



TAQUILLERO

Queremos agradecerle la confianza depositada en nosotros para formarse en el *Curso de Prevención de Riesgos Laborales / Taquillero*.

Presentación y objetivos del Curso Básico de Prevención de Riesgos Laborales

Este Curso tiene como objetivo principal capacitar al alumno para el desempeño de las funciones de cómo Taquillero y obtener un conocimiento básico de Prevención de Riesgos Laborales que la Ley exige a todas las empresas. Se dan a conocer los derechos y deberes de los trabajadores y empresarios en materia preventiva, así como la reglamentación básica aplicable en los respectivos puestos de trabajo.

El curso habilita para desempeñar las funciones de nivel básico, en la modalidad de **6 horas lectivas**.

Dirigido a

Todas aquellas personas que tienen un puesto de Taquillero en una empresa y que desean ampliar sus conocimientos en materia de Prevención de Riesgos Laborales.

Este curso de 6 horas está especialmente dirigido a personas que van a prestar sus servicios en empresas con peligrosidad potencial especial (excepto construcción y metal).

Título/Certificado

La superación del Curso conduce a la obtención de un Título emitido por Centro Médico Siglo XXI Prevención de Riesgos Laborales S.L. ,centro con **nº de registro 0505101086**

Programa de Formación

INDICE

LEY 31/1995 DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.....	7
RIESGOS EN TRABAJOS DE TAQUILLERO	12
· CAÍDA DE PERSONAS AL MISMO NIVEL/ PISADAS SOBRE OBJETOS.	12
· CAÍDA DE OBJETOS DESPRENDIDOS O POR DESPLOME	12
· CHOQUES CONTRA OBJETOS INMÓVILES	12
· GOLPES/ CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS	13
· SOBRESFUERZOS	13
· CONTACTOS ELÉCTRICOS	13
· INCENDIOS	14
· FATIGA FÍSICA	15
· FATIGA VISUAL	16
· EXPOSICIÓN A AGENTES FÍSICOS: CONDICIONES TERMOHIGROMÉTRICAS	17
· TRABAJO A TURNOS	17
· RIESGOS PSICOSOCIALES	17
Factores objetivos	18
A. Condiciones ambientales	18
Iluminación	18
Ruido	18
Ambiente térmico	18
Espacio de trabajo y condiciones materiales del mismo.	19
B. Contenido y concepción de la tarea	19
Carga de trabajo	19
Autonomía	19
Ritmo de trabajo	19
C. Organización y procesos	19
El modo de programación de trabajo	19
Cambios en la organización	20
Cultura de organización de gestión	20

3

Estabilidad en el empleo y desarrollo profesional	20
D. Acción comunicativa de la empresa	20
Comunicación formal e informal	20
Relaciones interpersonales	20
Factores Subjetivos	20
Riesgos psicosociales más comunes	21
Burn Out (estar quemado en el trabajo)	21
Violencia en el trabajo	21
Acoso	21
EVACUACIÓN	23
EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPIs)	24
Condiciones, uso y mantenimiento de los EPIs	24
Obligaciones de los trabajadores	25
MANIPULACION MANUAL DE CARGAS	27
INTRODUCCION	27
CONDICIONES QUE DEBEN REUNIR LOS ESPACIOS DE TRABAJO	28
RIESGOS EN LA MANIPULACION MANUAL	28
MEDIDAS PREVENTIVAS:	29
REDUCCIÓN DE LOS RIESGOS.	29
METODO DE MANIPULAR CARGAS	30
a. Levantamiento manual de cargas.	30
b. Transporte de la carga.	31
c. Descarga manual.	32
PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)	33
ANÁLISIS ERGONÓMICO DE LOS PUESTOS CON PVD	33
LA POSTURA DE REFERENCIA	34
EL AJUSTE DEL MOBILIARIO	34
MESA/SOPORTE PARA PANTALLA Y TECLADO	35
Acabado de las superficies de trabajo	35

4

Aspectos de seguridad y estabilidad	35
LA SILLA DE TRABAJO	35
Las sillas con ruedas	36
El reposapiés	36
El reposabrazos	37
EL ATRIL	37
SOPORTE DE MANOS Y MUÑECAS	37
REQUERIMIENTOS DEL MEDIO AMBIENTE FISICO	38
ILUMINACIÓN	38
Distribución de luminancias	38
Control del deslumbramiento	39
EL RUIDO	40
CONDICIONES TERMOHIGROMÉTRICAS	41
ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO Y ASPECTOS PSICOSOCIALES	42
REQUERIMIENTOS GENERALES PARA EL DISEÑO DE TAREAS	42

Criterios y procedimientos específicos de diseño de tareas	42
PUESTA EN MARCHA DEL PLAN DE INFORMATIZACIÓN	43
Aspectos organizacionales	43
Aspectos del equipamiento y de las condiciones físicas	43
Aspectos relativos al personal	43
SEÑALIZACIÓN	44
Tipos de señales.....	44
Señal de panel:	44
Señal luminosa:	45
Señal acústica:	45
Comunicación verbal:	46
Señal gestual:	46
Señal indicativa:	46
FORMACION EN EMERGENCIAS	47

5

Concepto	47
Clases de fuego.	48
Causas de los incendios.	48
Extinción de incendios.....	48
Efectos perjudiciales de los incendios.-	49
CARACTERISTICAS E INSTALACION DE LOS APARATOS, EQUIPOS Y SISTEMAS DE PROTECCION CONTRA INCENDIOS	49
1. Sistemas automáticos de detección de incendio.	49
2. Sistemas manuales de alarma de incendios.	50
3. Sistemas de comunicación de alarma.	51
4. Sistemas de abastecimiento de agua contra incendios.	51
5. Sistemas de hidrantes exteriores.	52
6. Extintores de incendio.	53
7. Sistemas de bocas de incendio equipadas.	54
8. Sistemas de columna seca.	55
9. Los sistemas de extinción por rociadores automáticos de agua, sistemas de extinción por agua pulverizada, sistemas de extinción por espuma física de baja expansión, sistemas de extinción por polvo.	57
10. Sistemas de extinción por agentes extintores gaseosos.	57
SEÑALIZACIÓN	59
USO EXTINTORES PORTATILES	59
DEFINICIÓN Y CARACTERÍSTICAS	59
CLASIFICACIÓN DE EXTINTORES	60
NORMAS DE UTILIZACIÓN	60
CONSULTA A LOS TRABAJADORES	61
PRIMEROS AUXILIOS	62
Principios básicos en caso de actuación	62
Evaluación del accidentado	63
Hemorragias	63
HEMORRAGIA NASAL (EPIXTASIS)	64
6	
HEMORRAGIA POR EL OIDO (OTORRAGIA)	64
HEMORRAGIA POR LA BOCA	64

Fracturas	64
Quemaduras	65
QUEMADURAS DE PRIMER GRADO.....	65
QUEMADURAS DE SEGUNDO GRADO	65
QUEMADURAS DE TERCER GRADO	65
Electricidad	65
Intoxicaciones	66
Lesiones oculares	66
Insolaciones	67
Crisis epilépticas	67
Heridas.....	67
Shock	68
Parada cardio respiratoria	68
EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO	70
Estiramientos para evitar el cuello rígido	70
Estiramientos para disminuir la tensión de hombros:	70
Estiramientos para evitar el encorvamiento del pecho	70
Estiramientos de la espalda	70
Ejercicios para evitar la pesadez de piernas:	71

El sistema de enseñanza es en la modalidad de **FORMACIÓN A DISTANCIA** y a medida para empresas, particulares ó autónomos.

Esta modalidad de enseñanza permite al alumno compatibilizar la formación con su disponibilidad de tiempo y lugar de residencia. La formación a distancia se sustenta en un sistema pedagógico basado en las necesidades formativas del alumno, haciendo uso intensivo de las Tecnologías de la Información y de las Comunicaciones para facilitar el proceso educativo y garantizar unos estándares de calidad educativa.

El estudio comprensivo de la documentación facilitada, junto a la realización de las pruebas de evaluación programadas para su desarrollo a través de Formación Online, garantizarán la adquisición de los conocimientos teóricos y prácticos que todo profesional cualificado precisará en el desarrollo de su actividad.

Debemos reseñar en este sistema de enseñanza:

- Profesores-tutores: El proceso de aprendizaje está tutorizado permanentemente por especialistas de las distintas materias que ofrecen al alumno una asistencia personalizada a través del servicio de tutorías on-line , teléfono, entrevistas personales en el Centro,etc.
- Duración: El tiempo estimado para formación es de 6 horas, disponiendo del tiempo que desee para su finalización.
- Documentación: la documentación que se facilitará para el estudio del curso está elaborada por expertos profesionales en la materia cómo Tecnicos Superiores, Ingenieros Técnicos,etc.
- Su cuidada elaboración y permanente actualización convierten el material de estudio en una valiosa herramienta durante el desarrollo de la acción formativa y su posterior actividad profesional.

- Evaluación: El curso se evalúa atendiendo a un sistema de evaluación que contempla diferentes actividades: controles y Trabajo Final que se desarrollan a través de las herramientas que proporciona Centro Médico Siglo XXI S.L.- constituyendo un proceso de evaluación continua.
- Desde formación Online, los alumnos dispondrán de un sistema que les permitirá recibir comunicados de su interés remitidos por los Profesores y coordinadores académicos, comunicarse entre ellos mediante email ó telefónicamente, acceder a documentación complementaria, etc.
- Certificado: Para la obtención del certificado acreditativo será necesario haber superado todas las pruebas de evaluación obligatorias asociadas al programa formativo.

Si tiene cualquier consulta que desee resolver ,no dude en contactar con nosotros en el correo electrónico info@prevencionmadrid.es ó en el [teléfono 691.10.10.10](tel:691.10.10.10).

Si desea más información sobre los **más de 100 Cursos de Prevención de Riesgos Laborales**, no dude en llamarnos.

Jose Manuel Gigante

Responsable de Formación

www.formación-online.es