



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA

**Servicio de Prevención de
Riesgos Laborales (Sepruma)**

**PROGRAMA DE ACTIVIDADES FORMATIVAS E INFORMATIVAS SOBRE
PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES A REALIZAR DURANTE EL
BIENIO 2011-2012**



INTRODUCCIÓN

Las actividades formativas e informativas del presente programa comprenden un conjunto de acciones que, a modo de jornadas (corta duración) o cursos (larga duración) pretenden formar al personal de la Universidad de Málaga en la prevención de los riesgos laborales.

Estas actividades están dirigidas tanto al Personal de Administración y Servicios (P.A.S.) como al Personal Docente e Investigador (P.D.I.), se repetirán periódicamente y en los casos que sea necesario serían adaptadas a la evolución de los riesgos y a la aparición de otros nuevos.

Se ha distinguido entre actividades formativas e informativas obligatorias y/o voluntarias en función de los contenidos sobre riesgos y medidas preventivas que los trabajadores y las trabajadoras deben conocer relacionados con aspectos de las condiciones de trabajo que les afecta de forma directa o indirecta.

Las primeras, son de carácter obligatorio por ser imprescindibles para el desempeño del puesto de trabajo, viniendo marcado este carácter por la necesidad de formación específica del personal. Por lo tanto los colectivos de trabajadores y trabajadoras no tienen que solicitar dichas acciones, serán convocados por la Gerencia, o por quien corresponda, a propuesta del Servicio de Prevención, para su realización.

Las acciones formativas voluntarias las podrá solicitar cualquier trabajador o trabajadora. Se organizan con el fin de actualizar o perfeccionar conocimientos, promoviendo el desarrollo personal y profesional del empleado o empleada.

Para desarrollar este programa existirá una coordinación entre tres áreas de trabajo de la Universidad:

- El Servicio de Formación del P.A.S., para la organización y gestión de las actividades encaminadas a este colectivo.
- El Secretariado de Formación del P.D.I., para las acciones formativas del Personal Docente de Investigador.
- El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales (SEPRUMA), para el diseño y coordinación del programa.



Con el fin de completar la formación recibida, se facilitará toda la documentación didáctica (temario, apuntes, presentaciones, tests, etc.) que generen las acciones formativas comprendidas en este plan de formación. Asimismo, se realizará una encuesta entre los alumnos y alumnas de cada acción formativa en la que se solicitará su opinión sobre el profesorado, organización, contenidos, metodología, etc.

Por último, reproducimos parte de la normativa que obliga a la Universidad de Málaga en materia de formación e información sobre Seguridad y Salud, así como la obligación de las personas que trabajan en la UMA en relación con esa materia:

Art. 19 Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales. Formación de los trabajadores.

En cumplimiento del deber de protección, el empresario (la UMA) deberá garantizar que cada trabajador reciba una formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, en materia preventiva, tanto en el momento de su contratación, cualquiera que sea la modalidad o duración de ésta, como cuando se produzcan cambios en las funciones que desempeñe o se introduzcan nuevas tecnologías o cambios en los equipos de trabajo.

La formación deberá estar centrada específicamente en el puesto de trabajo o función de cada trabajador, adaptarse a la evolución de los riesgos y a la aparición de otros nuevos y repetirse periódicamente, si fuera necesario.

Art. 29 Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales. Obligaciones de los trabajadores en materia de prevención de riesgos.

1. Corresponde a cada trabajador velar, según sus posibilidades y mediante el cumplimiento de las medidas de prevención que en cada caso sean adoptadas, por su propia seguridad y salud en el trabajo y por la de aquellas a las que pueda afectar su actividad profesional, a causa de sus actos y omisiones en el trabajo, de conformidad con su formación y las instrucciones del empresario.
2. Los trabajadores, con arreglo a su formación y siguiendo las instrucciones del empresario, deberán en particular:



- a. Usar adecuadamente, de acuerdo con su naturaleza y los riesgos previsibles, las máquinas, aparatos, herramientas, sustancias peligrosas, equipos de transportes y, en general, cualesquiera otros medios con los que desarrollen su actividad.
- b. Utilizar correctamente los medios y equipos de protección facilitados por el empresario, de acuerdo con las instrucciones recibidas de éste.
- c. No poner fuera de funcionamiento y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad existentes o que se instalen en los medios relacionados con su actividad o en los lugares de trabajo en los que ésta tenga lugar.
- d. Informar de inmediato a su superior jerárquico directo, y a los trabajadores designados para realizar actividades de protección y de prevención o, en su caso, al servicio de prevención, acerca de cualquier situación que, a su juicio, entrañe, por motivos razonables, un riesgo para la seguridad y la salud de los trabajadores.
- e. Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la autoridad competente con el fin de proteger la seguridad y la salud de los trabajadores en el trabajo.
- f. Cooperar con el empresario para que éste pueda garantizar unas condiciones de trabajo que sean seguras y no entrañen riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores.



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA

**Servicio de Prevención de
Riesgos Laborales (Sepruma)**

PERSONAL DE ADMINISTRACIÓN Y SERVICIOS



ÍNDICE

	Página
Plan de prevención de riesgos laborales de la UMA	8
Jornada de acogida para personal de nuevo ingreso	9
Nivel básico de prevención de riesgos laborales	11
Brigada de incendios. Actuaciones en caso de emergencia.....	13
Coordinación de actividades preventivas	14
Primeros auxilios. Socorrismo laboral.....	16
Manual de gestión de residuos peligrosos	17
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de laboratorio	18
Prevención y control de la legionelosis	20
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de oficina.....	21
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de Escuela Infantil.....	22
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de instalaciones deportivas .	23
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de jardinería	24
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de mantenimiento.....	25
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de biblioteca	26
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de conserjería	27
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de hostelería	28
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de mensajería-paquetería	29
Prevención del tabaquismo	31
Control del estrés laboral	32
Riesgos asociados a trabajos con PVD's	33
Voz y prevención vocal	34



Medidas de emergencia en los edificios de la UMA	36
Educación vial. Prevención de accidentes de tráfico	37
Riesgos psicosociales.....	38
Manipulación adecuada de residuos peligrosos.....	39
Manipulación manual de cargas	40
Prevención del dolor de espalda	41
Efectos del consumo de alcohol y otras drogas en el trabajo	42



CURSO: EL PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DE LA UMA – 01/O10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: 2

HORAS: 5

PLAZAS: indefinido

CARÁCTER: obligatorio/ teórico-práctico / presencial

DESTINATARIOS

Responsables y secretarios o secretarias de grupos de mejora de las UFs

OBJETIVOS

Conocer la estructura del Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA y cómo nos afecta.
Ser conscientes de los procedimientos del PPRL en los que debemos colaborar porque guardan relación con nuestras condiciones de trabajo.

Proponer estrategias para cumplir las funciones y responsabilidades.

Ver casos prácticos

PROGRAMA

El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: Una edición en cada campus

HORARIO: De 9 a 14 horas

PROFESORADO: Técnicos del Sepruma.



JORNADA DE ACOGIDA PARA PERSONAL DE NUEVO INGRESO – 021/O10/AS

CARACTERÍSTICAS

La acogida se define como un acto de recepción, presentación de la Institución y de apoyo a la adaptación del personal de nuevo ingreso a su puesto de trabajo. Se trata de un proceso transversal en el que se implica toda la organización (Recursos Humanos, Calidad, Organización, Prevención, Unidades de destino de los nuevos trabajador@s, etc.

EDICIONES: En función de las incorporaciones.

HORAS:

PLAZAS:

CARÁCTER: Obligatorio/Presencial/Teórico.

DESTINATARIOS

Personal de nuevo ingreso.

Se organizarán grupos de trabajadores y trabajadoras por colectivos o categorías.

OBJETIVOS

- Facilitar la información y conocimientos necesarios a los trabajadores y a las trabajadoras de nuevo ingreso sobre la organización de la que han empezado a formar parte.
- Enseñarles procedimientos básicos y herramientas de su nuevo lugar de trabajo.
- Mostrarles la organización y transmitirles su cultura.

PROGRAMA

- La Universidad de Málaga y sus dependencias.
 - Órganos de Gobierno.
 - Áreas, Servicios, Departamentos, etc.
 - Órganos de representación.
- El Plan Estratégico de la UMA.
- Política de Calidad de la UMA.
- Herramientas informáticas básicas.
- Nociones básicas del Presupuesto de la UMA.
- Política de Género. El Plan de Igualdad de la UMA.
- Formación Inicial básica en Prevención de Riesgos Laborales.
 - Plan de Prevención.
 - Planes de Autoprotección.
 - El Servicio de Prevención de RR.LL. de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA

**Servicio de Prevención de
Riesgos Laborales (Sepruma)**

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: por determinar.



CURSO DE NIVEL BÁSICO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES – 03/VO10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: 2 cada año

HORAS: 50

PLAZAS: 25 por cada edición

CARÁCTER: Voluntario (Obligatorio para colectivos con responsabilidades en su ámbito) / teórico-práctico / semipresencial (campus virtual).

DESTINATARIOS

- Delegados y Delegadas de prevención y miembros del Comité de Seguridad y Salud.
- Personal con funciones de coordinación de equipos de trabajo, encargados de equipo, laboratorios, brigadas emergencia.
- Mandos intermedios en general
- Resto del personal en general.

OBJETIVOS

- Facilitar el ejercicio de las funciones y competencias propias de los delegados y delegadas de prevención y de los miembros del Comité de Seguridad y Salud.
- Capacitar para las tareas básicas en prevención de riesgos laborales.
- Facilitar recursos para cumplir con sus responsabilidades dentro del Plan de Prevención de Riesgos Laborales (PPRL)

PROGRAMA (según Decreto 26/2010, de 9 de febrero)

I. TEMARIO COMÚN (35 horas).

1. Módulo 1. Introducción a la prevención de riesgos laborales.
 - 1.1. Seguridad, salud y condiciones de trabajo.
 - 1.2. Normativa básica de la prevención de riesgos laborales.
 - 1.3. Organismos e instituciones de prevención de riesgos laborales en el ámbito comunitario, nacional y autonómico.
2. Módulo 2. Los riesgos laborales y su prevención.
 - 2.1. Riesgos asociados a los lugares de trabajo.
 - 2.2. Riesgos de las instalaciones y equipos de trabajo.
 - 2.3. Riesgos de las instalaciones eléctricas.
 - 2.4. Riesgo de incendios y el Plan de Emergencia y Evacuación.
 - 2.5. Riesgos ambientales derivados de agentes físicos.
 - 2.6. Riesgos asociados a los agentes químicos y biológicos.
 - 2.7. Riesgos asociados al diseño ergonómico de los puestos.
 - 2.8. Riesgos originados por factores de índole psicosocial.
3. Módulo 3. La gestión preventiva.
 - 3.1. El Plan de Prevención. Modelo de actuación y gestión preventiva.



- 3.2. Registros y estadísticas de siniestralidad.
- 3.3. Participación y representación de los trabajadores y las trabajadoras.
- 3.4. Vigilancia de la salud.
- 3.5. Formación en prevención de riesgos laborales.
- 3.6. Investigación de accidentes.
- 3.7. Metodología y criterios técnicos de evaluación de riesgos y planificación preventiva.

II. REALIZACIÓN Y EXPOSICIÓN DE EJERCICIOS PRÁCTICOS (15 horas).

Aplicación en uno o más ejercicios prácticos relacionados con las actividades de la empresa, de los conocimientos comprendidos en los diferentes módulos, de acuerdo con los criterios del personal docentes, respecto del contenido de aquello.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos Sepruma.



**CURSO DE BRIGADA DE INCENDIOS. ACTUACIONES EN CASO DE EMERGENCIA.
ESPECÍFICO POR CENTROS – 04/O10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: En función de los planes de emergencia que se vayan implantando.

HORAS: por determinar.

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal que forme parte de equipos de emergencia y tenga responsabilidades en los planes de autoprotección.

OBJETIVOS

Dar una información amplia y concreta sobre los riesgos de incendio existentes en los distintos puestos de trabajo y sus causas, las medidas básicas de prevención y los métodos de extinción aplicables en caso de que se origine un incendio. Dar a conocer los conceptos básicos regidos en el Plan de Emergencia de su Centro, y capacitarlos para actuar adecuadamente en caso de que se produzca una situación real de emergencia.

PROGRAMA

- Organización del Plan de autoprotección del centro.
- Instrucciones a seguir en caso de emergencia.
- Consignas en una Evacuación General.
- Primeros auxilios.
- Prácticas de extinción de incendios.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos del Sepruma y técnicos externos



SEMINARIO SOBRE COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS (responsabilidades en la contratación y subcontratación de empresas externas) – 05/O10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: 2

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / presencial

JUSTIFICACIÓN

La UMA, como todas las Administraciones, necesita contar con empresas externas con las que contrata la prestación de determinados servicios complementarios (obras, limpieza, reprografía, seguridad, actuaciones de mantenimiento, suministro e instalación de equipamiento, etc.). Ello conlleva la presencia física en los centros e instalaciones universitarias de personal de dichas empresas, ajeno a la propia plantilla. Personal frente al cual la UMA tiene una responsabilidad solidaria y subsidiaria según lo previsto en la legislación laboral y de prevención de riesgos.

Dada la trascendencia de esta cuestión, se hace necesario acometer un seminario para dar a conocer las obligaciones a que están sujetas las empresas y los sistemas de control y procedimientos que deben arbitrarse para que las empresas que contrata la Universidad cumplan con la legislación vigente.

Un conocimiento de esta materia propiciará que se trabaje en condiciones de seguridad y salud y a la vez que no se deriven perjuicios y responsabilidades legales para la Universidad.

OBJETIVOS

- Dar a conocer el Real Decreto 171/2004 que desarrolla el art. 24 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, referido a la coordinación de actividades empresariales.
- Conocer la normativa vigente en materia de contrata y las obligaciones que asume la parte contratante respecto al personal de la empresa contratista.
- Conocer la normativa relativa a prevención de riesgos laborales y los deberes, obligaciones y responsabilidades que la legislación impone a la parte contratante.
- Descubrir a los asistentes la necesidad de supervisar el cumplimiento por las empresas externas de las exigencias mínimas en prevención de riesgos laborales.

DESTINATARIOS

Personal con competencias en la contratación de servicios con proveedores externos, en el control de la ejecución de dichos servicios o en el control de acceso a las instalaciones.
Responsables de contratación o subcontratación de los Decanatos y Direcciones de Centros.
Administradores de Centros
Jefes y Directores de Servicios.



Responsables de Conserjerías

Mandos intermedios que asuman competencias en la contratación de servicios con proveedores externos, en el control de dichos servicios o en el control de acceso a las instalaciones universitarias.

Delegados y delegadas de prevención.

PROGRAMA

1. Introducción.

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- Real Decreto 171/2004, de 30 de enero, por el que se desarrolla el artículo 24 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales.
- Aspectos recogidos en el Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

2. Desarrollo reglamentario del Real Decreto 171/2004 por el que se desarrolla el artículo 24 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales.

- Objeto, definiciones y objetivos de la coordinación.
- Deber de cooperación de las empresas concurrentes.
- Papel del empresario titular/principal del centro.
- Deber de vigilancia del empresario titular/principal.
- Medios de coordinación.

3. Procedimiento CAEUMA (Coordinación Actividades Empresariales de la UMA) y su implantación. (Aplicación práctica)

- Definiciones y objetivos de la coordinación de actividades.
- Deber de cooperación de las empresas concurrentes.
- Funciones y responsabilidades de la persona que actúa en nombre de la UMA.
- Medios de coordinación
- Documentación del CAEUMA (Aplicación práctica)

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos del SEPRUMA y experto/s en legislación laboral.



CURSO DE PRIMEROS AUXILIOS. SOCORRISMO LABORAL – 06/VO10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: Voluntario (excepto para miembros de brigadas de incendio integrantes de los planes de emergencia, que será obligatorio) / teórico práctico / presencial.

DESTINATARIOS

Personal de Administración y Servicios.

OBJETIVOS

- Aprender a valorar de forma básica la gravedad y estado del paciente.
- Enseñar la técnica para practicar una reanimación cardiopulmonar (RCP) básica.
- Discernir cómo actuar frente a los tipos de lesiones que se pueden dar con más frecuencia en el medio laboral.

PROGRAMA

- Primeros auxilios: concepto, objetivos y principios.
- Valoración inicial del accidentado.
- Reanimación cardiopulmonar (RCP) básica.
- Heridas y hemorragias.
- Lesiones osteomusculares.
- Quemaduras y electrocución.
- Otras situaciones de primeros auxilios.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: Por determinar.

HORARIO: Por determinar.

PROFESORADO: Persona Sanitario del Sepruma.



CURSO SOBRE MANUAL DE GESTIÓN DE RESIDUOS PELIGROSOS – 07/O10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal de las unidades productoras de residuos: técnicos de laboratorios, técnicos de mantenimiento, técnicos de jardinería, técnicos de hostelería y técnicos de conserjería.

OBJETIVOS

Dar a conocer el Manual de Gestión aprobado e implantado en la UMA.
Que los asistentes adquieran los conocimientos básicos para gestionar adecuadamente los residuos peligrosos generados en sus lugares de trabajo, bajo el asesoramiento del Sepruma.

PROGRAMA

- Introducción al Plan de prevención de la UMA.
- Ámbito normativo referente a la gestión de residuos peligrosos.
- El protocolo de gestión de residuos peligrosos.
- Organización de la gestión de residuos en la UMA.
- Identificación y clasificación de los residuos peligrosos.
- Selección y etiquetado de envases con residuos.
- Comunicaciones: solicitud de envases y de retirada.
- Centralización de residuos en la estación de transferencia del Campus Teatinos.
- Retirada por gestor autorizado.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnica Higiene del Sepruma



**CURSO SOBRE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE LABORATORIO –
08/O10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal que trabaje en laboratorios.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a los trabajadores y las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Recomendaciones para trabajos en laboratorios.
- Hábitos personales.
- Identificación de productos químicos.
- Traspase de productos químicos.
- Armarios de seguridad.
- Productos y reacciones químicas peligrosas.
- Eliminación de residuos.
- Actuación en caso de incidentes:
 - En caso de vertidos.
 - Salpicaduras.
 - Ingestión.
 - Incendio.
- Recomendaciones para laboratorios de alumnos.
- Hábitos de trabajo.
- Trabajos con muestras biológicas.
- Trabajos con riesgo biológico (sangre o fluidos).
- Peligrosidad de los productos químicos.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.



DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: técnicos Mutua y Sepruma



CURSO DE PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA LEGIONELOSIS – 09/O10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS:

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal que realiza operaciones de mantenimiento higiénico-sanitario en instalaciones objeto del Real Decreto 865/2003, que no haya asistido a esta acción formativa en ediciones anteriores.

OBJETIVOS

- Introducir las bases jurídicas de la responsabilidad de las empresas en la prestación de servicios para la prevención de la legionelosis.
- Conocer la biología y ecología de la bacteria Legionella Pneumophila.
- Elaborar para cada instalación programas de mantenimiento y tratamiento en base a la normativa vigente.
- Aprender a detectar en cada instalación los puntos donde se generan unos riesgos más elevados.

PROGRAMA

- Importancia sanitaria de la legionelosis.
- Ámbito legislativo.
- Criterios generales de limpieza y desinfección.
- Salud pública y salud laboral. Seguridad e Higiene.
- Instalaciones de riesgos incluidos en el ámbito de aplicación del Real Decreto 865/2003.
- Identificación de puntos críticos. Elaboración de programas de control.
- Prácticas.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: expertos externos.



**CURSO SOBRE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE OFICINA –
10/O10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 2

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico / presencial

DESTINATARIOS

Personal que trabaja en despachos.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a los trabajadores y a las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Legislación vigente.
- Diferencia entre Riesgo y Peligro.
- Pantallas de visualización de datos (ordenadores).
- Posturas de trabajo y manipulación manual de cargas.
- Aspectos higiénicos y ergonómicos de las condiciones de trabajo (sillas, mesas, iluminación...)
- Principios básicos de seguridad contra incendios.
- Principios básicos sobre primeros auxilios.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos mutua y Sepruma



**CURSO SOBRE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE ESCUELA
INFANTIL – 11/O10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 10

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal de la Escuela Infantil.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a los trabajadores y a las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Legislación en materia de Prevención de Riesgos Laborales.
- Orden y limpieza, prevención de caídas a mismo nivel.
- Transporte y manipulación manual de cargas.
- Productos químicos.
- Almacenamiento seguro y correcto.
- Principios básicos de primeros auxilios.
- El trabajo de pie y sentado, posturas adecuadas.
- Principios básicos sobre seguridad contra incendios.
- Equipos de protección individual.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos mutua y Sepruma



**CURSO RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS
DE INSTALACIONES DEPORTIVAS – 12/O10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 10

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / semipresencial

DESTINATARIOS

Personal desempeñe su labor como Técnico de Instalaciones Deportivas.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a los trabajadores y a las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Legislación en materia de Prevención de Riesgos Laborales.
- Orden y limpieza, prevención de caídas a mismo nivel.
- Manipulación de cargas con máquinas y personas.
- Operario y mantenimiento de maquinaria pesada.
- Almacenamiento seguro y correcto.
- Principios básicos de primeros auxilios.
- Reglas básicas contra riesgos eléctricos.
- El trabajo de pie y sentado, posturas adecuadas.
- Principios básicos sobre seguridad contra incendios.
- Equipos de protección individual.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

.

HORARIO: por determinar

.

PROFESORADO: Técnicos mutua y Sepruma



**CURSO SOBRE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE JARDINERÍA –
13/O10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal de Jardinería.
Monitores de la Escuela Taller de la UMA

OBJETIVOS

Dar a conocer a los trabajadores a las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Máquinas y equipos.
- Plaguicidas y pesticidas.
- Productos fitosanitarios.
- Abonos.
- Enfermedades transmitidas al hombre por animales.
- Picaduras y mordeduras.
- Condiciones climatológicas adversas.
- Manipulación manual de cargas y posturas.
- Actuación en caso de emergencia.
- Nociones sobre primeros auxilios.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: técnicos mutua y Sepruma



RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE MANTENIMIENTO – 14/O10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico / presencial

DESTINATARIOS

Personal de mantenimiento.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a los trabajadores y a las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- L.P.R.L. y Reglamentos Específicos.
- Orden y Limpieza.
- Escaleras portátiles.
- Herramientas y útiles manuales y eléctricos.
- Carga y transporte manual.
- Carretillas de mano.
- Almacenamientos.
- Trabajos con riesgo eléctrico.
- Trabajos con aire comprimido.
- Trabajos temporales en altura.
- Soldadura.
- Etiquetado y productos químicos.
- Principios básicos de primeros auxilios.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: técnicos mutua y Sepruma.



**CURSO SOBRE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE BIBLIOTECA –
15/O10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 3

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico / presencial

DESTINATARIOS

Personal de bibliotecas y personal del Vicerrectorado competente.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a los trabajadores y a las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Legislación en materia de prevención de riesgos laborales.
- Aspectos higiénicos y ergonómicos de las condiciones de trabajo (sillas, mesas, iluminación...)
- Pantallas de visualización de datos.
- Manipulación manual de cargas.
- Almacenamientos seguros y correctos.
- Utilización de escaleras portátiles, prevención de caídas a distinto nivel.
- Reglas básicas contra riesgos eléctricos.
- El trabajo de pie y sentado, posturas adecuadas.
- Orden y limpieza, prevención de caídas al mismo nivel.
- Principios básicos de seguridad contra incendios.
- Riesgo de incendio.
- Principios básicos de Primeros Auxilios.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: Técnicos mutua y Sepruma



**CURSO SOBRE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE CONSERJERÍA –
16/O10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 3

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico / presencial

DESTINATARIOS

Personal de Conserjería.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a los trabajadores y a las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Legislación en materia de prevención de riesgos laborales.
- Aspectos higiénicos y ergonómicos de las condiciones de trabajo (sillas, mesas, iluminación...)
- Manipulación manual de cargas.
- Almacenamientos seguros y correctos.
- Utilización de escaleras portátiles, prevención de caídas a distinto nivel.
- Reglas básicas contra riesgos eléctricos.
- El trabajo de pie y sentado, posturas adecuadas.
- Orden y limpieza, prevención de caídas al mismo nivel.
- Principios básicos de seguridad contra incendios.
- Riesgo de incendio.
- Principios básicos de Primeros Auxilios.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos mutua y Sepruma



**CURSO SOBRE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE HOSTELERÍA –
17/O10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: 1

HORAS: 3

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico / presencial

DESTINATARIOS

Técnicos Auxiliares de Hostelería.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a los trabajadores y a las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Legislación en materia de prevención de riesgos laborales.
- Aspectos higiénicos y ergonómicos de las condiciones de trabajo
- Manipulación manual de cargas.
- Almacenamientos seguros y correctos.
- Reglas básicas contra riesgos eléctricos.
- El trabajo de pie y sentado, posturas adecuadas.
- Orden y limpieza, prevención de caídas al mismo nivel.
- Principios básicos de seguridad contra incendios.
- Riesgo de incendio.
- Riesgos específicos de hostelería.
- Principios básicos de Primeros Auxilios.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos mutua y Sepruma



**CURSO SOBRE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE MENSAJERÍA Y
PAQUETERÍA – 18/O10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico / presencial

DESTINATARIOS

Personal de mensajería.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a los trabajadores y a las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Manejo defensivo de vehículos de dos ruedas (conducción en condiciones atmosféricas adversas, en zonas de tráfico denso, etc.).
- Actuaciones en caso de emergencias (accidentes, atracos).
- Conducción defensiva. Choques inevitables.
- Método para evitar accidentes. Tiempo de reacción.
- El conductor. Condiciones físicas y mentales necesarias. Características de un conductor defensivo.
- Alcohol y drogas, gran peligro: sus efectos sobre el organismo humano.
- Distancias: de seguridad, de reacción, de frenado, de parada.
- Regla de los “dos segundos”.
- La vía. Condiciones que afectan a la conducción de un vehículo. Adelantamientos.
- Factores que influyen en la seguridad de la conducción. Conducción en autopistas.
- Mantenimiento, orden y limpieza de los vehículos de dos y de cuatro ruedas.
- Manipulación manual de cargas.
- Almacenamientos seguros y correctos.
- El trabajo de pie y sentado, posturas adecuadas.
- Principios básicos de seguridad contra incendios.
- Utilización y factores de riesgo en el trabajo con carretillas.
- Principios básicos de primeros auxilios.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.



DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos mutua y Sepruma



TALLER DE PREVENCIÓN DEL TABAQUISMO – 19/V10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: por determinar

HORAS: por determinar

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / teórico práctico / semipresencial

DESTINATARIOS

Personal de administración y servicios.

OBJETIVOS

PROGRAMA

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: Técnicos de la Mutua



CURSO TÉCNICAS PARA EL CONTROL DEL ESTRÉS LABORAL – 20/V10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal de administración y servicios.

OBJETIVOS

Dar a conocer conceptos básicos y mostrar estrategias para prevenir y afrontar situaciones de estrés laboral

PROGRAMA

- Concepto de estrés laboral
- Estrés laboral
- Manejo del estrés en las organizaciones
- Cómo prevenir y afrontar situaciones de estrés laboral

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: experto y técnicos Sepruma



CURSO RIESGOS ASOCIADOS A TRABAJOS CON PVDs – 21/V10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 3

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal de administración y servicios.

OBJETIVOS

Detectar y solucionar situaciones incorrectas en los lugares de trabajo, mobiliario, posturas...para prevenir problemas de salud derivados del uso de PVDs. y mejorar el confort, la satisfacción y el rendimiento.

PROGRAMA

- Principales riesgos en los puestos de PVDs.
- Tipologías de pantallas.
- Técnicas de adecuación de los puestos.
- Factores ambientales.
- La fatiga física.
- Organización del trabajo en PVDs.
- Medidas preventivas.
- Técnicas y consejos
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: técnicos mutua y Sepruma



CURSO DE VOZ Y PREVENCIÓN VOCAL – 22/V10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 3

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / teórico-práctico / presencial.

DESTINATARIOS

Personal de administración y servicios.

OBJETIVOS

- Detectar y diagnosticar los problemas de voz existentes en el personal.
- Caracterizar los factores de riesgo existentes.
- Evaluar las consecuencias de los problemas de voz a nivel psicosocial, laboral y de calidad de vida.
- Establecer una estrategia terapéutica individualizada.
- Proponer medidas preventivas específicas en función de los factores de riesgo.

PROGRAMA

1. EL NACIMIENTO DE LA VOZ. LA RESPIRACIÓN

- Toma de conciencia del proceso natural de la respiración
- Mejora y ampliación de la capacidad respiratoria y la ventilación pulmonar
- Control durante la emisión del aire, corrección de anomalías y técnicas de relajación

2. EMISIÓN DE LA VOZ. EL SONIDO

- Toma de conciencia del esquema corporal
- Los resonadores. Los armónicos
- Proyección del sonido en el espacio
- Movimiento y sonido

3. ARTICULACIÓN DE LA VOZ. LA PALABRA

- Toma de conciencia de los órganos que participan en la articulación del sonido
- Fonema. Sílaba. Palabra
- Lectura mecánica o la importancia de las consonantes
- La música del lenguaje. La Prosodia



DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos Mutua



**SEMINARIO SOBRE MEDIDAS DE EMERGENCIA EN LOS EDIFICIOS DE LA UMA –
23/V10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: 1 por la mañana por cada centro de trabajo
1 por la tarde por cada centro de trabajo
(Se repetirán cada dos años, según planificación)

HORAS: 2

PLAZAS: indefinido

CARÁCTER: voluntario / teórico-práctico /presencial

DESTINATARIOS

Personal de administración y servicios

OBJETIVOS

Mediante charlas, dar a conocer a las personas adscritas al centro o edificio conocimiento elemental de los medios de extinción y medidas de emergencia en los edificios y su señalización.

PROGRAMA

Conceptos elementales de medios de extinción y medidas de emergencia en los edificios y su señalización.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: se organizarán por centros con convocatoria específica

HORARIO: Charlas de la mañana de 9 a 11 horas
Charlas de la tarde de 17 a 19 horas

PROFESORADO: Técnicos del Sepruma y de la mutua.

Estas charlas son independientes de los cursos específicos que con carácter obligatorio se realizarán para los miembros de las brigadas de intervención de los planes de autoprotección de los centros.



**SEMINARIO SOBRE EDUCACIÓN VIAL.
PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DE TRÁFICO AL IR O VOLVER DEL TRABAJO (IN-ITINERE
o en MISIÓN) – 24/V10/AS**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: 2

HORAS: 3

PLAZAS: 50

CARÁCTER: voluntario / teórico-práctico / presencial.

DESTINATARIOS

Personal de administración y servicios

OBJETIVOS

Dar a conocer a las personas que trabajan en la UMA los riesgos que conllevan el tráfico y nuestra actitud como conductores de vehículos (automóviles o motocicletas) y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Principios de la conducción preventiva y evitabilidad de los accidentes.
- Visión, anticipación, preservar un espacio de seguridad.
- El control del vehículo (automóvil o motocicleta) y del conductor.
- Estacionar y maniobrar.
- Principios básicos sobre primeros auxilios.
- Accidente in-itinere –vs- accidente en misión.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: técnicos del Sepruma



CURSO SOBRE RIESGOS PSICOSOCIALES - 25/V10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / presencial / teórico.

DESTINATARIOS

Personal de administración y servicios

OBJETIVOS

- Dotar a los asistentes de conocimientos sobre los riesgos laborales relacionados con la organización del trabajo y las estrategias eficaces para prevenirlos y controlarlos.
- Analizar las estrategias de prevención de riesgos psicosociales y medidas de intervención a aplicar en los equipos de trabajo.
- Difundir el reglamento de resolución de conflictos de origen psicosocial de la UMA.

PROGRAMA

- Conceptos.
- Fases.
- Prevención.
- Intervención.
 - Técnicas de control.
 - Reglamento UMA resolución de conflictos de origen psicosocial.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: expertos UMA y/o mutua y técnicos del Sepruma



CURSO SOBRE MANIPULACIÓN ADECUADA DE RESIDUOS PELIGROSOS – 26/O10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / semipresencial

DESTINATARIOS

Personal que gestiona este tipo de residuos

OBJETIVOS

PROGRAMA

- Definición y clasificación de residuos peligrosos
- Sistemas de tratamiento de residuos.
- Neutralización de residuos.
- Extracción.
- Efectos en la salud y en el ambiente.
- Manejo seguro.
- Minimización de residuos.
- Infraestructura de sistemas de manejo
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos mutua y Sepruma



CURSO SOBRE MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS – 27/V10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 3

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal que realice habitualmente estas labores.

OBJETIVOS

Dar a conocer los riesgos de la manipulación manual de cargas y las medidas preventivas correspondientes.

Profundizar en determinados riesgos que, por sus características, es frecuente encontrar en la UMA.

PROGRAMA

- Aspectos fisiológicos.
- Diferenciación de las operaciones de manipulación manual de cargas.
- Tipos de riesgo.
- Origen y causas del riesgo.
- Efectos de las lesiones.
- Control del riesgo.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: técnicos mutua y Sepruma



CURSO SOBRE PREVENCIÓN DEL DOLOR DE ESPALDA. ESCUELA DE ESPALDA – 28/V10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 8

PLAZAS: 8 asistentes por edición.

CARÁCTER: voluntario – teórico/práctico – presencial.

DESTINATARIOS

Personal de administración y servicios: Preferentemente trabajadores y trabajadoras que presenten algún tipo de patología relacionada con la espalda.

OBJETIVOS

Dar a conocer a los trabajadores y trabajadoras los riesgos asociados al dolor de espalda y estrategias para su prevención.

Mejorar los hábitos posturales, tanto en el ámbito laboral como extralaboral, para prevenir lesiones osteomusculares.

Promocionar habilidades para identificar y desdramatizar el dolor mecánico dorso-lumbar, cuando aparezca.

PROGRAMA

Con carácter general, la programación completa del curso de la “**Escuela de Espalda**”, se desarrolla en *seis sesiones repartidas en tres bloques que contienen, 4 sesiones teórico prácticas, una sesión a los seis meses de recordatorio y control y una sesión a los 12 meses de recordatorio y control. En cada fase, se pasarán encuestas de satisfacción y seguimiento.*

- **Presentación de la escuela**
 - Anatomía de la espalda
 - Naturaleza del dolor físico y orgánico
 - Causas del dolor y cómo identificarlas
- **Hábitos posturales**
- **Aprendizaje de habilidades. Taller práctico.**
 - Ejercicios y técnicas de relajación.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Personal sanitario de mutua (médico y/o fisioterapeuta)



CURSO SOBRE EFECTOS DEL CONSUMO DE ALCOHOL Y OTRAS DROGAS EN EL TRABAJO – 29/V10/AS

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: 1

HORAS: 12

PLAZAS: 25

CARÁCTER: voluntario – teórico/práctico – presencial.

DESTINATARIOS

Personal de administración y servicios.

OBJETIVOS

- Conocer los fundamentos básicos sobre los efectos y los riesgos de las drogas más consumidas en la actualidad.
- Conocer los principios, estrategias y recursos fundamentales para la prevención y atención de los trastornos asociados al consumo de alcohol y drogas.
- Reflexionar en común sobre la aplicación en las áreas personal, laboral y familiar de lo conocido en el curso.

PROGRAMA

1. Uso, abuso y dependencia de drogas.
2. Pautas de consumo, efectos y riesgos asociados de las sustancias sedantes, estimulantes y psicodislépticas.
3. Programas y recursos para la atención y prevención del abuso y dependencia de alcohol y drogas.
4. Actitudes y comportamientos preventivos en lo personal, laboral y familiar.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos de Centro Provincial de Drogodependencias.



CURSO	CODIGO	CARÁCTER	DESTINATARIOS	EDICIONES	PLAZAS	HORAS
PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DE LA UMA	01/O10/AS	obligatorio	Responsables y secretarías/os de grupos de mejora de las Unidades Funcionales	2	Indefinido	5
JORNADA DE ACOGIDA PARA PERSONAL DE NUEVO INGRESO	02/O10/AS	obligatorio	Personal de nuevo ingreso			
NIVEL BÁSICO DE PRL	03/VO10/AS	voluntario/ obligatorio	Colectivos con responsabilidades en su ámbito	2	25	50
BRIGADA DE INCENDIOS. ACTUACIONES EN CASO DE EMERGENCIA	04/O10/AS	obligatorio	Personal que forme parte de los equipos de emergencia y autoprotección			
COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS	05/O10/AS	obligatorio	Personal con competencias en la contratación y/o control de servicios ofrecidos por proveedores externos	2		5
PRIMEROS AUXILIOS. SOCORRISMO LABORAL	06/VO10/AS	voluntario/ obligatorio	Integrantes de brigadas de incendio			5
MANUAL DE GESTIÓN DE RESIDUOS PELIGROSOS	07/O10/AS	obligatorio	Personal de unidades donde se generan residuos peligrosos			5
RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE LABORATORIO	08/O10/AS	obligatorio	Personal de laboratorios			5
PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA LEGIONELOSIS	09/O10/AS	obligatorio	Personal que realiza mantenimiento higiénico-sanitario en instalaciones			



RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE OFICINA	10/O10/AS	obligatorio	Personal que trabaja en despachos			2
RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE ESCUELA INFANTIL	11/O10/AS	obligatorio	Personal de la escuela infantil			10
RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE INSTALACIONES DEPORTIVAS	12/O10/AS	obligatorio	Técnicos de instalaciones deportivas			10
RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE JARDINERIA	13/O10/AS	obligatorio	Personal de jardinería			5
RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE MANTENIMIENTO	14/O10/AS	obligatorio	Personal de mantenimiento			5
RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE BIBLIOTECA	15/O10/AS	obligatorio	Personal de biblioteca y su vicerrectorado			3
RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE CONSERJERIA	16/O10/AS	obligatorio	Personal de conserjería			3



RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE HOSTELERIA	17/O10/AS	obligatorio	Técnicos auxiliares de hostelería	1		3
RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE MENSAJERIA Y PAQUETERIA	18/O10/AS	obligatorio	Personal de mensajería-paquetería			5
PREVENCION DEL TABAQUISMO	19/V10/AS	voluntario	P.A.S.			
CONTROL DEL ESTRÉS LABORAL	20/V10/AS	voluntario	P.A.S.			5
RIESGOS ASOCIADOS A TRABAJOS CON PVD's	21/V10/AS	voluntario	P.A.S.			3
VOZ Y PREVENCION VOCAL	22/V10/AS	voluntario	P.A.S.			3
MEDIDAS DE EMERGENCIA EN LOS EDIFICIOS DE LA UMA	23/V10/AS	voluntario	P.A.S.	2/CENTRO	Indefinido	2
EDUCACION VIAL. PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DE TRÁFICO	24/V10/AS	voluntario	P.A.S.	2	50	3
RIESGOS PSICOSOCIALES:	25/V10/AS	voluntario	P.A.S.			5
MANIPULACION ADECUADA DE RESIDUOS PELIGROSOS	26/O10/AS	obligatorio	Personal que gestiona residuos peligrosos			5



MANIPULACION MANUAL DE CARGAS	27/V10/AS	voluntario	Personal que realiza tareas de manipulación manual de cargas			3
PREVENCION DEL DOLOR DE ESPALDA	28/V10/AS	voluntario	Personal que presente algún tipo de patología relacionada con la espalda		8 por edición	8
EFFECTOS DEL CONSUMO DE ALCOHOL Y OTRAS DROGRAS EN EL TRABAJO	29/V10/AS	Voluntario	P.A.S.	1	25	12



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA

Servicio de Prevención de
Riesgos Laborales (Sepruma)

PERSONAL DOCENTE E INVESTIGADOR



ÍNDICE

	Página
Jornada de acogida para personal de nuevo ingreso	3
Nivel básico de prevención de riesgos laborales	5
Brigada de incendios. Actuaciones en caso de emergencia.....	7
Coordinación de actividades preventivas	8
Primeros auxilios. Socorrismo laboral.....	10
Manual de gestión de residuos peligrosos	11
Manipulación adecuada de residuos peligrosos.....	12
Riesgos y medidas preventivas del PDI.....	13
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de oficina.....	14
Riesgos y medidas preventivas en trabajos de laboratorio	15
Manipulación manual de cargas	16
Prevención del dolor de espalda	17
Prevención del tabaquismo	18
Control del estrés laboral	19
Riesgos asociados a trabajos con PVD's	20
Voz y prevención vocal	21
Medidas de emergencia en los edificios de la UMA	22
Educación vial. Prevención de accidentes de tráfico	23
Riesgos psicosociales: bournout, mobbing, estrés laboral.....	24



JORNADA DE ACOGIDA PARA PERSONAL DE NUEVO INGRESO - 01/O10/DI

CARACTERÍSTICAS

La acogida se define como un acto de recepción, presentación de la Institución y de apoyo a la adaptación del personal de nuevo ingreso a su puesto de trabajo. Se trata de un proceso transversal en el que se implica toda la organización (Recursos Humanos, Calidad, Organización, Prevención, Unidades de destino de los nuevos trabajador@s, etc.

EDICIONES: En función de las incorporaciones.

HORAS:

PLAZAS:

CARÁCTER: Obligatorio/Presencial/Teórico.

DESTINATARIOS

Personal Docente e Investigador de nueva incorporación.

OBJETIVOS

- Facilitar la información y conocimientos necesarios a los trabajadores y a las trabajadoras de nuevo ingreso sobre la organización de la que han empezado a formar parte.
- Enseñarles procedimientos básicos y herramientas de su nuevo lugar de trabajo.
- Mostrarles la organización y transmitirles su cultura.

PROGRAMA

- La Universidad de Málaga y sus dependencias.
 - Órganos de Gobierno.
 - Áreas, Servicios, Departamentos, etc.
 - Órganos de representación.
- El Plan Estratégico de la UMA.
- Política de Calidad de la UMA.
- Herramientas informáticas básicas.
- Nociones básicas del Presupuesto de la UMA.
- Manual de Gestión Ambiental de la UMA.
- Política de Género. El Plan de Igualdad de la UMA.
- Formación Inicial básica en Prevención de Riesgos Laborales.
 - Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.
 - Planes de Autoprotección.
 - El Servicio de Prevención de RR.LL. de la UMA.



DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: por determinar.



CURSO DE NIVEL BÁSICO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES – 02/VO10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: 2 cada año

HORAS: 50

PLAZAS: 25 por cada edición

CARÁCTER: Voluntario (Obligatorio para colectivos con responsabilidades en su ámbito) / teórico-práctico / semipresencial (campus virtual).

DESTINATARIOS

- Delegados y Delegadas de prevención y miembros del Comité de Seguridad y Salud.
- Personal con funciones de coordinación de equipos de trabajo.
- Resto del personal en general.

OBJETIVOS

- Facilitar el ejercicio de las funciones y competencias propias de los delegados y delegadas de prevención y de los miembros del Comité de Seguridad y Salud.
- Capacitar para las tareas básicas en prevención de riesgos laborales.
- Facilitar recursos para cumplir con sus responsabilidades dentro del Plan de Prevención de Riesgos Laborales (PPRL)

PROGRAMA (según Decreto 26/2010, de 9 de febrero)

I. TEMARIO COMÚN (35 horas).

4. Módulo 1. Introducción a la prevención de riesgos laborales.
 - 4.1. Seguridad, salud y condiciones de trabajo.
 - 4.2. Normativa básica de la prevención de riesgos laborales.
 - 4.3. Organismos e instituciones de prevención de riesgos laborales en el ámbito comunitario, nacional y autonómico.
5. Módulo 2. Los riesgos laborales y su prevención.
 - 5.1. Riesgos asociados a los lugares de trabajo.
 - 5.2. Riesgos de las instalaciones y equipos de trabajo.
 - 5.3. Riesgos de las instalaciones eléctricas.
 - 5.4. Riesgo de incendios y el Plan de Emergencia y Evacuación.
 - 5.5. Riesgos ambientales derivados de agentes físicos.
 - 5.6. Riesgos asociados a los agentes químicos y biológicos.
 - 5.7. Riesgos asociados al diseño ergonómico de los puestos.
 - 5.8. Riesgos originados por factores de índole psicosocial.
6. Módulo 3. La gestión preventiva.
 - 6.1. El Plan de Prevención. Modelo de actuación y gestión preventiva.
 - 6.2. Registros y estadísticas de siniestralidad.



- 6.3. Participación y representación de los trabajadores y las trabajadoras.
- 6.4. Vigilancia de la salud.
- 6.5. Formación en prevención de riesgos laborales.
- 6.6. Investigación de accidentes.
- 6.7. Metodología y criterios técnicos de evaluación de riesgos y planificación preventiva.

II. REALIZACIÓN Y EXPOSICIÓN DE EJERCICIOS PRÁCTICOS (15 horas).

Aplicación en uno o más ejercicios prácticos relacionados con las actividades de la empresa, de los conocimientos comprendidos en los diferentes módulos, de acuerdo con los criterios del personal docentes, respecto del contenido de aquello.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos Sepruma.



**CURSO DE BRIGADA DE INCENDIOS. ACTUACIONES EN CASO DE EMERGENCIA.
ESPECÍFICO POR CENTROS – 03/O10/DI**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: En función de los planes de emergencia que se vayan implantando.

HORAS:

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal que forme parte de equipos de emergencia y tenga responsabilidades en los planes de autoprotección.

OBJETIVOS

Dar una información amplia y concreta sobre los riesgos de incendio existentes en los distintos puestos de trabajo y sus causas, las medidas básicas de prevención y los métodos de extinción aplicables en caso de que se origine un incendio. Dar a conocer los conceptos básicos regidos en el Plan de Emergencia de su Centro, y capacitarlos para actuar adecuadamente en caso de que se produzca una situación real de emergencia.

PROGRAMA

- Organización del Plan de autoprotección del centro.
- Instrucciones a seguir en caso de emergencia.
- Consignas en una Evacuación General.
- Primeros auxilios.
- Prácticas de extinción de incendios.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos empresa externa



SEMINARIO SOBRE COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS (responsabilidades en la contratación y subcontratación de empresas externas) – 04/O10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: 2

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / presencial

JUSTIFICACIÓN

La UMA, como todas las Administraciones, necesita contar con empresas externas con las que contrata la prestación de determinados servicios complementarios (obras, limpieza, reprografía, seguridad, actuaciones de mantenimiento, suministro e instalación de equipamiento, etc.). Ello conlleva la presencia física en los centros e instalaciones universitarias de personal de dichas empresas, ajeno a la propia plantilla. Personal frente al cual la UMA tiene una responsabilidad solidaria y subsidiaria según lo previsto en la legislación laboral y de prevención de riesgos.

Dada la trascendencia de esta cuestión, se hace necesario acometer un seminario para dar a conocer las obligaciones a que están sujetas las empresas y los sistemas de control y procedimientos que deben arbitrarse para que las empresas que contrata la Universidad cumplan con la legislación vigente.

Un conocimiento de esta materia propiciará que se trabaje en condiciones de seguridad y salud y a la vez que no se deriven perjuicios y responsabilidades legales para la Universidad.

OBJETIVOS

- Dar a conocer el Real Decreto 171/2004 que desarrolla el art. 24 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, referido a la coordinación de actividades empresariales.
- Conocer la normativa vigente en materia de contrata y las obligaciones que asume la parte contratante respecto al personal de la empresa contratista.
- Conocer la normativa relativa a prevención de riesgos laborales y los deberes, obligaciones y responsabilidades que la legislación impone a la parte contratante.
- Descubrir a los asistentes la necesidad de supervisar el cumplimiento por las empresas externas de las exigencias mínimas en prevención de riesgos laborales.

DESTINATARIOS

Personal que tiene competencias en la contratación de servicios con proveedores externos o en el control de la ejecución de dichos servicios.

Responsables de contratación o subcontratación de los Decanatos y Direcciones de Centros.

Delegados y delegadas de prevención.



PROGRAMA

1. Introducción.

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- Real Decreto 171/2004, de 30 de enero, por el que se desarrolla el artículo 24 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales.
- Aspectos recogidos en el Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

2. Desarrollo reglamentario del Real Decreto 171/2004 por el que se desarrolla el artículo 24 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales.

- Objeto, definiciones y objetivos de la coordinación.
- Deber de cooperación de las empresas concurrentes.
- Papel del empresario titular/principal del centro.
- Deber de vigilancia del empresario titular/principal.
- Medios de coordinación.

3. Procedimiento CAEUMA (Coordinación Actividades Empresariales de la UMA) y su implantación. (Aplicación práctica)

- Definiciones y objetivos de la coordinación de actividades.
- Deber de cooperación de las empresas concurrentes.
- Funciones y responsabilidades de la persona que actúa en nombre de la UMA.
- Medios de coordinación
- Documentación del CAEUMA (Aplicación práctica)

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos del SEPRUMA y experto/s en legislación laboral.



CURSO DE PRIMEROS AUXILIOS. SOCORRISMO LABORAL – 05/VO10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: Voluntario (excepto para miembros de brigadas de incendio integrantes de los planes de emergencia, que será obligatorio / teórico práctico / presencial).

DESTINATARIOS

Personal Docente e Investigador.

OBJETIVOS

- Aprender a valorar de forma básica la gravedad y estado del paciente.
- Enseñar la técnica para practicar una reanimación cardiopulmonar (RCP) básica.
- Discernir cómo actuar frente a los tipos de lesiones que se pueden dar con más frecuencia en el medio laboral.

PROGRAMA

- Primeros auxilios: concepto, objetivos y principios.
- Valoración inicial del accidentado.
- Reanimación cardiopulmonar (RCP) básica.
- Heridas y hemorragias.
- Lesiones osteomusculares.
- Quemaduras y electrocución.
- Otras situaciones de primeros auxilios.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: Por determinar.

HORARIO: Por determinar.

PROFESORADO: Personal Sanitario Sepruma.



CURSO SOBRE MANUAL DE GESTIÓN DE RESIDUOS PELIGROSOS – 06/O10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal de departamentos que generan residuos peligrosos.

OBJETIVOS

Dar a conocer el Manual de Gestión aprobado e implantado en la UMA.
Que los asistentes adquieran los conocimientos básicos para gestionar adecuadamente los residuos peligrosos generados en sus lugares de trabajo, bajo el asesoramiento del Sepruma.

PROGRAMA

- Introducción al Plan de prevención de la UMA.
- Ámbito normativo referente a la gestión de residuos peligrosos.
- El protocolo de gestión de residuos peligrosos.
- Organización de la gestión de residuos en la UMA.
- Identificación y clasificación de los residuos peligrosos.
- Selección y etiquetado de envases con residuos.
- Comunicaciones: solicitud de envases y de retirada.
- Centralización de residuos en la estación de transferencia del Campus Teatinos.
- Retirada por gestor autorizado.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnica Higiene del Sepruma



CURSO DE MANIPULACIÓN ADECUADA DE RESIDUOS PELIGROSOS – 07/V10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / teórico práctico / semipresencial

DESTINATARIOS

Personal que gestiona este tipo de residuos

OBJETIVOS

PROGRAMA

- Definición y clasificación de residuos peligrosos
- Sistemas de tratamiento de residuos.
- Neutralización de residuos.
- Extracción.
- Efectos en la salud y en el ambiente.
- Manejo seguro.
- Minimización de residuos.
- Infraestructura de sistemas de manejo
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos mutua y Sepruma



CURSO SOBRE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS DEL PERSONAL DOCENTE E INVESTIGADOR - 08/V10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: por determinar

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / teórico / presencial

DESTINATARIOS

Personal docente e investigador.
Personal investigador en formación

OBJETIVOS

- Dar a conocer al profesorado el marco normativo, conceptual y de responsabilidades en materia de Prevención de Riesgos Laborales (PRL)
- Dar a conocer al profesorado la política y organización en materia de PRL recogida en el Manual de PRL de la UMA, que promulga en primer lugar, la integración de la PRL en todas las actividades y decisiones que se realicen en nuestra institución.
- Dar a conocer al profesorado los distintos tipos de riesgos (de seguridad, de higiene, de ergonomía y psicología) existentes en su lugar de trabajo así como las medidas preventivas que pueden aplicar tanto al propio trabajo como a los conocimientos que transmitan al alumnado.

PROGRAMA

1. Ley 31/1995 de PRL y normas de desarrollo
2. Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA
3. Riesgos y medidas preventivas en la labor docente e investigadora.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos mutua y Sepruma



**CURSO SOBRE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE OFICINA –
09/O10/DI**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 2

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico / presencial

DESTINATARIOS

Personal docente e investigador.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a los trabajadores y a las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Legislación vigente.
- Diferencia entre Riesgo y Peligro.
- Pantallas de visualización de datos (ordenadores).
- Posturas de trabajo y manipulación manual de cargas.
- Aspectos higiénicos y ergonómicos de las condiciones de trabajo (sillas, mesas, iluminación...)
- Principios básicos de seguridad contra incendios.
- Principios básicos sobre primeros auxilios.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos mutua y Sepruma



**CURSO SOBRE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE LABORATORIO –
10/O10/DI**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: obligatorio / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal docente e investigador que trabaje en laboratorios.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a los trabajadores y las trabajadoras los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Recomendaciones para trabajos en laboratorios.
- Hábitos personales.
- Identificación de productos químicos.
- Traspase de productos químicos.
- Armarios de seguridad.
- Productos y reacciones químicas peligrosas.
- Eliminación de residuos.
- Actuación en caso de incidentes:
 - En caso de vertidos.
 - Salpicaduras.
 - Ingestión.
 - Incendio.
- Recomendaciones para laboratorios de alumnos.
- Hábitos de trabajo.
- Trabajos con muestras biológicas.
- Trabajos con riesgo biológico (sangre o fluidos).
- Peligrosidad de los productos químicos.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Técnicos de Mutua



CURSO SOBRE MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS – 11/V10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 3

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal docente e investigador que realice habitualmente estas labores.

OBJETIVOS

Dar a conocer los riesgos de la manipulación manual de cargas y las medidas preventivas correspondientes.

Profundizar en determinados riesgos que, por sus características, es frecuente encontrar en la UMA.

PROGRAMA

- Aspectos fisiológicos.
- Diferenciación de las operaciones de manipulación manual de cargas.
- Tipos de riesgo.
- Origen y causas del riesgo.
- Efectos de las lesiones.
- Control del riesgo.
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: técnicos mutua y Sepruma



**CURSO SOBRE PREVENCIÓN DEL DOLOR DE ESPALDA. ESCUELA DE ESPALDA –
12/V10/DI**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: Por determinar
HORAS: 8
PLAZAS: 8 asistentes por edición.
CARÁCTER: voluntario – teórico/práctico – presencial.

DESTINATARIOS

Preferentemente trabajadores y trabajadoras que presenten algún tipo de patología relacionada con la espalda.
Personal docente e investigador
Personal investigador en formación

OBJETIVOS

Dar a conocer a los trabajadores y trabajadoras los riesgos asociados al dolor de espalda y estrategias para su prevención.
Mejorar los hábitos posturales, tanto en el ámbito laboral como extralaboral, para prevenir lesiones osteomusculares.
Promocionar habilidades para identificar y desdramatizar el dolor mecánico dorso-lumbar, cuando aparezca.

PROGRAMA

Con carácter general, la programación completa del curso de la “**Escuela de Espalda**”, se desarrolla en *seis sesiones repartidas en tres bloques que contienen, 4 sesiones teórico prácticas, una sesión a los seis meses de recordatorio y control y una sesión a los 12 meses de recordatorio y control. En cada fase, se pasarán encuestas de satisfacción y seguimiento.*

- **Presentación de la escuela**
 - Anatomía de la espalda
 - Naturaleza del dolor físico y orgánico
 - Causas del dolor y cómo identificarlas
- **Hábitos posturales**
- **Aprendizaje de habilidades. Taller práctico.**
 - Ejercicios y técnicas de relajación.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determina.
HORARIO: por determinar.
PROFESORADO: Personal sanitario de mutua (médico y/o fisioterapeuta)



TALLER DE PREVENCIÓN DEL TABAQUISMO – 13/V10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: por determinar

HORAS: por determinar

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / teórico práctico / semipresencial

DESTINATARIOS

Personal Docente e Investigador.

OBJETIVOS

PROGRAMA

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: Técnicos de la Mutua



CURSO TÉCNICAS PARA EL CONTROL DEL ESTRÉS LABORAL – 14/V10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 5

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal Docente e Investigador.

OBJETIVOS

Dar a conocer conceptos básicos y mostrar estrategias para prevenir y afrontar situaciones de estrés laboral

PROGRAMA

- Concepto de estrés laboral
- Estrés laboral
- Manejo del estrés en las organizaciones
- Cómo prevenir y afrontar situaciones de estrés laboral

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: experto y técnicos Sepruma



CURSO RIESGOS ASOCIADOS A TRABAJOS CON PVDs – 15/V10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:

HORAS: 3

PLAZAS:

CARÁCTER: voluntario / teórico práctico / presencial

DESTINATARIOS

Personal Docente e Investigador
Personal Investigador en Formación.

OBJETIVOS

Detectar y solucionar situaciones incorrectas en los lugares de trabajo, mobiliario, posturas...para prevenir problemas de salud derivados del uso de PVDs. y mejorar el confort, la satisfacción y el rendimiento.

PROGRAMA

- Principales riesgos en los puestos de PVDs.
- Tipologías de pantallas.
- Técnicas de adecuación de los puestos.
- Factores ambientales.
- La fatiga física.
- Organización del trabajo en PVDs.
- Medidas preventivas.
- Técnicas y consejos
- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la UMA.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: técnicos mutua y Sepruma



CURSO DE VOZ Y PREVENCIÓN VOCAL – 16/V10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: Por determinar
HORAS: 3
PLAZAS:
CARÁCTER: voluntario / teórico-práctico / presencial.

DESTINATARIOS

Personal docente e investigador

OBJETIVOS

- Detectar y diagnosticar los problemas de voz existentes en el personal.
- Caracterizar los factores de riesgo existentes.
- Evaluar las consecuencias de los problemas de voz a nivel psicosocial, laboral y de calidad de vida.
- Establecer una estrategia terapéutica individualizada.
- Proponer medidas preventivas específicas en función de los factores de riesgo.

PROGRAMA

1. EL NACIMIENTO DE LA VOZ. LA RESPIRACIÓN
 - Toma de conciencia del proceso natural de la respiración
 - Mejora y ampliación de la capacidad respiratoria y la ventilación pulmonar
 - Control durante la emisión del aire, corrección de anomalías y técnicas de relajación
2. EMISIÓN DE LA VOZ. EL SONIDO
 - Toma de conciencia del esquema corporal
 - Los resonadores. Los armónicos
 - Proyección del sonido en el espacio
 - Movimiento y sonido
3. ARTICULACIÓN DE LA VOZ. LA PALABRA
 - Toma de conciencia de los órganos que participan en la articulación del sonido
 - Fonema. Sílabas. Palabra
 - Lectura mecánica o la importancia de las consonantes
 - La música del lenguaje. La Prosodia

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: Mutua



SEMINARIO SOBRE MEDIDAS DE EMERGENCIA EN LOS EDIFICIOS DE LA UMA – 17/V10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: 1 por la mañana por cada centro de trabajo
1 por la tarde por cada centro de trabajo

HORAS: 2

PLAZAS: indefinido

CARÁCTER: voluntario / teórico-práctico /presencial

DESTINATARIOS

Personal docente e investigador

OBJETIVOS

Mediante charlas, dar a conocer a las personas adscritas al centro o edificio conocimiento elemental de los medios de extinción y medidas de emergencia en los edificios y su señalización.

PROGRAMA

Conceptos elementales de medios de extinción y medidas de emergencia en los edificios y su señalización.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: se organizarán por centros con convocatoria específica

HORARIO: Charlas de la mañana de 9 a 11 horas
Charlas de la tarde de 17 a 19 horas

PROFESORADO: Técnicos del Sepruma y de la mutua.

Estas charlas son independientes de los cursos específicos que con carácter obligatorio se realizarán para los miembros de las brigadas de intervención de los planes de autoprotección de los centros.



**SEMINARIO SOBRE EDUCACIÓN VIAL.
PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DE TRÁFICO AL IR O VOLVER DEL TRABAJO (IN-ITINERE o
en MISIÓN) – 18/V10/DI**

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES: 2

HORAS: 3

PLAZAS: 50

CARÁCTER: voluntario / teórico-práctico / presencial.

DESTINATARIOS

Personal docente e investigador
Personal Investigador en Formación

OBJETIVOS

Dar a conocer a las personas que trabajan en la UMA los riesgos que conllevan el tráfico y nuestra actitud como conductores de vehículos (automóviles o motocicletas) y las medidas preventivas a adoptar para eliminar o reducir/controlar estos riesgos.

PROGRAMA

- Principios de la conducción preventiva y evitabilidad de los accidentes.
- Visión, anticipación, preservar un espacio de seguridad.
- El control del vehículo (automóvil o motocicleta) y del conductor.
- Estacionar y maniobrar.
- Principios básicos sobre primeros auxilios.
- Accidente in-itinere –vs- accidente en misión.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar.

HORARIO: por determinar.

PROFESORADO: técnicos del Sepruma



CURSO SOBRE RIESGOS PSICOSOCIALES - 19/V10/DI

CARACTERÍSTICAS

EDICIONES:
HORAS: 5
PLAZAS:
CARÁCTER: voluntario / presencial / teórico.

DESTINATARIOS

Personal docente e investigador
Personal investigador en formación

OBJETIVOS

- Dotar a los asistentes de conocimientos sobre los riesgos laborales relacionados con la organización del trabajo y las estrategias eficaces para prevenirlos y controlarlos.
- Analizar las estrategias de prevención de riesgos psicosociales y medidas de intervención a aplicar en los equipos de trabajo.
- Difundir el reglamento de resolución de conflictos de origen psicosocial de la UMA.

PROGRAMA

- Conceptos.
- Fases.
- Prevención.
- Intervención.
 - Técnicas de control.
 - Reglamento UMA resolución de conflictos de origen psicosocial.

DESARROLLO

FECHA y LUGAR: por determinar

HORARIO: por determinar

PROFESORADO: expertos UMA y/o mutua y técnicos del Sepruma



CURSO	CODIGO	CARÁCTER	destinatarios	EDICIONES	PLAZAS	HORAS
JORNADA DE ACOGIDA PARA PERSONAL DE NUEVO INGRESO	01/O10/DI	obligatorio	Personal de nuevo ingreso			
NIVEL BASICO DE PRL	02/VO10/DI	voluntario/ obligatorio	Colectivos con responsabilidades en su ámbito	2	25 por edición	50
BRIGADA DE INCENDIOS. ACTUACIONES EN CASO DE EMERGENCIA	03/O10/DI	obligatorio	Personal que forme parte de los equipos de emergencia y autoprotección			
COORDINACION DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS	04/O10/DI	obligatorio	Personal con competencias en la contratación y/o control de servicios ofrecidos por proveedores externos	2		5
PRIMEROS AUXILIOS. SOCORRISMO LABORAL	05/VO10/DI	voluntario/ obligatorio	Integrantes de brigadas de incendio			5
MANUAL DE GESTION DE RESIDUOS PELIGROSOS	06/O10/DI	obligatorio	Personal de departamentos donde se generan residuos peligrosos			5



MANIPULACION ADECUADA DE RESIDUOS PELIGROSOS	07/V10/DI	voluntario	Personal que gestiona residuos peligrosos			5
RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS DEL P.D.I.	08/V10/DI	voluntario	P.D.I.			5
RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE OFICINA	09/O10/DI	obligatorio	P.D.I.			2
RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN TRABAJOS DE LABORATORIO	10/O10/DI	obligatorio	Personal que trabaje en laboratorios			5
MANIPULACION MANUAL DE CARGAS	11/V10/DI	voluntario	Personal que realiza tareas de manipulación manual de cargas			3
PREVENCION DEL DOLOR DE ESPALDA	12/V10/DI	voluntario	Personal que presentan algún tipo de patología relacionada con la espalda		8 por edición	8



PREVENCIÓN DEL TABAQUISMO	13/V10/DI	voluntario	P.D.I.			
CONTROL DEL ESTRÉS LABORAL	14/V10/DI	voluntario	P.D.I.			
RIESGOS ASOCIADOS A TRABAJOS CON PVD's	15/V10/DI	voluntario	P.D.I.			3
VOZ Y PREVENCIÓN VOCAL	16/V10/DI	voluntario	P.D.I.			3
MEDIDAS DE EMERGENCIA EN LOS EDIFICIOS DE LA UMA	17/V10/DI	voluntario	P.D.I.	2/CENTRO	INDEFINIDO	2
EDUCACIÓN VIAL. PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DE TRAFICO	18/V10/DI	voluntario	P.D.I.	2	50	3
RIESGOS PSICOSOCIALES:	19/V10/DI	voluntario	P.D.I.			5