

## **DESCRIPCIÓN GENERAL**

**Curso:** Curso de Prevención de Riesgos Laborales para trabajos de "**REPRESENTANTE / AGENTE COMERCIAL (4-10 H)**".

## **OBJETIVOS**

### **GENERAL:**

Conseguir que el alumno se sienta responsable de su propio aprendizaje y colabore con el resto de compañeros para aplicar los conocimientos en materia de Prevención de Riesgos Laborales (PRL) generales y específicos que le acerquen al conocimiento de la Ley, de los derechos y obligaciones legales, de los riesgos, de las medidas preventivas a adoptar en su trabajo.

### **ESPECÍFICOS:**

- Promover los comportamientos seguros, la correcta utilización de su vehículo de transporte y de los equipos de trabajo y protección, y fomentar el interés y cooperación de los trabajadores en una acción preventiva integrada con el Servicio de Prevención.
- Identificar los riesgos y medidas preventivas relacionados con los desplazamientos (como conductor de vehículo o como peatón), con los equipos de trabajo y su uso, la ergonomía y psicología asociada al puesto...
- Promover, en particular, actuaciones preventivas básicas, tales como el orden, la limpieza, y el mantenimiento general de las instalaciones relacionadas con su puesto de trabajo, así como llevar a cabo su seguimiento y control.
- Conocer los riesgos específicos a los que está expuesto el trabajador.
- Conocer las técnicas preventivas específicas a aplicar para su trabajo (protecciones colectivas, individuales, señalización de seguridad...).
- Conocer los útiles y equipos de uso habitual, los riesgos que se derivan de su uso y cómo prevenirlos.
- Actuar en caso de emergencia y primeros auxilios.

## **METODOLOGÍA**

El curso se imparte en la modalidad de TELEFORMACIÓN a través de una PLATAFORMA que cumple con todos los requisitos exigidos por la legislación vigente.

El alumno dispone de un gran número de herramientas durante el curso, debiéndose asegurar de interactuar con el profesor y sus compañeros a través de las diferentes vías: e-mail, chat, foros...

## **EVALUACIÓN**

**Para superar el curso es necesario:**

- Superar los **TEST PARCIALES / FINALES**.
- Superar el **TIEMPO MÍNIMO ESTABLECIDO**.

Además, el profesor podrá valorar para la nota, siempre que así lo considere, las aportaciones del alumno en los CHAT, FOROS...

## **REPRESENTANTE / AGENTE COMERCIAL (4-10H)**

### **01. DEFINICIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO**

1. Descripción del puesto
2. Actividades desarrolladas
3. Singularidades del puesto

### **02. CONCEPTOS GENERALES SOBRE PRL**

1. Legislación.
2. Factores de Riesgo.
3. Daños derivados del trabajo.
4. Prevención de Riesgos Laborales.
5. Normas Básicas.
6. Primeros Auxilios.
7. Lucha contra incendios. Evacuación.

### **03. RIESGOS DE LOS LUGARES DE TRABAJO Y SU PREVENCIÓN**

1. Lugares de trabajo.
2. Medidas preventivas (MP)
  - 2.1. Condiciones constructivas de seguridad estructural
  - 2.2. Respecto al orden, la limpieza y el mantenimiento
  - 2.3. Respecto a los servicios higiénicos
  - 2.4. Respecto a los lugares de almacenamiento
  - 2.5. Otras medidas preventivas

### **04. RIESGOS DE CAÍDA Y SU PREVENCIÓN**

1. Caídas: Conceptos básicos. Riesgos.
2. Medidas preventivas para caídas al mismo nivel.
  - 2.1. Medidas preventivas
  - 2.2. Obligaciones del empresario
3. Medidas preventivas para caídas a distinto nivel.
  - 3.1. Medidas preventivas
  - 3.2. Obligaciones del empresario

### **05. RIESGOS DE PUESTOS CON PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS**

1. PVD's Conceptos básicos
2. Requisitos del equipo con PVD
3. Requisitos del mobiliario en puesto con PVD
4. Riesgos derivados del uso de PVD's. Vigilancia.
5. Protecciones colectivas
6. Ayudan a evitar lesiones...
7. Señalización
8. Riesgos y M.P. relacionados con la VISTA
9. Riesgos y M.P. relacionados con la POSTURA
10. Ejercicios de relajación muscular
11. Riesgos y M.P. relacionados con la FATIGA MENTAL
12. Riesgos y M.P. relacionados con las CONDICIONES AMBIENTALES

## **06. RIESGOS POR EL USO DE DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS (MÓVIL, TABLETS...)**

- 1. El avance tecnológico.**
- 2. Riesgos más habituales asociados a su uso.**
- 3. Distracciones al volante, como peatón...**
- 4. El estrés.**
- 5. El uso de pantallas táctiles.**

## **07. RIESGOS ERGONÓMICOS Y SU PREVENCIÓN**

- 1. ¿Qué es la ergonomía?**
- 2. ¿Qué objetivos tiene?**
- 3. La columna vertebral**
- 4. Movimientos de la columna vertebral**
- 5. Patologías de la columna vertebral**
- 6. Esfuerzos físicos más habituales – Carga física**
- 7. Manipulación manual de cargas**
- 8. Posturas forzadas...de pie, sentado...**
- 9. Movimientos repetitivos**
- 10. Ejercicios de relajación**

## **08. RIESGOS PSICOSOCIALES. FATIGA, INSATISFACCIÓN LABORAL...**

- 1. Los riesgos psicosociales**
  - 1.1. Definición y tipos
  - 1.2. Factores asociados
  - 1.3. Factores en trabajos de atención al público
- 2. El estrés laboral**
  - 2.1. ¿Qué es?
  - 2.2. ¿Qué lo caracteriza?
  - 2.3. Tipos
- 3. Fatiga mental**
  - 3.1. ¿Qué es?
  - 3.2. ¿Qué la caracteriza?
  - 3.3. "Síndrome del trabajador quemado"
- 4. Acoso laboral o mobbing**
  - 4.1. ¿Qué es?
  - 4.2. Conductas de acoso laboral o mobbing
  - 4.3. Acosadores
  - 4.4. Acosados
- 5. Medidas preventivas para riesgos psicosociales**

## **09. RIESGOS PSICOSOCIALES. ACOSO DE GÉNERO**

- 1. Definición**
- 2. Tipos de acoso de género o sexual**
  - 2.1. Perfil de la persona acosada
  - 2.2. Tipos de acoso
- 3. Acoso sexual = infracción muy grave**
- 4. Actuación ante el acoso de género**
  - 4.1. Trabajador acosado
  - 4.2. Empresa

**10. SEGURIDAD VIAL CONDUCTOR I**

1. Seguridad vial en desplazamientos
2. Riesgos asociados a la conducción
3. Medidas preventivas frente a riesgos asociados
4. Medidas preventivas frente a riesgos específicos derivados del factor humano

**11. SEGURIDAD VIAL CONDUCTOR II**

5. Medidas preventivas frente a riesgos específicos derivados del factor vehículo
6. Medidas preventivas frente a riesgos específicos

**12. PEATÓN**

1. ¿Qué se entiende por peatón?
2. Normas generales de circulación
3. Circulación por vías urbanas
4. Circulación fuera de poblado
5. Circulación con animales
6. Precauciones de los peatones frente a los ciclistas y viceversa
7. Señales para peatones

**13. TEST FINAL**