

Curso Prevención de Riesgos Laborales: Sector Oficinas y PVD's

Objetivos del curso:

Prevención de riesgos comunes:

Trata de definir qué es la prevención de riesgos laborales, cómo detectarlos y clasificarlos con la finalidad de reducirlos y eliminarlos. Muestra qué marca la legislación sobre el trabajador y la prevención de riesgos y nos describe cómo actuar ante situaciones extremas.

Prevención de riesgos laborales:

El objetivo es capacitar al alumno para desarrollar las funciones de nivel básico de prevención de riesgos generales. Para ello se tratarán aspectos tan variados como la normativa que afecta a la materia, las medidas preventivas a tener en cuenta en los distintos ámbitos de trabajo, la documentación a utilizar, primeros auxilios,....

Prevención de riesgos laborales del personal de oficinas:

Durante este curso aprenderemos las causas más frecuentes de accidentes laborales del personal de oficinas, cómo evitarlos y en el caso de que se produzcan, buscar una solución.

Índice:

Tema 1. Introducción a la Prevención de Riesgos Laborales.

Tema 2. Legislación.

Tema 3. Contenido. Bloque utilización de P.V.D

3.1. ¿Qué es una P.V.D?

3.1.1 El trabajador usuario.

3.2 Efectos del trabajo con P.V.D

3.2.2 Carga Física.

3.2.3 Fatiga Ocular.

3.2.4 Fatiga mental.

Tema 4. Equipos de trabajo

4.1 Pantalla

4.1.1 Teclado.

4.1.2 Ratón.

Tema 5. Puesto de trabajo

5.1. Mesa o superficie de trabajo.

5.1.1 Atril o portadocumento.

5.1.2 Silla de trabajo.

5.1.3 Entorno.

Tema 6. Recomendaciones

6.1 Ejercicios oculares.

6.2 Ejercicios de relajación: