

# CATÁLOGO DE FORMACIÓN

**Instituto Regional de Seguridad y  
Salud en el Trabajo**

**2021**



# Aviso importante

El Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo, debido a la situación sanitaria provocada por la pandemia, se ha visto obligado a reorganizar su oferta formativa primando, como no podía ser de otra manera, la seguridad y salud de todas las personas trabajadoras, pertenezcan al profesorado o al alumnado.

Por ello, se ha modificado y se irá adaptando el Catálogo de Formación 2021 en función de la evolución sanitaria, priorizando la formación a distancia, realizando presencialmente solo aquellas actuaciones que puedan garantizar la seguridad y la salud de todos los implicados. No obstante, con la publicación de las fechas de cada una de las acciones formativas, se determinará la forma de impartición.

De todas estas modificaciones, el IRSST irá informando puntualmente a través de la página web.

*¡Gracias por vuestra comprensión!*

# iMe inscribo!

## MODO DE PRESENTACIÓN

- ▣ **Gestión telemática:**
- ▣ **Correo electrónico:** [catalogo@madrid.org](mailto:catalogo@madrid.org)
- ▣ **Correo postal:** C/Ventura Rodríguez, 7 -3º  
Planta. 28008 Madrid
- ▣ **En la Sede del IRSST:** C/Ventura Rodríguez, 7 -3º  
Planta. Madrid.

**ENLACE DE  
SOLICITUD**

## MÁS INFORMACIÓN

**Página Web del IRSST**



**Teléfonos:**

91.420.58.05

900.713.123



# AULA DE COMPETENCIAS **BÁSICAS EN SEGURIDAD Y SALUD**

- ∞ Curso: Básico
- ∞ Curso: Complemento sector Construcción
- ∞ Curso: Delegados de prevención en sector Construcción
- ∞ Curso: Complemento sector Sanidad
- ∞ Curso: Formación de reciclaje de operarios que ejecutan trabajos con exposición a amianto



# AULA DE COMPETENCIAS **ESPECÍFICAS EN SEGURIDAD Y SALUD (I)**

- ∞ Curso: Carga física. Evaluación y Medidas Preventivas
- ∞ Jornada: Calidad de ambiente interior
- ∞ Jornada: Envejecimiento de la población trabajadora y TME
- ∞ Jornada: La salud en los salones de belleza: riesgos higiénicos y ergonómicos
- ∞ Taller: Portones industriales
- ∞ Jornada: Investigación de la Enfermedad Profesional
- ∞ Curso: Prevención de Riesgos frente a la Exposición de Campos Electromagnéticos: Aplicación teórico práctica de la normativa
- ∞ Curso: ATEX e incendios
- ∞ Taller: Ayudas y soluciones en la gestión de la prevención para PYMES y micro PYMES

# AULA DE COMPETENCIAS **ESPECÍFICAS EN SEGURIDAD Y SALUD (II)**

- ∞ Taller práctico para PYMES: Elige los equipos de protección adecuados
- ∞ Jornada: La gestión de la CAE en eventos y el papel de los autónomos
- ∞ Taller: Cultura Preventiva: implantación y evaluación
- ∞ Jornada: La Norma UNE EN 689: 2019 aplicada a los planes de trabajo con riesgo de exposición a amianto
- ∞ Foro de Servicios de Prevención Ajenos: III Encuentro
- ∞ Cursos para capacitación de auditores de prevención de riesgos laborales
- ∞ Jornada de buenas prácticas para evitar contagios por el COVID19. Sistema de gestión

# AULA DE CONSTRUCCIÓN

- ∞ Jornada: ¿Se considera el montaje de eventos obra de construcción?
- ∞ Jornada: Seguridad y Salud en Construcción y Amianto: FAQs
- ∞ Jornada: Innovaciones en trabajos en altura en el sector de construcción

# AULA DE PSICOSOCIOLOGÍA Y COMPETENCIAS SOCIALES

- ∞ Jornada: La digitalización y su impacto en los riesgos psicosociales: retos y oportunidades
- ∞ Jornada: Liderar en tiempos de cambio. Claves para promover el bienestar y la salud a digitalización y su impacto en los riesgos psicosociales
- ∞ Jornada: Competencias emocionales en el trabajo. Inteligencia emocional en la era Covid
- ∞ Jornada: Gestión de los conflictos psicosociales en el entorno laboral. Protocolos de prevención y actuación
- ∞ Jornada: Patologías no traumáticas. Enfermedades cardiovasculares
- ∞ Taller: Coaching de Equipos aplicado a la Seguridad y Salud
- ∞ Jornada: Gestión de conflictos en Seguridad y Salud
- ∞ Cultura preventiva y cambio de comportamiento en Seguridad y Salud

# ESCUELA DE LA **SEGURIDAD VIAL**

- ∞ Jornada: Seguridad y salud en el sector del transporte por carretera
- ∞ Jornada: Seguridad Vial en el contexto de recuperación de la COVID-19

# ESCUELA DEL **BIENESTAR** **LABORAL**

- ∞ Jornada: II Encuentro CO-Working: Hablemos de Teletrabajo
- ∞ Taller: Reforzar el sistema inmunológico en tiempos de pandemia
- ∞ Formación básica de dinamizadores internos en hábitos saludables
- ∞ Agenda 2030: salud y bienestar. Trabajo decente y crecimiento económico
- ∞ Jornada: La oficina que tú eliges: Trabajo a distancia
- ∞ Taller: Educando nuestra voz
- ∞ Jornada: bienestar en el trabajo y empresa saludable

# FORMACIÓN AD HOC (DÍAS EN VERDE)

- ∞ EL valor de los profesionales sociosanitarios durante la pandemia
- ∞ Nuevas realidades organizativas desde un enfoque PRL
- ∞ Jornada: Poner el foco en la diversidad y la inclusión (poder ser yo)
- ∞ Jornada: La inteligencia artificial y su aplicación a las PYMES
- ∞ PRL y empleos verdes. ¡Por una transición justa!
- ∞ Políticas de Igualdad de género y necesidades PRL
- ∞ Conciliación y teletrabajo tras el coronavirus

# FORMACIÓN AD HOC {DÍAS EN ABIERTO}

- ∞ Curso: Procedimiento administrativo para las obras de retirada de amianto en la Comunidad de Madrid
- ∞ Curso: Formación en PRL para policías locales (Pozuelo de Alarcón)
- ∞ Taller: Investigación de accidentes para alumnado del ciclo formativo Técnico Superior en prevención de riesgos laborales
- ∞ Taller: Equipos de trabajo para alumnado de ciclo formativo Técnico Superior en Prevención de Riesgos Profesionales
- ∞ Jornada: Investigación de accidentes en primera persona

# ESCUELA DE COMPETENCIAS EN SEGURIDAD Y SALUD

---

AULA DE COMPETENCIAS BÁSICAS



# Curso BÁSICO (35h)

- Capacitación para ejercer las funciones del nivel básico, recogidas en el artículo 35 del RD 39/1997.
- Actividades no incluidas en anexo I del RD 39/1997.
- Continuar mi aprendizaje asistiendo a formación especializada, jornada y talleres.



**¡Certificado digital de aprovechamiento!**

## Cuándo se puede realizar

Dada la situación actual todas las acciones formativas se impartirán en la modalidad a distancia. No obstante, con la publicación de las fechas de cada una de las ediciones, se determinará la forma de impartición.

# Curso COMPLEMENTO SECTOR CONSTRUCCION (30h)

- Complemento formativo para ejercer las funciones de nivel básico en el sector de la construcción (VI convenio).
- Obtener el certificado de nivel básico de 60 horas, una vez superado el curso básico (30h) y el complemento del sector de la construcción (30h).

A DISTANCIA

¡¡Sólo **ALUMNOS**  
con el certificado  
**CURSO BÁSICO**  
**IRSST!!!**



# Curso COMPLEMENTO DELEGADOS DE PREVENCIÓN (10h)

- Conseguir la formación mínima para ejercer como delegado de prevención en el sector de la construcción (VI convenio).
- Obtener el certificado de nivel básico de 70 horas, una vez superado el curso básico (30h), el complemento sector construcción (30h) y el complemento delegados de prevención (10h).

A DISTANCIA

iii Sólo **ALUMNOS**  
con el certificado  
**CURSO BÁSICO**  
**SECTOR**  
**CONSTRUCCIÓN**  
**IRSST!!!**



# Curso COMPLEMENTO SECTOR SANITARIO (20h)

- Capacidades y aptitudes exigidas por la norma (RD 39/97, de 17 de enero) para ejercer las funciones de nivel básico PRL en el sector sanitario.
- Especialización en la identificación de los riesgos y el establecimiento de las medidas preventivas específicas.

A DISTANCIA

¡¡Sólo **ALUMNOS**  
con el certificado  
**CURSO BÁSICO**  
**IRSST!!!**



# Jornada FORMACIÓN RECICLAJE DE OPERARIOS QUE EJECUTAN TRABAJOS CON RIESGO CON EXPOSICIÓN A AMIANTO (6 h)

- Planes de trabajo.
- Verificación, identificación y vigilancia de lugar de trabajo y su entorno. Señalización y acotamiento. Riesgos y medidas preventivas necesarias.
- Prácticas seguras de trabajo en la manipulación y retirada de materiales que contienen amianto. Equipos de trabajo.
- Evaluación y control del ambiente de trabajo. Medición de la concentración de fibras de amianto en el aire y resultados.
- Equipos de protección personal (protección respiratoria, ropa de protección, etc)
- Utilización de las cabinas de descontaminación.



# ESCUELA DE COMPETENCIAS EN SEGURIDAD Y SALUD

---

AULA DE COMPETENCIAS ESPECÍFICAS



*Curso*

# CARGA FÍSICA: EVALUACIÓN Y MEDIDAS PREVENTIVAS (10 h)

- Identificación de factores de carga física: manipulación manual de cargas, posturas forzadas, movimientos repetitivos y movilización de personas.
- Métodos de evaluación para los riesgos identificados.
- Herramientas de evaluación rápida.
- Soluciones ergonómicas: alternativas en el mercado y buenas prácticas ergonómicas.

A DISTANCIA

5 días (2 horas/día)

1 edición



# *Jornada* EL AIRE INTERIOR Y LA SALUD (2,5 h)

- El concepto de calidad de ambiente interior.
- Factores químicos, físicos y biológicos.
- El confort y bienestar de los trabajadores.
- Problemas de salud derivados (síndrome del edificio enfermo, lipoatrofia, legionella...)
- Criterios legales y técnicos.
- Sistemas de certificación de C.A.I.



A DISTANCIA

1 día

Tercer trimestre



# *Jornada* ENVEJECIMIENTO DE LA POBLACIÓN TRABAJADORA Y TME (2,5 h)

- Introducción demográfica.
- Actuaciones desde el IRSST.
- Veteranía vs envejecimiento.
- TME y edad.
- Vigilancia de la salud específica.
- Visión de futuro: necesidades.



1 día

Segundo trimestre



*Jornada*

# LA SALUD EN LOS SALONES DE BELLEZA. Riesgos higiénicos y ergonómicos (2,5 h)

- Presentación de las publicaciones diseñadas desde el organismo.
- Resultado de las actuaciones llevadas a cabo.
- Riesgos higiénicos derivados del uso de productos químicos.
- Riesgos ergonómicos derivados de las posturas de trabajo
- Principales dolencias en el sector (dermatitis, asma, TME...).
- Medidas y soluciones prácticas.



A DISTANCIA

1 día

Cuarto trimestre



*Taller*

# PORTONES INDUSTRIALES PARA TÉCNICOS DE PREVENCIÓN (5 h)

- Principales tipos de portones.
- Requisitos legales.
- Medidas preventivas obligatorias y recomendables en los distintos tipos de portones.
- Comprobaciones documentales y técnicas a realizar a la hora de evaluar un portón.
- Medidas preventivas a implantar.



1 día

Primer trimestre

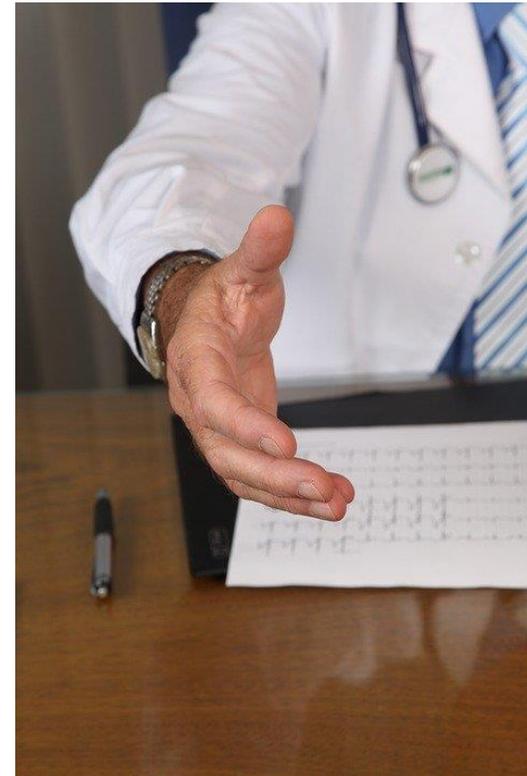


# *Jornada* INVESTIGACIÓN DE LA ENFERMEDAD PROFESIONAL (4 h)

- Presentación del curso
- Identificación de las enfermedades profesionales
- Metodología de investigación de la enfermedad profesional
- Requisitos legales
- Presentación de un caso práctico



1 día



# Curso/Webinar ATEX E INCENDIOS (2 h)

- Conocer las diferentes metodologías para realizar la determinación y extensión de las zonas en locales con riesgo de incendio o explosión.
- Proteger a las personas trabajadoras contra atmosferas explosivas e incendio
- Analizar la importancia de la evaluación específica de riesgos ATEX e Incendios.

A DISTANCIA

1 día

Primer trimestre



# Curso/Webinar PREVENCIÓN DE RIESGOS FRENTE A LA EXPOSICIÓN DE CAMPOS ELECTROMAGNÉTICOS (2 h)

- CEM y salud.
- El impacto tecnológico.
- Conceptos básicos sobre los campos electromagnéticos.
- Riesgos para la salud derivados de CEM y las medidas de prevención.
- Evaluación de la exposición.



1 día

Primer trimestre



# Taller

## TALLER PARA PYMES Y MICROPYMES: AYUDAS Y SOLUCIONES EN LA GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN (1,5 h)

- Qué modalidad es más rentable (Mejor lo decides al final)
- Gestión documental: Documentos, para qué sirven, quién los puede hacer.
- Personas trabajadoras: A qué tienen derecho vs a qué estoy obligado
- ¿Cuánto me va a costar? (Inversión rentable)
  - Subvenciones, (Líneas de subvención abiertas)
  - Bonificaciones; (Mutuas de AT y EP)
  - Prevención 25
- Asesoramiento gratuito: IRSST, INSST, Agentes sociales vs organizaciones empresariales/sector (Convenios de colaboración), ITSS.
- ¿Te has decidido?...Dudas..



1 día



*Taller*

# TALLER PRÁCTICO PARA PYMES: ELIGE LOS EQUIPOS DE PROTECCIÓN ADECUADOS (1,5 h)

- Tipos y clases de equipos de protección.
- Criterios para su elección.
- Normativa de comercialización y uso.
- Equipos de protección frente a contagios por la COVID-19.
- Recursos prácticos de utilidad.

A DISTANCIA

1 día



# *Jornada* LA GESTIÓN DE LA CAE EN EVENTOS Y EL PAPEL DE LOS AUTÓNOMOS (1,5 h)

- Coordinación de actividades empresariales en eventos públicos: Dificultades documentales más frecuentes que se presentan.
- El autónomo y la CAE en el sector de la madera.
- Buenas prácticas en CAE: Una propuesta efectiva, una filosofía: Simply CAE.



1 día



# Taller/seminario web CULTURA PREVENTIVA: EVALUACIÓN E IMPLANTACIÓN (3 h)

- Metodologías y herramientas que permiten valorar la situación de la cultura preventiva en una organización, tales como NOSACQ-50, PJHA, Casi accidentes, OPS, BBS, Loto, Diagrama ERAF, Customer Journey Map.
- Dimensiones, fases e indicadores.
- El clima preventivo.
- Herramientas de diagnóstico.
- Actitudes colectivas que la identifican.
- Planificación y prácticas de mejora.



1 día



*Jornada*

# NORMA 689:2019 APLICADA A LOS PLANES DE TRABAJO CON RIESGO DE EXPOSICIÓN A AMIANTO (2 h)

- Evaluación de la exposición laboral según UNE EN 689
  - 1.1 Factores de exposición del lugar de trabajo
  - 1.2 Estimación de la exposición
  - 1.3 Conclusiones de la caracterización inicial
- Estrategia de muestreo según nueva norma UNE EN 689
  - 2.1 La medición
  - 2.2 Duración del muestreo
  - 2.3 Número de mediciones a realizar
  - 2.4 Validación del GES
  - 2.5 Periodicidad de las nuevas mediciones
- Elaboración del informe según UNE EN 689



1 día



*Foro*

# SERVICIOS DE PREVENCIÓN AJENOS: III ENCUENTRO (4 h)

- Análisis de la situación del sector.
- Exigencias legales y dificultades en el cumplimiento.
- Criterios de calidad en la gestión del servicio.
- Intrusismo y competencia.
- Actuaciones IRSST.
- Dudas y demandas de organizaciones representativas.



1 día



*Curso*

# CURSOS PARA CAPACITACIÓN DE AUDITORES DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES (20 h)

- Elementos que conforman un sistema de gestión de la prevención.
- Contenido de la auditoria legal del sistema de PRL.
- Visión general del proceso de auditoría.
- Realización de auditoria:
  - Preparación.
  - Trabajo de campo.
  - Informe final.
- Actividades de seguimiento.



4 días  
2 ediciones



*Jornada*

# BUENAS PRÁCTICAS PARA EVITAR CONTAGIOS POR EL COVID-19 (3 h)

- Recomendaciones y medidas actualizadas de prevención.
- Evaluación del riesgo de exposición
- Medidas de carácter organizativo, de protección colectiva y de protección personal.
- Trabajadores especialmente vulnerables.
- Manejo de casos y contactos ocurridos en la empresa.
- Normativa de aplicación y recursos de utilidad.



1 día



# ESCUELA DE COMPETENCIAS EN SEGURIDAD Y SALUD

---

AULA DE PSICOSOCIOLOGÍA Y COMPETENCIAS SOCIALES

*Jornada*

# LA DIGITALIZACIÓN Y SU IMPACTO EN LOS RIESGOS PSICOSOCIALES. RETOS Y OPORTUNIDADES (5 h)

- Concepto de digitalización y teletrabajo
- La nueva economía basada en información y comunicación
- Trabajadores del conocimiento
- Ventajas e inconvenientes
- Perfil de la persona teletrabajadora
- Repercusiones organizativas y sociales
- Trabajo emocional



A DISTANCIA

◦ 1 edición



*Jornada*

# LIDERAR EN TIEMPOS CAMBIO. CLAVES PROMOVER BIENESTAR Y SALUD A DIGITALIZACIÓN Y SU IMPACTO EN LOS RIESGOS PSICOSOCIALES (5 h)

- Tiempos de cambio
- Crisis de la noción tradicional de puesto de trabajo
- Características de los nuevos puestos de trabajo. Cambios en la relación empresa y empleados
- ¿Emerge un nuevo liderazgo? Liderando cambios en la organización
- Importancia de un entorno de bienestar y seguridad psicológica
- Liderando la salud y bienestar
- Introducción a la aplicación de las nuevas tecnologías. Flexibilidad del mercado laboral
- Riesgos psc emergentes
- Prevención y Recomendaciones de bienestar y salud



◦ 1 edición



*Jornada*

# COMPETENCIAS EMOCIONALES EN EL TRABAJO. IE EN LA ERA COVID (5 h)

- ¿Qué son las competencias? Modelos de competencias.
- Modelos de competencias en la gestión de RRHH
- El concepto de emoción. Una nueva noción de inteligencia
- Necesidad de las competencias emocionales. Importancia actual de las soft skills
- La utilización y características de las competencias emocionales
- Métodos para el desarrollo de las competencias emocionales
- Entrenamiento en competencias interpersonales y personales
- Entrenamiento dirigido a problemas individuales



◦ 1 edición



# *Jornada* GESTIÓN DE LOS CONFLICTOS PSICOSOCIALES EN EL ENTORNO LABORAL. PROTOCOLOS DE PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN (5 h)

- Dotar de protocolos de convivencia que previenen y canalizan los conflictos laborales y es una garantía de una comunicación preventiva.
- Abordar los conflictos de una manera natural en los equipos de trabajo.

A DISTANCIA

◦ 1 edición



*Jornada*

# PATOLOGÍAS NO TRAUMÁTICAS. ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES (5 h)

- Trata de incorporar a la investigación en prevención de riesgos laborales de los accidentes de trabajo por patologías de origen vascular, herramientas de evaluación psicosocial que identifiquen la de alta presión psicológica y escaso control y muestre la exposición de las personas trabajadoras a los factores psicosociales presentes en el entorno de trabajo.



◦ 1 edición



# Taller

## COACHING DE EQUIPOS APLICADO A LA SEGURIDAD Y SALUD (16 h)

- Conocer qué es el coaching de equipo.
- Aprender a identificar y trabajar sobre las creencias limitantes colectivas en la implantación de políticas de Seguridad y Salud.
- Identificar qué herramientas grupales pueden ser aplicables a su organización o equipo de trabajo.

A DISTANCIA

1 edición



# Taller

## GESTIÓN DE CONFLICTOS EN SEGURIDAD Y SALUD (16 h)

- Mejorar las habilidades para identificar y gestionar los conflictos en seguridad y salud en etapas tempranas, con el objetivo de evitar que el conflicto se escale.
- Aprender a diseñar estrategias inclusivas de las partes habituales en conflicto en el ámbito de la Seguridad y Salud y la empresa en general para mejorar la colaboración.
- Mejorar la aceptación de las estrategias y herramientas de seguridad y salud en la empresa.



A DISTANCIA

1 edición



# Taller

## CULTURA PREVENTIVA Y CAMBIO DE COMPORTAMIENTO EN SEGURIDAD Y SALUD (16 h)

- Conocer las dimensiones culturales que ayudan o imposibilitan mejoras en la seguridad y salud.
- Aprender a realizar acciones con los grupos de interés para facilitar el cambio de comportamiento.
- Mejorar el impacto de las estrategias y herramientas de seguridad y salud en la empresa.



A DISTANCIA

1 edición



# ESCUELA DE COMPETENCIAS EN SEGURIDAD Y SALUD

---

AULA DE CONSTRUCCIÓN

## *Jornada*

# ¿SE CONSIDERA EL MONTAJE DE EVENTOS OBRA DE CONSTRUCCIÓN? (5 h)

- Se van presentar a las distintas figuras del sector de los espectáculos públicos las consideraciones recogidas tanto en el RD 1627/97 como en el documento técnico de conclusiones del grupo de CCAA-INSST “Criterios técnicos para la gestión de espectáculos públicos temporales”

A DISTANCIA

1 edición



*Jornada*  
SEGURIDAD Y SALUD EN  
CONSTRUCCIÓN Y AMIANTO:  
FAQS  
(5,5 h)

- Trata de resolver las consultas presentadas tanto en UTE II como en el Servicio de Amianto del IRSST, así como en la FLC, por las distintas figuras intervinientes en una obra de construcción. Tanto desde el punto de vista del marco normativo como de la visión práctica de los aspectos relacionados con la gestión de la PRL.

A DISTANCIA

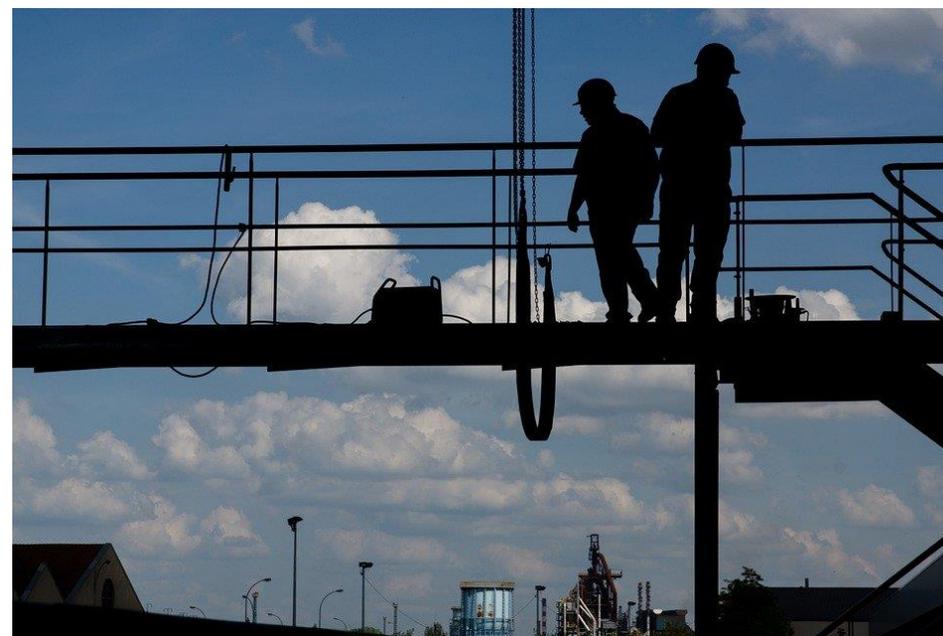
2ª edición



# *Jornada* INNOVACIONES EN TRABAJOS EN ALTURA EN EL SECTOR DE CONSTRUCCIÓN (5,5 h)

- Se van a presentar nuevos sistemas presentes en el mercado o ya patentados para realizar trabajos en altura en el obras de nueva construcción, reforma o mantenimiento de forma segura para las personas trabajadoras que ejecutan dichos trabajos.

A DISTANCIA



# ESCUELA DE SEGURIDAD VIAL

---

# Jornada SEGURIDAD Y SALUD EN EL SECTOR DEL TRANSPORTE POR CARRETERA (1,5 h)

- Novedades normativas en materia de cualificación inicial y formación continua.
- Situación del sector y análisis de la siniestralidad.
- Estrategias para minimizar accidentes.
- Retos y propuestas.

1 edición



# Jornada SEGURIDAD VIAL LABORAL EN EL CONTEXTO DE RECUPERACIÓN DE LA COVID-19 (1,5 h)

- Caracterización actual de la movilidad laboral: contexto y nuevos retos.
- Evolución de la siniestralidad.
- Actuaciones enmarcadas en el VI Plan Director.
- Novedades normativas.
- La protección de los más vulnerables.
- Buenas prácticas y propuestas de mejora.

1 edición



# ESCUELA DE BIENESTAR

---

# Jornada

## II ENCUENTRO COWORKING DE ENTIDADES PÚBLICAS Y PRIVADAS (4 h)

- Conocer las iniciativas de COWORKING de diferentes entidades públicas y privadas que se han puesto en marcha o están en proyecto.
- Divulgar las oportunidades, retos y dificultades, que desde el punto de vista de la seguridad y salud en el trabajo se presentan en su apertura.
- Exponer soluciones y proyectos que se pueden implementar para el desarrollo de estas iniciativas desde las disciplinas preventivas de Ergonomía y Psicosociología en el Trabajo.
- Recoger opiniones y reflexiones de fuentes expertas en relación a la implantación de políticas de Salud y Recursos Humanos.



A DISTANCIA

2 días



# Taller

## REFORZAR EL SISTEMA INMUNOLÓGICO EN TIEMPOS DE PANDEMIA (16 h)

- El objetivo de esta formación es que las personas conozcan los mecanismos para fortalecer y potenciar su sistema inmunológico. Esto le permite estar más preparado para las situaciones de estrés, además de prevenir enfermedades transmisibles y no transmisibles durante la COVID-19.
- Alimentación y hábitos saludables específicos para el fortalecimiento del sistema inmunológico
- El sistema digestivo y nuestras defensas
- Pautas de ejercicio físico básico para reforzar las defensas
- Hábitos aplicables en la empresa
- Mindfulness aplicado
- La influencia del estado emocional en el sistema inmunológico



# Curso FORMACIÓN BÁSICA DE DINAMIZADORES INTERNOS EN HÁBITOS SALUDABLES (30 h)

- El objetivo de esta formación es que los asistentes tengan herramientas que les permitan hacer frente a la sensibilización en hábitos saludables a otras personas de su empresa. Además de servirles para su vida personal, se llevarán herramientas didácticas para su aplicación y utilización directa en la empresa y convertirse en agente de cambio.



*Jornada*

# AGENDA 2030: SALUD Y BIENESTAR. TRABAJO DECENTE Y CRECIMIENTO ECONÓMICO (2 h)

- Los contenidos estarían relacionados con los objetivos de la agenda 2030 que tienen relación directa con la seguridad y salud en el trabajo.
- El papel de las organizaciones para el impulso de la Agenda 2030 de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas.
- Estrategias para hacer frente a los retos sociales, económicos y medioambientales.
- Acciones en favor de la salud, el bienestar y el trabajo decente.
- Oportunidades de trabajo decente para toda la población en edad de trabajar.



1 edición



# *Jornada*

## LA OFICINA QUE TÚ ELIGES.

### El trabajo a distancia (1 h)

- Marco legal del trabajo a distancia.
- Trabajo remoto y flexible: fortalezas y debilidades.
- Identificación de riesgos ergonómicos, psicosociales y organizativos.
- Presentación de check list para la autoevaluación del puesto.
- Presentación del video (Whiteboard) “La oficina que tú eliges. El trabajo a distancia”.



1 edición



# Taller

## EDUCANDO NUESTRA VOZ

(1,5 h)

- El uso de la voz como herramienta de trabajo.
- Daños a la salud y cómo evitarlos.
- Conocemos nuestro cuerpo y aprendemos a utilizarlo.



1 edición



# *Jornada* BIENESTAR EN EL TRABAJO Y EMPRESA SALUDABLE (5 h)

- Actualmente es indudable el esfuerzo de las empresas en desarrollar programas de promoción de la salud y que forman parte de las buenas prácticas y gestión del bienestar laboral. La actual pandemia de la Covid 19 nos trae un nuevo reto a la gestión y promoción de la salud en el trabajo.

A DISTANCIA

1 edición



# FORMACIÓN AD HOC

---

DÍAS EN VERDE

# *Jornada/Seminario web* EL VALOR DE LOS PROFESIONALES SOCIO- SANITARIOS DURANTE LA PANDEMIA (3,5 h)

- Puesta en común de experiencias.
- Caracterización del contexto: amenazas y oportunidades.
- Actuaciones y medidas que permitan mejorar la seguridad y salud de los profesionales socio-sanitarios desde una perspectiva interdisciplinar.
- Retos y propuestas.



1 edición



# *Jornada/Seminario web* NUEVAS REALIDADES ORGANIZATIVAS DESDE UN ENFOQUE PRL (1,5 h)

- El uso intensivo de herramientas tecnológicas y su implicación en la seguridad y salud.
- Análisis y nuevas perspectivas.
- La tecnologización de la organización productiva.
- Actualidad normativa.
- Propuestas de intervención desde una perspectiva multidisciplinar.



1 edición



# *Jornada/Seminario web* "PODER SER YO". PONER EL FOCO EN LA DIVERSIDAD Y LA INCLUSIÓN (4 h)

- Establecer reglas y pautas para garantizar que todas las empresas y empleados tengan un entendimiento común del cumplimiento de estándares éticos de igualdad.
- Resaltar la importancia de la creación de Códigos de Conducta y Ética que incluyan temas de seguridad y salud en el trabajo, el compromiso con las redes sociales y la prevención de la discriminación, el acoso y el trato justo a profesionales y clientes.
- Recoger opiniones y reflexiones de fuentes expertas en relación a la implantación de políticas de Salud y Recursos Humanos.



1 edición



# *Jornada* LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL Y SU APLICACIÓN A LAS PYMES (2 h)

- Los contenidos estarían relacionados con el proyecto europeo, denominado KITT4SME y financiado con cerca de ocho millones de euros, que pondrá a disposición de las pymes paquetes digitales personalizados listos para usar con el objetivo de aprovechar las oportunidades de inteligencia artificial a precios asequibles y a la escala adecuada.
- En dicho proyecto participa el CSIC.



1 edición



*Jornada*  
PRL Y EMPLEOS VERDES.  
¡POR UNA TRANSICIÓN  
JUSTA!  
(2 h)

- Trabajos realizados a través de materiales sometidos al ecodiseño.
- Fomento de la prevención en empleos verdes.
- Cambio climático y su influencia en las condiciones de trabajo.



A DISTANCIA

1 edición



# *Jornada* POLÍTICAS DE IGUALDAD DE GÉNERO Y NECESIDADES PRL (2 h)

- Tipos de segregación ocupacional entre sexos: Funcional, jerárquica y de tiempo de trabajo.
- Incorporación de la perspectiva de género en el ámbito de la actividad preventiva según género.
- Plan de Igualdad-Plan de Seguridad.

A DISTANCIA

1 edición



# *Jornada* CONCILIACIÓN Y TRABAJO A DISTANCIA TRAS EL CORONAVIRUS (2 h)

- Análisis de los diferentes modelos teletrabajo tras Real Decreto-ley 28/2020, de 22 de septiembre, de trabajo a distancia, con especial atención a la conciliación de la vida laboral y privada.



1 edición



# FORMACIÓN AD HOC

---

DÍAS EN ABIERTO

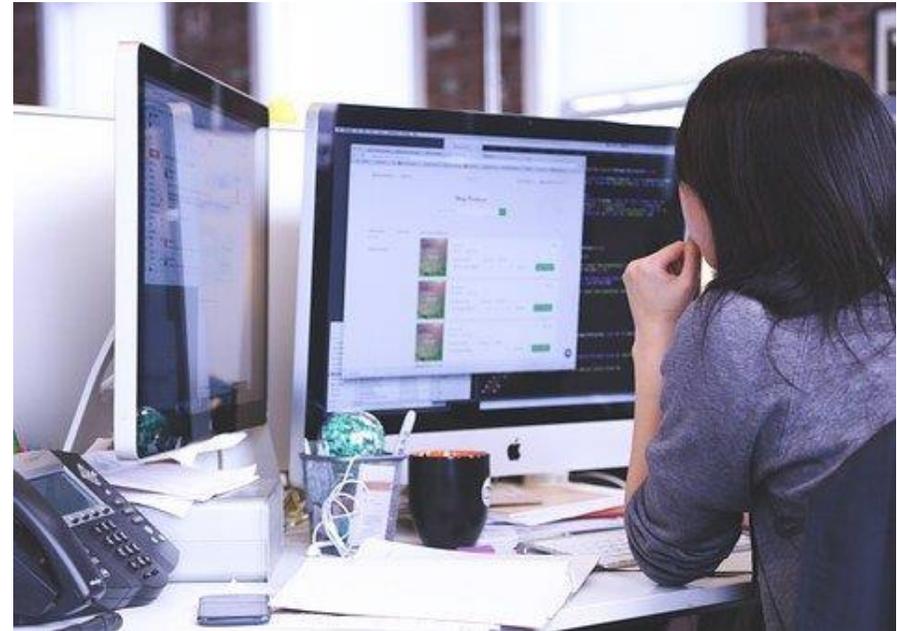
*Curso*

# PROCEDIMIENTO ADMINISTRATIVO PARA LAS OBRAS DE RETIRA DE AMIANTO EN LA COMUNIDAD DE MADRID (5 h)

- Adquirir conocimientos sobre el procedimiento administrativo para la obras de retirada de amianto en la Comunidad de Madrid, desde la solicitud de autorización hasta el final de las obras para su correcto seguimiento.

A DISTANCIA

1 edición



*Curso*

# FORMACIÓN EN PRL PARA POLICÍAS LOCALES (10 h)

- Formación básica en PRL dirigida a policías locales para poder actuar en la primera intervención asociada a un accidente de trabajo, denuncia.... A fin de poder determinar la existencia de posibles deficiencias en materia de seguridad y salud en el trabajo.

A DISTANCIA

1 edición



# Taller práctico

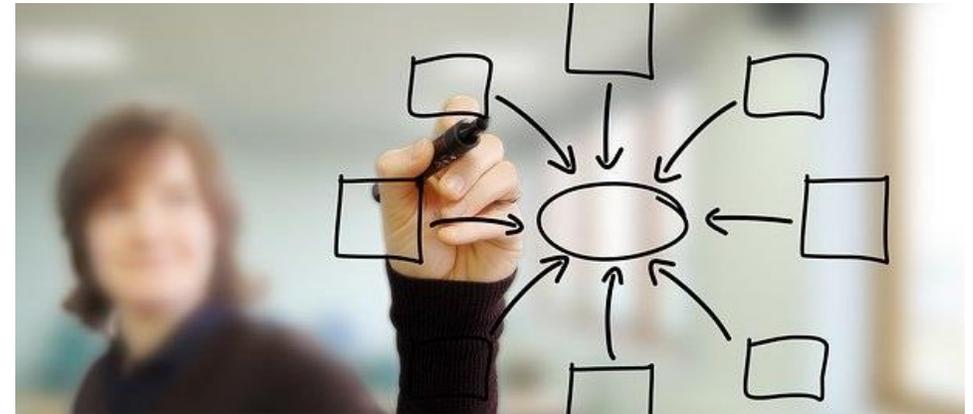
## INVESTIGACIÓN DE ACCIDENTES PARA ALUMNOS DE CICLO FORMATIVO TÉCNICO SUPERIOR EN PREVENCIÓN DE RIESGOS PROFESIONALES (5 h)

- Mejorar las competencias de los alumnos en la investigación de accidentes de trabajo. Objetivo secundario: acercar el IRSST a los alumnos.
- Casos prácticos de accidentes investigados. Partiendo de lo que se encuentra el técnico cuando llega al lugar, los alumnos aprenderán a ir hacia atrás en la investigación hasta determinar las causas inmediatas y básicas del accidente.
- Propuesta de medidas preventivas derivadas de los accidentes investigados.



A DISTANCIA

1 edición



# Taller práctico

## EQUIPOS DE TRABAJO PARA ALUMNOS DE CICLO FORMATIVO TÉCNICO SUPERIOR EN PREVENCIÓN DE RIESGOS PROFESIONALES (5 h)

- Formación basada en casos prácticos reales sobre comprobaciones y requisitos que deben cumplir los equipos de trabajo.
- Utilizando casos prácticos reales, se repasarán las comprobaciones que deben hacerse en los equipos de trabajo más comunes.



1 edición



# *Jornada* INVESTIGACIÓN DE ACCIDENTES EN PRIMERA PERSONA (5 h)

- Proceso de investigación de accidentes de trabajo explicado por personal Técnico del IRSST. Se verán aspectos técnicos de la investigación y aspectos prácticos que ayudarán a los asistentes a mejorar sus competencias en esta tarea (entrevistas a accidentados y testigos, cómo investigan las posibles causas, cómo lo plasman en un informe y las medidas preventivas que se remiten a las empresas involucradas).



1 edición





**Comunidad  
de Madrid**

---

***Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo***

*c/ Ventura Rodríguez 7, 6ª planta*

*28008 – Madrid*

*Tfno. 900 713 123 Fax. 91 420 61 17*

*[www.madrid.org](http://www.madrid.org)*

