



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 2020

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 funcional, 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 2020”.

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 se encuentra publicada en la web de formación de la Oficina de Prevención de Riesgos Laborales <https://www.usal.es/formacion-0>.

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 (todos 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 En principio se pueden solicitar todos los que estén dirigidos al colectivo al que pertenezca, pero se tomarán como preferente los dos primeros, siempre que haya plazas suficientes, en otro caso se estará al sorteo del siguiente punto. Con relación al resto que solicite, se cubrirán hasta cumplimentar las plazas libres.
- 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, teniendo en cuenta el orden de prioridad de la solicitud.

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.

A. Cursos on-line de carácter voluntario:

1. Prevención de riesgos en el teletrabajo: 2 horas (dirigido al PAS y PDI que no lo han realizado durante la desescalada)
2. Gestión de situaciones de violencia laboral: 4 horas (dirigido al PAS y PDI)
3. STOP al estrés. Cómo gestionar el estrés laboral: 2 horas (dirigido al PAS y PDI)
4. Sobrecarga de la voz: 2 horas (dirigido al PDI y PAS con este riesgo)
5. Capacitación para el desempeño de funciones de nivel básico: 30 horas (dirigido al PAS y PDI)

B. Cursos de carácter obligatorio:

1. Equipos de primera intervención y equipos de alarma y evacuación: Cursos teórico-práctico (2 h.) para formar equipos de emergencia: EAE y EPI (teoría + simulacro).
2. Primeros Auxilios: 1 Cursos teórico-prácticos de 5 horas para la formación a los equipos de primeros auxilios que forman parte de equipos de emergencia y, en su caso, a nuevos responsables de botiquines.
3. Curso **recordatorio** de soporte vital básico y desfibrilación semiautomática externa: teórico-práctico de 4 horas para las formadas en 2018, conforme Decreto 9/2008 JCyL. Presencial (si la situación de noviembre lo permite).
4. Curso **inicial** de soporte vital básico y desfibrilación semiautomática externa: de 8 horas conforme al Decreto 8/2008 JCyL, para el personal que lo realiza por primera vez. Presencial (si la situación de noviembre lo permite).

Plazo de solicitud.

Del 31 de julio al 15 de septiembre de 2020 (ambos incluidos) a través de la Sede electrónica de la Universidad de Salamanca, según los artículos 3.2, 4 y concordantes del reglamento para la aplicación en la Universidad de Salamanca de la ley 39/2015 y de la Ley 40/2015 (BOCYL de 31 de octubre de 2016), para lo cual deberán disponer de un certificado de firma electrónica de acuerdo con las instrucciones existentes en la propia sede electrónica (<https://sede.usal.es/web/guest/requisitos-tecnicos>). **Cada interesado/a solo podrá cumplimentar un formulario electrónico de cursos de formación.**

Puede cursar su solicitud accediendo al apartado de "Formularios electrónicos" localizado dentro del menú principal de la Sede electrónica o en la siguiente dirección <https://sede.usal.es/web/guest/formularios-electronicos>, a continuación, deberá buscar el formulario "**Cursos de formación Prevención de Riesgos Laborales. Convocatoria año 2020**" y pulsar sobre el botón "iniciar solicitud", para comenzar con el proceso de inscripción.

Aquellos casos excepcionales que no puedan tramitarlo a través de la sede electrónica deberán contactar por correo electrónico a saludlab@usal.es

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 <https://www.usal.es/formacion-0> 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 ON-LINE DE CARÁCTER VOLUNTARIO:

1/20 PREVENCIÓN DE RIESGOS EN EL TELETRABAJO

Objetivo: Abordar los riesgos asociados al teletrabajo (uso de PVD, ergonomía de los equipos informáticos, ergonomía ambiental, carga mental, pautas saludables y medidas preventivas de seguridad).

Dirigido a: todos los empleados de la Universidad (PDI – PAS que no lo han realizado durante la desescalada).

Contenido:

1. Presentación
2. Introducción
3. Teletrabajo. Proyecto de implantación. Definiciones
4. Riesgos asociados al teletrabajo
5. Riesgos asociados al uso de PVD
6. Distribución ergonómica del área de trabajo
7. Ergonomía de los equipos informáticos
8. Ergonomía ambiental
9. Carga mental. Factores psicosociales
10. Riesgos específicos asociados al trabajo a distancia
11. Consejos básicos para trabajar desde casa
12. Pautas saludables durante el trabajo
13. Medidas preventivas de seguridad

Duración: 2 horas.

Nº. de plazas: 80

Nº. de ediciones: 1

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

Fecha edición: Pendiente de determinar (Oct./Nov./Dic.).

2/20 GESTIÓN DE SITUACIONES DE VIOLENCIA LABORAL

Objetivo: A lo largo del curso se darán a conocer, a partir de diferentes recursos y ejercicios, estrategias de comunicación, afrontamiento, adquisición de nuevas habilidades, recomendaciones, etc. que servirán para poder prevenir y afrontar todas las situaciones de violencia laboral de manera positiva.

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

Contenido:

Capítulo 1. Introducción

- 1.1. ¿Qué es la violencia laboral?
- 1.2. Clasificación de los tipos de violencia
- 1.3. La violencia laboral en cifras
- 1.4. Consecuencias de la violencia laboral

Capítulo 2. Criterios generales para la prevención de las situaciones de violencia en los centros de trabajo

2.1 Prevención de la violencia

Capítulo 3. La importancia de la comunicación en la prevención del conflicto

3.1. Elementos de la comunicación

3.2. La comunicación no verbal

3.3. El proceso de comunicación

3.4. Barreras de la comunicación

Capítulo 4. Técnicas de afrontamiento al estrés

4.1. Técnicas de relajación

4.2. ¿Qué motiva los conflictos

4.3. La agresividad

4.4. Actuaciones ante situación de conflicto

4.5. Identificación de la situación de conflicto

4.6. Prevención del conflicto

4.7. Protección ante el conflicto

Capítulo 5. Contención física

5.1. Técnicas de contención física

Capítulo 6. aspectos generales

Duración: 4 horas.

Nº. de plazas: 50

Nº. de ediciones: 2

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

Fecha edición: Pendiente de determinar (Oct./Nov./Dic.).

3/20 STOP AL ESTRÉS. COMO GESTIONAR EL ESTRÉS LABORAL

Objetivo: El objetivo final es reducir la incidencia del estrés laboral favoreciendo un entorno de trabajo más saludable.

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

Contenido:

Capítulo 1. ¿Qué es el estrés y cómo nos afecta?

1.1. ¿Qué es el estrés?

1.2. ¿Existe un estrés bueno y otro malo?

1.3. Estrés agudo y estrés crónico

1.4. Síntomas físicos, psíquicos y conductuales

1.5. La percepción subjetiva del estrés

Capítulo 2. El estrés laboral y los factores psicosociales

Capítulo 3. Factores moduladores del estrés

Capítulo 4. Técnicas de afrontamiento al estrés

4.1. Técnicas de relajación

4.2. Técnicas de respiración

4.3. Técnicas cognitivas

4.4. Técnicas de gestión del tiempo

4.5. Técnicas de mejora en habilidades sociales

- 4.6. Hábitos de vida saludables
- 4.7. Otros consejos a aplicar en el lugar de trabajo

Duración: 2 horas.

Nº. de plazas: 60

Nº. de ediciones: 2.

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

Fecha edición: Pendiente de determinar (Oct./Nov./Dic.).

4/20 SOBRECARGA DE LA VOZ

Objetivo: El objetivo final del curso es proteger la voz del personal que la utiliza habitualmente en su puesto de trabajo

Dirigido a: todos los empleados de la Universidad (PDI – PAS con este riesgo).

Contenido:

1. Introducción
 2. ¿Qué es la voz?
 3. Cualidades acústicas de la voz
 4. ¿Quiénes son los profesionales de la voz?
 5. Alteraciones de la voz
 6. Factores de riesgo
 7. Medidas de prevención
 8. Actuación frente a un problema de disfonía
- Sistema de autoevaluación de rendimiento vocal

Duración: 2 horas.

Nº. de plazas: 25

Nº. de ediciones: 1.

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

Fecha edición: Pendiente de determinar.

5/20 CURSO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES, NIVEL BÁSICO 30 horas.

Objetivo: Formación básica (30 h) en prevención de riesgos laborales según las especificaciones dadas por la Ley 31/95 y Real Decreto 39/1997.

Dirigido a: Todo el PAS y PDI de la Universidad.

Contenido:

TEMA 1: Conceptos básicos sobre seguridad y salud en el trabajo (7 h).

- 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 (12 h).

- 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 (5 h).

TEMA 4: Elementos básicos de la prevención de riesgos (4 h).

- 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 (2 h).

Duración: 30 horas.

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.

Para PAS y PDI a quién están dirigidos según la planificación preventiva, estos cursos NO figuran en el formulario de solicitud, se convocan directamente, sin necesidad de solicitarlos.

6/20 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.

7/20 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: 1.

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

8/20 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: 50 (Decreto 9/2008 JCyL)

Nº de ediciones: 6

Impartido por: Personal autorizado conforme Decreto 9/2008.

Fecha, lugar y hora: Por determinar (a mediados de noviembre).

9/20 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 (Decreto 9/2008)

Nº de ediciones: 1

Impartido por: Personal autorizado conforme Decreto 9/2008.

Fecha, lugar y hora: Por determinar (a mediados de noviembre).