



## TÉCNICAS PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS EN AMBIENTES LABORALES.

### PRESENTACIÓN

Toda empresa está en la obligación de ofrecer la protección necesaria a sus colaboradores para que pueda trabajar de forma segura. Un ambiente laboral seguro es garantía de calidad de vida para el trabajador, lo cual contribuye a la mejoría de su productividad y rendimiento. Por ello, es de vital importancia que los trabajadores conozcan los riesgos que se pueden presentar en sus trabajos, así como las formas de prevenir accidentes en su faena.

Este curso proporciona los conocimientos necesarios para que el participante reconozca la importancia de la seguridad laboral, y para que pueda aplicar las buenas prácticas para la prevención de enfermedades y accidentes profesionales. Asimismo, le permitirá identificar faltas o irregularidades que pongan en riesgo su salud o la de sus compañeros, promoviendo el cumplimiento de normas de higiene y seguridad, y un ambiente de trabajo seguro. (Chile Valora 2014)

### OBJETIVOS

Reconocer las técnicas y conceptos básicos de la prevención de riesgos profesionales, que permitan a los participantes desarrollar las competencias básicas en la prevención de riesgos laborales que exige la ley.

### ACTIVIDADES

#### Lección 1

Reconocer el marco legal que establece la normativa relacionada a accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

- Ley 16.744 Accidentes de Trabajo y Enfermedades profesionales.
- Objetivos de la Ley.
- Administración del Seguro Social.
- Requisitos y excepciones para catalogar un Accidente de Trabajo.
- Requisitos para catalogar un Accidente de Trayecto.
- Requisitos para catalogar una Enfermedad Profesional.
- Personas protegidas por el Seguro Social.
- Obligaciones de los distintos sectores del trabajo. Decretos complementarios (descargables).

#### Lección 2

Identificar los principales causantes de los Accidentes de Trabajo

- Tipos de Accidente.
- Modelo de causalidad de Accidentes de Trabajo.
- Causas: Falta de control. Causas básicas.
- Causas inmediatas.
- Acontecimiento: Accidentes o incidentes.
- Efectos visibles: Pérdida o lesiones. Causas y efectos de los accidentes de trabajo.



## Lección 3

Identificar los principales causantes de las Enfermedades Profesionales.

- Salud Ocupacional.
- Enfermedad Profesional.
- Factores causales de una Enfermedad Profesional.
- Factores de riesgo en el ambiente laboral.
- Factor de riesgo químico.
- Proceder preventivo del empleador.

## Lección 4

Reconocer la importancia de la seguridad, a través de la revisión de las diversas causas y consecuencias de los accidentes.

- Comportamientos permisivos.
- Falta de cultura preventiva.
- Actitud de seguridad.
- Actitud de cambio.
- Pirámide de accidentabilidad.
- Importancia de la seguridad laboral.

## Lección 5

Reforzar los contenidos vistos en las lecciones previas a través de un ejercicio práctico.

- Ejercicio práctico 1

## Lección 6

Identificar los principales riesgos relacionados con los incendios y sus causales.

- ¿Qué es el fuego?
- Tetraedro del fuego.
- Clasificación del fuego.
- Transferencia del calor.
- Métodos de extinción.
- Instalaciones de extinción del fuego.
- Prevención de incendio.
- Proceder frente a un incendio.



## Lección 7

Identificar las técnicas del correcto uso de los extintores en las diversas clases de fuego.

- Definición de extintor.
- Componentes del extintor.
- Rotulación.
- Ubicación y señalización del extintor.
- Tipos de extintor.

## Lección 8

Identificar los efectos de los accidentes vinculados con descargas eléctricas y las recomendaciones para rescatar accidentados.

- ¿Qué es un riesgo eléctrico?.
- Características riesgosas de la electricidad.
- Causas de Accidentes eléctricos.
- Factores que aumentan el riesgo.
- Tipos de contacto eléctrico.
- Reglas de seguridad para la correcta manipulación de la energía eléctrica.
- Primeros auxilios básicos.

## Lección 9

Identificar los diferentes riesgos que se pueden presentar en el puesto de trabajo y las medidas de prevención correspondientes

- Riesgo laboral.
- Factores de riesgo.
- Tipos de accidentes.
- Autocuidado.
- Beneficios del autocuidado.
- ¿Por qué nos accidentamos?.
- Recomendaciones generales de autocuidado.

## Lección 10

Identificar las buenas prácticas para la prevención de enfermedades en la columna y las extremidades superiores en el puesto de trabajo.

- Trastornos musculoesqueléticos de origen laboral.
- Factores de riesgo.
- Manejo manual de carga.
- Recomendaciones de levantamiento de carga.
- Peso máximo de carga.
- Medidas preventivas para evitar lesiones.
- Movimientos repetitivos.
- Riesgos derivados de los movimientos repetitivos.
- Medidas preventivas para los movimientos repetitivos.



## Lección 11

Reforzar los contenidos vistos en las lecciones previas a través de un ejercicio práctico.

- Ejercicio práctico 2

## TÉCNICAS METODOLÓGICAS

El curso Técnicas para la Prevención de Riesgos en Ambientes Laborales, se estructura mediante lecciones u objetos de aprendizaje con apoyo multimedia, a los que el alumno accede mediante una plataforma LMS. En estas lecciones el alumno administra el acceso al contenido en base a su proceso de aprendizaje y su disposición de tiempo. Las técnicas instruccionales utilizadas en las lecciones se enfocan en un adecuado desarrollo de los temas abordados. En este sentido, se utiliza una presentación secuencial y descriptiva de los conceptos asociados a la alimentación y nutrición para lograr una comprensión de sus fundamentos. Luego, se profundiza en las diferentes técnicas de manipulación de alimentos mediante la presentación de estrategias y pautas a seguir en cada caso.

Para potenciar y reforzar el aprendizaje, el alumno deberá realizar dos ejercicios prácticos, a modo de evaluación parcial formativa. Además, podrá interactuar con otros participantes a través de foros virtuales, y recibirá el constante acompañamiento de un tutor, con el que podrá comunicarse utilizando la propia plataforma o vía e-mail.

El curso puede realizarse a través de un navegador de internet en PC o Mac. En ambos casos, debe contar con al menos 512 MB de memoria RAM, monitor a color con resolución mínima de 1024x768 y 256 colores, 8 MB de espacio en disco duro para la instalación del plug-in para visualizar el curso, y bloqueo de elementos emergentes desactivado. También se pueden utilizar diferentes dispositivos portátiles (tablets, smartphones, etc.) que soporten contenido flash o HTML5.

## MATERIAL DIDÁCTICO

Se colocará a disposición del alumno documentos de referencia, que facilitarán la profundización de los temas. Ya sea en formato de imagen y/o de texto.

## EVALUACIÓN

El curso contempla dos evaluaciones parciales formativas, correspondientes los Ejercicios Prácticos 1 y 2. Además, se aplicará una evaluación calificativa al finalizar el curso. Ésta cuenta con 20 preguntas y su ponderación será de 100%.

## CRITERIOS DE APROBACIÓN

Los participantes aprobarán el Curso si aprueban la evaluación cuantitativa final con un puntaje igual o superior a un 75%.



## **CERTIFICACIÓN**

La Universidad Católica Silva Henríquez conferirá certificación a quienes cumplan con todas las exigencias del Plan de Estudios, certificado "Técnicas para la Prevención de Riesgos en Ambientes Laborales."

## **MODALIDAD**

A distancia. E-learning.

El curso tiene un tiempo de ejecución de 30 horas. Esta información es detallada en la notificación al alumno, donde se especifican fechas de inicio y término, horarios de atención y resolución de consultas, ingreso a plataforma y navegación, entre otros.

## **NUESTRA UNIVERSIDAD**

*La Universidad Católica Silva Henríquez es una comunidad formada por académicos, estudiantes y personal de apoyo a la gestión, que asume la excelencia y la calidad, propias de la academia, de sus procesos, y de la vida universitaria, potenciada por la fe, el carisma salesiano y por la decisión de ser una institución socialmente responsable, en permanente esfuerzo de crecimiento en todos los ámbitos de su quehacer.*

### **Mirza Jorquera Boza**

Área Formación Continua y Capacitación  
Centro de Extensión y Servicios  
Carmen 340 - Santiago, Chile  
Teléfono: (02) 2 477.81.03 -  
mgjorquera@ucsh.cl  
Celular: 6-342.66.43  
www.ucsh.cl

*La Universidad se reserva el derecho de: (a) no dar inicio o modificar la fecha de inicio (y término) del programa, si este no cuenta con la matrícula necesaria para su ejecución; (b) hacer modificaciones en el plan de estudios y en la designación de los académicos que realizarán este programa.*