



# CURSO AUTOCUIDADO Y PREVENCIÓN DE RIESGOS

Impartido por: **Capacitaciones GoCursos Spa**

**Modalidad**  
**Presencial/Elearning**

**Reunión con Relator**  
**Costo 0**

**Incluye**  
**Diploma y Certificado**





## Objetivo general

Al finalizar la actividad aplicar técnicas de prevención de riesgos para un trabajo seguro, respetando las normas de seguridad de la empresa.



## Objetivos específicos

- 1.- Prevención de los riesgos laborales para un trabajo seguro: el trabajo como sistema psicosocial. Conceptos previos. Factores básicos de los fenómenos psicosociales.
- 2.- Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales: Estatuto de los trabajadores. La Ley General de la Seguridad Social. La Ley de Prevención de Riesgos Laborales.
- 3.- Condiciones de seguridad: Riesgos ligados a las condiciones de seguridad. Medidas preventivas de carácter general.
- 4.- La carga de trabajo. Sistemas de control de riesgos para un trabajo seguro: Carga física. Posturas en el trabajo. Movimientos repetitivos.



## Modalidad

Presentamos todas las modalidades que ofrecemos a nuestros alumnos.



### ONLINE

Clases asincrónicas, entregándote la libertad de estudiar en el momento y lugar que tú decidas.



### ONLINE EN VIVO

Clases remotas en vivo, donde profesor y alumnos se conectan e interactúan en tiempo real, en una fecha y horario establecido



### PRESENCIAL

Asiste físicamente a las clases, en nuestras salas o en las propias dependencias del cliente.

## Temario del curso:

### **Modulo 1: Prevención de los riesgos laborales para un trabajo seguro**

- El trabajo como sistema psicosocial
- Conceptos previos
- Factores básicos de los fenómenos psicosociales
- El comportamiento en las organizaciones
- El trabajo y la salud
- Las condiciones de trabajo
- Los factores de riesgo
- Los accidentes de trabajo
- Las enfermedades profesionales
- Otras patologías derivadas del trabajo
- Técnicas preventivas

### **Modulo 2: Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales**

- Estatuto de los trabajadores
- La Ley General de la Seguridad Social
- La Ley de Prevención de Riesgos Laborales
- El Reglamento de los Servicios de Prevención
- Los Reglamentos Ministeriales

### **Modulo 3: Condiciones de seguridad**

- Riesgos ligados a las condiciones de seguridad
- Medidas preventivas de carácter general
- Peligros debidos a la exposición a radiación ultravioleta
- Medidas preventivas para los riesgos derivados a la exposición de radiación ultravioleta

- Prevención para un trabajo seguro

### **Modulo 4: La carga de trabajo. Sistemas de control de riesgos para un trabajo seguro**

- Carga física
- Posturas en el trabajo
- Movimientos repetitivos
- Manipulación de cargas
- Almacenamiento, manipulación y transporte de cargas
- La fatiga
- La carga mental
- La organización del trabajo
- Sistemas elementales de control de riesgos

## Datos del Organismo Capacitador:

Nombre Empresa OTEC:	Capacitaciones GoCursos SPA
Rut:	77919346-2
Giro:	Servicio de Capacitaciones
Dirección	Irrazaval 690 Ñuñoa Santiago de Chile
Cuenta Bancaria	Cuenta Corriente 95466877 Banco Santander
Email:	contacto@gocursos.cl