar de forma correcta desde el punto de vista ergonómico, aspecto directamente ligado al cuidado de la salud del trabajador.

**Dirigido a:** Al PAS y PDI usuario de pantallas de visualización de datos (que utilizan estos equipos más de 4 h. al día o más de 20 horas a la semana, o cumplir con otros requisitos indicados en RD 488/97).

**Contenido:**

- Riesgos generales: caídas al mismo y distinto nivel al transitar por escaleras y zonas de paso / cortes y pinchazos con pequeño material de oficina / golpes contra objetos inmóviles / fatiga por adoptar posturas y gestos inadecuados / contactos eléctricos durante el uso de equipos e instalaciones.
- Riesgos específicos: microtraumatismos en dedos y/o muñecas, por la incorrecta colocación de la mano combinada con la frecuencia de pulsación / fatiga visual: picor ocular, aumento del parpadeo, lagrimeo, pesadez en parpados u ojos / fatiga física: dolor habitual en la región cervical, dorsal o lumbar, con tensión en hombros, cuello o espalda, molestias en las piernas (adormecimiento, calambres) / fatiga mental: relacionados con las características de las tareas del puesto de trabajo y el cansancio.

**Duración:** 3 horas (teórico-práctico).

**Nº. de plazas:** 25.

**Nº de ediciones:** 2 (una de las ediciones puede adaptarse al curso para teletrabajadores).

**Impartido por:** Especialistas de QUIRÓN PREVENCIÓN S.L.U.

**Fecha, lugar y hora:** Pendiente de determinar.

**CURSOS ON-LINE DE CARÁCTER VOLUNTARIO.**

**10/18 CURSO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES, NIVEL BÁSICO.**

**Objetivo:** Formación básica en prevención de riesgos laborales según las especificaciones dadas por la Ley 31/95.

**Dirigido a:** Todo el PAS y PDI de la Universidad, así como a miembros del Comité de Seguridad y Salud (sin formación en PRL), personal responsable de Centros, Departamentos, Servicios o Unidades con personal a su cargo (según apartados 4.4 y 5 del Plan de Prevención de la USAL) y PAS y PDI en general (sin personal a su cargo). Tendrán preferencia los miembros del CSS y personal con responsabilidades según el Plan de prevención (en estos dos casos, si así lo prefieren, en lugar del básico de 30 h. pueden realizar una formación de 50 h.).

**Contenido:**

*TEMA 1: Conceptos básicos sobre seguridad y salud en el trabajo.*

- 1.1.- El trabajo y la salud: los riesgos profesionales. Factores de riesgo.
- 1.2.- Daños derivados del trabajo. Accidentes de trabajo y enfermedades profesionales. Otras Patologías.
- 1.3.- Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales. Derechos y deberes básicos.

*TEMA 2: Riesgos generales y su prevención.*

- 2.1.- Riesgos ligados a las condiciones de seguridad.
- 2.2.- Riesgos ligados al medio ambiente de trabajo.
- 2.3.- La carga de trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral.

2.4.- Sistemas elementales de control de riesgos. Protección colectiva e individual.

2.5.- Planes de emergencia y evacuación.

2.6.- El control de la Salud de los trabajadores.

*TEMA 3: Riesgos específicos y prevención por sectores de empresas.*

*TEMA 4: Elementos básicos de la prevención de riesgos.*

4.1.- Organismos públicos relacionados con la seguridad y la salud en el trabajo.

4.2.- Organización del trabajo preventivo: rutinas básicas.

4.3.- Documentación: recogida, elaboración y archivo.

*TEMA 5: Primeros auxilios.*

**Duración:** 30 horas (Miembros CSS y Personal con responsabilidades PRL pueden elegir voluntariamente hacer el básico de 50 h.).

**Nº. de plazas:** 80.

**Nº de ediciones:** 1.

**Impartido por:** Especialistas de QUIRÓN PREVENCIÓN S.L.U.

**Fecha edición:** Pendiente de determinar.

### **CURSOS DE CARÁCTER OBLIGATORIO.**

(PAS y PDI a quién están dirigidos según la planificación preventiva, estos cursos NO figuran en el formulario de solicitud, se convocará directamente).

**11/18 EMERGENCIAS:** Equipos de primera intervención (EPI) y equipos de alarma y evacuación (EAE).

**Objetivo:** Dotar a los integrantes de los equipos de emergencia (EPI y EAE) de la formación necesaria para conocer los medios de protección del edificio, las técnicas de extinción y las tareas generales e individuales que les corresponde realizar en función del equipo a que pertenece en caso de producirse una situación de emergencia, garantizando la correcta evacuación del edificio. Así mismo, se pondrá en práctica mediante la realización de un simulacro de evacuación.

**Dirigido a:** Integrantes de equipos de intervención y equipos de alarma y evacuación.

#### **Contenido:**

- Concepto y clasificación de emergencia.
- Medios de protección, extinción y del edificio.
- Plan de emergencias.
- Funciones e instrucciones para equipos y usuarios del edificio.
- Vías de evacuación.
- Procedimiento de evacuación.
- Puntos de reunión.

**Duración:** 2 horas (parte teórica).

**Nº. de plazas:** Todas las que correspondan.

**Nº de ediciones:** 6 (en distintos edificios).

**Impartido por:** Joaquín García Muñoz (Técnico de Seguridad en el Trabajo de la OPRL).

**Fecha, lugar y hora:** Se organizará en coordinación con la Dirección de los Centros.

### **12/18 EMERGENCIAS: Formación práctica de equipos de primera intervención (EPI).**

**Objetivo:** Entrenar a los equipos de intervención en la extinción de incendios con fuego real.

**Dirigido a:** Integrantes de equipos de intervención de la USAL.

**Contenido:**

- Pendiente de determinar desde el Servicio de Extinción de Incendios y Salvamento, no obstante incluirá conceptos básicos del fuego y extinción práctica con extintor y manguera.

**Duración:** 3 horas (parte práctica) –duración orientativa, ya que la duración la determinará el Servicio de Extinción de Incendios en función del contenido final del curso-.

**Nº. de plazas:** Se acordará con el Servicio de Extinción de Incendios y Salvamento del Excmo. Ayuntamiento de Salamanca.

**Nº de ediciones:** Se acordará con el Servicio de Extinción de Incendios y Salvamento.

**Impartido por:** Personal del Servicio de Extinción de Incendios y Salvamentos del Excmo. Ayuntamiento de Salamanca.

**Fecha, lugar y hora:** Se organizará en coordinación con el Servicio de Extinción de Incendios y Salvamentos.

### **13/18 EMERGENCIAS: Equipos de primeros auxilios (Teórico-Práctico)**

**Objetivo:** Dotar a los miembros de los equipos de primeros auxilios y responsables de los botiquines de la USAL, de formación en primeros auxilios que les permita socorrer a un accidentado hasta la llegada de los servicios sanitarios. Actitud inicial frente a un accidente, valorando de forma básica la gravedad y estado del empleado y saber actuar frente a lesiones más frecuentes en el medio laboral.

**Dirigido a:** Equipos de Primeros Auxilios de edificios que tienen o están implantando su Plan de Autoprotección y personal responsable de los Botiquines instalados en los diversos Centros que están pendientes de esta formación.

**Contenido:**

**Tema 1:** PRINCIPIOS GENERALES. NOCIONES ANATÓMICAS Y FUNCIONAMIENTO DEL CUERPO HUMANO.

1.1.- Introducción.

1.2.- Principios de acción de emergencia.

1.3.- Nociones sobre el cuerpo humano (sistemas óseo, circulatorio y respiratorio).

**Tema 2:** PARADA CARDIO-RESPIRATORIA.

2.1.- Evaluación del accidentado.

**Tema 3:** TRAUMATISMOS.

3.1.- Fracturas, luxaciones, esguinces, contusiones y heridas.

3.2.- Localización.

3.3.- Síntomas.

3.4.- Inmovilización, vendajes, curas.

**Tema 4:** HEMORRAGIAS Y SHOCK O QUEMADURAS E INTOXICACIONES (SEGÚN RIESGOS PUESTOS DE TRABAJO).

**Tema 5:** ORGANIZACIÓN DE EMERGENCIAS.

5.1.- Traslado de accidentados.

5.2.- Normas de actuación ante amputaciones o semiamputaciones de miembros para reimplantes.

5.3.- Uso del teléfono en urgencias.

5.4.- Distribución de botiquines.

**Tema 6:** FORMACIÓN PRÁCTICA.

6.1.- Posición lateral de seguridad.

6.2.- Maniobra de Heimlich.

6.3.- RCP.

**Duración:** 5 horas.

**Nº. de plazas:** 20 por edición.

**Nº de ediciones:** 2.

**Impartido por:** Especialistas de QUIRÓN PREVENCIÓN S.L.U.

**Fecha, lugar y hora:** Pendiente de determinar fecha y lugar. Hora: de 9:00 a 14:00

### **14/18 Curso recordatorio de SOPORTE VITAL BÁSICO Y DESFIBRILACIÓN SEMIAUTOMÁTICA EXTERNA (Teórico-práctico).**

**Objetivo:** Recordar a los alumnos las técnicas, actitudes y habilidades en la utilización de desfibriladores automáticos, para la resucitación cardiopulmonar. Recordar el conocimiento de los contenidos teórico-prácticos que justifican el empleo de dichas técnicas.

**Dirigido a:** Personal con formación en utilización de desfibriladores que cumplen los dos años desde la formación inicial.

**Contenido:**

1. Recordatorio teórico soporte vital básico, desfibrilador externo semiautomático.
2. Prácticas soporte vital básico y desfibrilador externo semiautomático.
3. Evaluación práctica.

**Duración:** 4 horas (teórico-práctico).

**Nº. de plazas:** 32.

**Nº de ediciones:** 10 ediciones.

**Impartido por:** Personal autorizado conforme Decreto 9/2008.

**Fecha, lugar y hora:** Por determinar (antes de cumplir los dos años desde el inicial).

## 15/18 Curso **inicial** de SOPORTE VITAL BÁSICO Y DESFIBRILACIÓN SEMIAUTOMÁTICA EXTERNA (Teórico-práctico).

**Objetivo:** Capacitar a los alumnos en el conocimiento de técnicas, actitudes y habilidades en la utilización de desfibriladores automáticos, para la resucitación cardiopulmonar. Conocer los contenidos teórico-prácticos que justifican el empleo de dichas técnicas.

**Dirigido a:** Se seleccionarán personas en cada uno de los Centros donde finalmente se ubiquen los desfibriladores automáticos.

### **Contenido:**

1. **Introducción:** Anatomía y fisiología cardiopulmonar / emergencias médicas / consideraciones éticas y legales de las intervenciones.
2. **Resucitación cardiopulmonar (RCP):** Concepto de la “cadena de supervivencia” / soporte vital básico: acceso al sistema de emergencias sanitarias, algoritmo de actuación en la reanimación cardiopulmonar básica para primeros intervinientes y descripción de las técnicas propias de la reanimación cardiopulmonar.
3. **Desfibrilación semiautomática externa (DESA):** Descripción, unidad, funcionamiento y mantenimiento del DESA / normas de seguridad en el uso del DESA / algoritmo en RCP con DESA.
4. **Simulaciones y entrenamiento:** Prácticas de maniobras de RCP básica: ventilación, compresiones torácicas y desobstrucción de la vía aérea / prácticas de RCP con DESA / simulación de práctica integrada en varios escenarios.

**Duración:** 8 horas (teórico-práctico).

**Nº. de plazas:** 8 por curso (Decreto 9/2008)

**Nº de ediciones:** 1

**Impartido por:** Personal autorizado conforme Decreto 9/2008.

**Fecha, lugar y hora:** Por determinar (en noviembre).

## 16/18 CURSO PARA USUARIOS DE PVD-TELETRABAJO (PAS).

**Objetivo:** Formar al PAS que participa en el programa de teletrabajo para adaptar, en lo posible, su entorno de trabajo (en su domicilio) a las especificaciones del RD 488/97, con el fin de trabajar de forma correcta desde el punto de vista ergonómico, aspecto directamente ligado al cuidado de la salud del trabajador.

**Dirigido a:** PAS que interviene en programa de teletrabajo.

**Contenido:** (pendiente de determinar. El contenido básicamente será similar al curso de PVD, pero dependerá del texto definitivo del Reglamento de teletrabajo que se está negociando entre parte social e institucional y, en su caso, del formulario de autoevaluación).

**Duración:** 2 horas.

**Nº. de plazas:** se imparte a todos los participantes en el programa de teletrabajo.

**Nº. de ediciones:** 1.

**Impartido por:** Técnico Superior en Ergonomía y Psicosociología.

**Fecha, lugar y hora:** Pendiente de determinar.

## **17/18 CURSO DE MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS (PAS).**

**Objetivo:** Dotar a los asistentes de los conocimientos teórico prácticos suficientes para reducir o eliminar los riesgos derivados de la manipulación manual de cargas, definida como cualquier operación de transporte o sujeción, como el levantamiento, la colocación, el empuje la tracción o el desplazamiento, que por sus características o condiciones ergonómicas inadecuadas entrañe riesgos, en particular dorso lumbares.

**Dirigido a:** Personal de Administración y Servicios que desarrolla actividad por la que esté expuesto a este riesgo.

**Contenido:**

Capítulo 1. Introducción.

- 1.1. Normativa de referencia.
- 1.2. Datos estadísticos.

Capítulo 2. Fisiología de la espalda.

Capítulo 3. Riesgos y medidas preventivas.

- 3.1. Normas generales de Seguridad.
- 3.2. Medidas preventivas para prevenir la fatiga y las lesiones músculo esqueléticas.

Capítulo 4. Técnicas de manipulación manual de cargas.

- 4.1. Levantamiento de cargas.
- 4.2. Transporte de cargas.
- 4.3. Empuje y arrastre de cargas.
- 4.4. 4.5. Manipulación de objetos en cajas.

Capítulo 5. Otros consejos para tener una espalda sana.

**Duración:** 2 horas.

**Nº de plazas:** 25.

**Impartido:** Especialista de QUIRÓN PREVENCIÓN S.L.U.

**Fecha, lugar y hora:** Pendiente de determinar.