

ÍNDICE 44220 PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES OFICINAS Y DESPACHOS

TEMA 1 ASPECTOS GENERALES DE LOS RIESGOS LABORALES

- ¿Qué es prevención?
- Trabajo y salud
 - Relación entre condiciones laborales y bienestar
 - Tipos de riesgos profesionales
 - Factores de riesgo comunes
- Daños derivados del trabajo:
 - Accidentes de trabajo
 - Enfermedades profesionales
 - Otras patologías relacionadas con el entorno laboral
- Marco normativo básico en PRL:
 - Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales
 - Normativa complementaria
- Derechos y deberes fundamentales en PRL para empresarios y trabajadores
- Resumen Tema 1

TEMA 2 RIESGOS GENERALES Y SU PREVENCIÓN

- Identificación de los riesgos
- Riesgos ligados a las condiciones de seguridad
- Riesgos ambientales en el trabajo
- Factores ergonómicos y psicosociales
- Sistemas elementales de control de riesgos
 - Medidas organizativas, colectivas e individuales
 - Equipos de Protección Individual (EPIs)
- Planes de emergencia y evacuación
- Vigilancia de la salud en el entorno laboral
- Medidas de prevención y protección laborales
- Resumen Tema 2

TEMA 3 RIESGOS ESPECÍFICOS EN OFICINAS Y DESPACHOS

- Diseño del puesto de trabajo
- Trabajos con Pantalla de Visualización de Datos
- Fatiga postural
- Factores del entorno de trabajo
- Orden y limpieza
- Resumen Tema 3

TEMA 4 GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN EN LA EMPRESA

- Principales organismos públicos implicados en la PRL:
 - INSST, Inspección de Trabajo, Mutuas, etc.
- Organización del trabajo preventivo:
 - Rutinas básicas y responsabilidades internas
- Gestión documental:
 - Recogida, archivo y actualización de documentos preventivos
- Resumen Tema 4

TEMA 5 PRIMEROS AUXILIOS

- Actuaciones básicas ante emergencias médicas
- Reanimación cardiopulmonar básica (RCP)
- Protocolos ante hemorragias, quemaduras, caídas o lesiones leves
- Resumen Tema 5

ANEXO

- Glosario de términos
- Bibliografía
- Supuestos prácticos y casos reales