

ÍNDICE

1. RIESGOS GENERALES Y SU PREVENCIÓN

1.1. Riesgos Relacionados con las Condiciones de Seguridad

- Introducción
- Lugares de Trabajo
- La Electricidad
- Las Máquinas
- Herramientas Manuales
- Los Incendios
- Almacenamiento, Manipulación y Transporte
- Señalización de Seguridad
- El Mantenimiento
- Resumen
- Autoevaluación

1.2. Los Riesgos Relacionados con el Medio Ambiente en el Trabajo

- Introducción
- Contaminantes Químicos
- Criterios de Valoración del Riesgo Higiénico INSHT
- Contaminantes Biológicos
- Contaminantes Físicos
- Contaminantes Físicos: El Ruido
- Contaminantes Físicos: Las Vibraciones
- Exposición a Vibraciones Mecánicas
- Contaminantes Físicos: La Temperatura
- Contaminantes Físicos: Las Radiaciones
- Contaminantes Físicos: Las Iluminación
- Resumen
- Autoevaluación

1.3. Carga de Trabajo e Insatisfacción Laboral

- Carga de Trabajo
- Insatisfacción Laboral
- Resumen
- Autoevaluación

1.4. Sistemas Elementales de Control de Riesgos. Protección Colectiva e Individual

- Introducción
- Tipos de Medidas de Carácter Técnico
- Medidas de Carácter Administrativo y de Gestión
- Sistemas de Protección Colectiva
- Sistemas de Protección Individual
- Resumen
- Autoevaluación

1.5. Nociones Básicas de Actuación en Emergencias y Evacuación

- Introducción
- Plan de Autoprotección
- Plan de Evacuación
- Implantación del Plan de Autoprotección
- Resumen
- Autoevaluación

1.6. Primeros Auxilios

- Plan de Primeros Auxilios
- Material y Locales de Primeros Auxilios
- Resumen
- Autoevaluación

1.7. El Control de la Salud de los Trabajadores

- Introducción
- Vigilancia de la Salud
- El Reconocimiento Médico
- Resumen
- Autoevaluación

2. MEDIDAS DE PREVENCIÓN LABORAL VS. COVID-19

2.1. Qué es el Coronavirus SARS-COV-2 y la COVID-19

- Introducción y definición
- Síntomas y tratamientos
- ¿Cómo se transmite el coronavirus SARS-COV-2?
- ¿Cuánto tiempo sobrevive el coronavirus SARS-COV-2 en las superficies?
- Tasa de contagio y mortalidad

- Pruebas de diagnóstico del coronavirus
- Lo que hemos aprendido
- Autoevaluación

2.2. Medidas de Higiene para Evitar Contagios

- Medidas genéricas
- Higiene de manos
- Desinfectar móviles, tabletas y otros dispositivos o periféricos tecnológicos
- Uso de mascarillas – tipos
- Uso de guantes
- Lo que hemos aprendido
- Autoevaluación

2.3. Medidas Generales dirigidas a la Protección de la Salud de los Trabajadores. EPIs

- Introducción
- El teletrabajo como medida organizativa
- Medidas preventivas en el caso de poder continuar con la actividad
- Buenas prácticas en los centros de trabajo
- Desplazamientos al trabajo
- En el centro de trabajo
- Medidas organizativas
- Recomendaciones a los trabajadores
- Medidas de higiene en el centro de trabajo
- Gestión de los residuos en los centros de trabajo
- Después de ir al trabajo
- Equipo de protección individual (EPI) frente a la exposición al nuevo coronavirus
- Lo que hemos aprendido
- Autoevaluación

GLOSARIO

BIBLIOGRAFIA