

# **PROCEDIMIENTO OPERATIVO DE PREVENCIÓN**

**P.O.P. 06**

**“PLAN DE FORMACIÓN EN PREVENCIÓN DE  
RIESGOS LABORALES”**



## ÍNDICE

### 1. INTRODUCCIÓN.

### 2. OBJETIVOS.

### 3. PROCESO.

### 4. DESARROLLO DEL PLAN DE FORMACIÓN.

#### 4.1 PERSONAL DE ESTRUCTURA DE DIRECCIÓN Y APOYO.

4.1.1 Jornada informativa.

4.1.2 Programa de formación en Prevención de Riesgos Laborales.

4.1.3 Programa para la formación de los Representantes de la Empresa en los Comités de Seguridad y Salud en materia de Prevención de Riesgos Laborales.

4.1.4 Programa de formación del curso específico sobre la aplicación del R.D. de Disposiciones Mínimas de Seguridad y Salud en las obras de construcción CIVIL para la realización de estudios y planes de seguridad.

4.1.5 Programa de formación del curso específico sobre la aplicación del R.D. de Disposiciones Mínimas de Seguridad y Salud en las obras de EDIFICACIÓN para la realización de estudios y planes de seguridad.

4.1.6 Programa de formación sobre el Real Decreto de obras de construcción.

#### 4.2 TÉCNICOS DE PREVENCIÓN.

4.2.1 Recursos.

4.2.2 Modalidad presencial.

4.2.3 Modalidad a distancia.

4.2.4 Con acciones interactivas (INTRANET).

#### 4.3 PERSONAL CON MANDO DIRECTO SOBRE TRABAJADORES.

4.3.1 Módulo I.- Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

4.3.2 Módulo II.- Gestión de la Prevención de Riesgos Laborales.

4.3.3 Módulo III.- Riesgos generales.

- 4.3.4 Módulo IV.- Riesgos específicos.
- 4.3.5 Protección contra incendios.
- 4.3.6 Primeros Auxilios.
- 4.3.7 Medidas de emergencia.
- 4.3.8 Formación sobre aplicación del R.D. de disposiciones mínimas de seguridad y salud en las obras de construcción.
- 4.3.9 Acción informativa complementaria.
- 4.4 **PERSONAL OPERATIVO.**
  - 4.4.1 Formación continua.
  - 4.4.2 Formación coyuntural.
- 4.5 **DELEGADOS DE PREVENCIÓN.**
  - 4.5.1 Formación inicial.
  - 4.5.2 Formación de reciclaje.
- 4.6 **OTRAS ACCIONES FORMATIVAS.**
  - 4.6.1 Programa para la formación de los trabajadores designados para poner en práctica las medidas de emergencia.
  - 4.6.2 Programa para la formación de riesgos laborales en trabajos de oficinas.

## **1.- INTRODUCCIÓN.**

La formación en materia de Prevención de Riesgos Laborales es, además de un derecho de los trabajadores impuesto por la Legislación Vigente, un instrumento fundamental como acción preventiva para mejorar la protección del trabajador frente a estos riesgos. Con este convencimiento, nuestra empresa señala dentro de los principios de la política preventiva aprobada por el Comité de Dirección el 27 de abril de 1998, el compromiso de llevar a cabo los programas de formación adecuados a nuestra estructura organizativa, y a tal fin responde el presente Plan de Formación.

## **2.- OBJETIVOS.**

El Plan de Formación pretende atender, por un lado, las necesidades de formación dirigidas a la integración de la prevención en la producción, a través de los mandos de la empresa y, por otro, impartir a los trabajadores la formación e información necesaria y suficiente con la finalidad de obtener las mayores cotas posibles de seguridad y salud para los mismos, tal como recoge en ambos casos la Ley de Prevención de Riesgos Laborales y el Reglamento de los Servicios de Prevención, lo que redundará en una mayor calidad de los productos, en nuestro caso, del transporte que ofrecemos. Para que dicha formación sea eficaz deberá ser coherente con los riesgos del puesto de trabajo, siendo una formación continua.

Acorde con lo anteriormente expuesto, se establecen como objetivos generales:

- Contribuir a elevar el nivel de protección de la seguridad y la salud de los trabajadores.
- Promocionar la integración de la prevención, en todos los niveles jerárquicos de la Empresa.
- Fomentar una cultura preventiva, que favorezca la participación de todos los trabajadores.

### **3. PROCESO.**

Este documento ha sido sometido a consulta con la representación de los trabajadores según estipula el art. 33 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales para, posteriormente, ser fijada junto con las Direcciones la Planificación de cada ejercicio de tales acciones, incorporándose entonces al Plan General Anual de Formación de nuestra Empresa y dándose así satisfacción a los puntos 7º y 9º del Decálogo de Principios aprobados por el Comité de Dirección de 27 de Abril de 1998.

### **4.- DESARROLLO DEL PLAN DE FORMACIÓN.**

Atendiendo a las necesidades presentadas por las Direcciones y otros organismos de la Empresa, se estructura el Plan abarcando a los colectivos siguientes:

- Personal de Estructura de Dirección y Apoyo
- Técnicos de Prevención
- Personal con mando directo sobre trabajadores
- Personal Operativo

- Delegados de Prevención

Lo expuesto en el apartado anterior se alcanzará mediante las acciones formativas que se relacionan a continuación:

#### **4.1. PERSONAL DE ESTRUCTURA DE DIRECCIÓN Y APOYO.**

Para este colectivo se ha previsto, tanto la formación derivada de sus responsabilidades en la materia preventiva, como la derivada de su pertenencia a los diferentes órganos de participación de la Empresa.

##### **4.1.1.-Jornada informativa.**

**OBJETIVO:** Dotar a los asistentes de los conocimientos mínimos en materia preventiva para conseguir el principio de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales y del Reglamento de los Servicios de Prevención en lo referente a la integración de la prevención en el proceso productivo.

**DURACIÓN:** 8 horas.

**CONTENIDOS:**

##### **MÓDULO I.- Aspectos legales de la Prevención.**

- 1.1.- Introducción.
- 1.2.- Marco normativo, Nacional, Europeo e Internacional.
- 1.3.- La Ley de Prevención de Riesgos Laborales. Puesta en común.
- 1.4.- Los Reglamentos y sus disposiciones de desarrollo.
- 1.5.- Normativa interna de afectación a la Dirección.

##### **MÓDULO II.- La gestión de la Prevención.**

- 2.1.- Política de Prevención de Riesgos Laborales de la empresa.
- 2.2.- Estructura preventiva de la empresa.
- 2.3.- Los procedimientos internos de afectación a la Dirección.
- 2.4.- Los costes de los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales.

##### **4.1.2.-Programa de formación en Prevención de Riesgos Laborales.**

**OBJETIVO:** Adquirir los conocimientos mínimos para coordinar y organizar la integración de la prevención en la producción en función de los diseños establecidos y con la calidad requerida.

**DURACIÓN: 30 h.**

**CONTENIDOS:**

- El accidente de trabajo y la enfermedad profesional.
- Vigilancia de la salud y drogodependencia.
- Los costes de los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales.
- Normativa en materia de Prevención de Riesgos Laborales:
  - Introducción.
  - Ley de P.R.L.
  - Art. 24 Ley de P.R.L.
  - Reglamentos de desarrollo.
  - Responsabilidades y sanciones.
- Política Preventiva de ADIF.
- Medio Ambiente externo.
- Técnicas Preventivas (Seguridad e Higiene industrial).
- Técnicas Preventivas (Ergonomía y Psicología aplicada).
- Procedimientos internos de Gestión.
- Real Decreto 1627/97 (Disposiciones mínimas de Seguridad y Salud en las obras de construcción).
- Plan Básico para empresas contratistas de ADIF.

#### **4.1.3.-Programa para la formación de los Representantes de la Empresa en los Comités de Seguridad y Salud en materia de Prevención de Riesgos Laborales.**

**OBJETIVO:** Dotar a los asistentes de los conocimientos mínimos en materia Preventiva para desempeñar las funciones y competencias encomendadas a los Comités de Seguridad y Salud, que les puedan afectar.

**DURACIÓN: 30 horas.**

**CONTENIDOS:**

### **MÓDULO I.- Aspectos legales de la prevención.**

- 1.1.- Introducción. Política Preventiva de la empresa.
- 1.2.- Marco normativo, Nacional, Europeo e Internacional.
- 1.3.- La Ley de Prevención de Riesgos Laborales. Puesta en común.
- 1.4.- Los Reglamentos y sus disposiciones de desarrollo.
- 1.5.- Normativa interna. Puesta en común.
- 1.6.- El medio ambiente externo. Afectación en nuestra empresa.
- 1.7.- Protección civil y contra incendios. (Estructura y competencias).

### **MÓDULO II.- Gestión de la Prevención.**

- 2.1.- Política de Prevención de Riesgos Laborales de la empresa.
- 2.2.- Estructura preventiva de la empresa.
- 2.3.- El manual de prevención.
- 2.4.- Los procedimientos internos.
- 2.5.- Los costes de los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales. Su gestión y situación comparativa sobre los demás países Europeos.
- 2.6.- Instituciones oficiales en el ámbito nacional y autonómico. Estructura preventiva.

### **MÓDULO III.- Conocimientos generales en materia preventiva. Riesgos generales.**

- 3.1.- Seguridad.
- 3.2.- Higiene.
- 3.3.- Medicina.
- 3.4.- Ergonomía y Psicología aplicada a la prevención.

#### **4.1.4.-Programa de formación del curso específico sobre la aplicación del R.D. de Disposiciones Mínimas de Seguridad y Salud en las obras de construcción CIVIL para la realización de estudios y planes de seguridad.**

**OBJETIVOS:** Dotar a los participantes de los conocimientos exigibles en materia de prevención de riesgos laborales, para la realización de estudios de seguridad.

**DIRIGIDO A:** La estructura de Dirección, Apoyo, Cuadros Técnicos y MM.II. de las distintas Direcciones con necesidades en este campo.

**DURACIÓN: 150 horas.**

**PLANIFICACIÓN DEL CURSO:** Con el fin de poder compatibilizar la asistencia con la producción, se ha previsto un módulo presencial complementado con otro módulo de estudio guiado de materias generalistas y un trabajo tutelado en un estudio de seguridad, con la siguiente distribución horaria:

- Presencial: **40 horas.**
- Estudio guiado: **60 horas.**
- Trabajo de grupo: **50 horas.**

### **Sesiones de estudio guiado.**

Se estudiarán los temas propuestos en las sesiones presenciales. Disponiendo de base de estudio el manual de prevención de riesgos laborales de ADIF editado por Santillana y complementado con temas específicos de riesgos en obras e instalaciones. Se resolverán los ejercicios del mencionado libro.

### **Trabajo de grupo tutelado.**

Se presentará a los 15 días hábiles desde la última clase presencial. Consistirá en la realización de un estudio de seguridad de la especialidad de instalación u obra afín al alumno.

### **CONTENIDOS DEL CURSO PRESENCIAL:**

#### **1.- Prevención de Riesgos Laborales. Conceptos básicos.**

- 1.1.- Política preventiva de la empresa y su Servicio de prevención.
- 1.2.- Accidentes de trabajo, enfermedades profesionales y otros daños derivados del trabajo.
- 1.3.- La Prevención de Riesgos Laborales, prioridades y técnicas de actuación:
  - 1.3.1. Los riesgos ligados a las condiciones de seguridad:  
El lugar y la superficie de trabajo. Las herramientas. Las maquinas. La electricidad. Los incendios. Almacenamiento, manipulación y transporte. La señalización. El mantenimiento.
  - 1.3.2. Los riesgos ligados al medio ambiente de trabajo:  
La exposición laboral a agentes químicos, físicos y biológicos. La evaluación del riesgo. El control del riesgo.
  - 1.3.3. La carga de trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral.
  - 1.3.4. Nociones básicas de actuación en emergencias y evacuación.
  - 1.3.5. Sistemas elementales de control de riesgos. Protección colectiva e individual.

#### **2.- Ámbito Social y Jurídico de la prevención laboral.**

- 2.1.- Sociología y economía de los riesgos laborales.
- 2.2.- La relación jurídico-laboral y el Estatuto de los Trabajadores.
- 2.3.- El marco normativo en materia de Prevención de Riesgos Laborales.
- 2.4.- La Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales:

Objeto y carácter de la norma. Ámbito de aplicación, Definiciones, Inspección de trabajo y seguridad social. Participación de empresarios y trabajadores. Derecho a la Evaluación de los riesgos. Equipos de trabajo y medios de protección. Información, consulta y participación de los trabajadores. Formación de los trabajadores. Medidas de emergencia. Riesgo grave e inminente. Documentación. Coordinación de actividades empresariales. Relaciones de trabajo temporales de determinada duración y en empresas de trabajo temporal. Obligación de los trabajadores en materia de prevención de riesgos laborales. Delegados de prevención. Obligaciones de fabricantes, importadores y suministradores. Responsabilidades y sanciones.

- 2.5.- El Real Decreto de disposiciones mínimas en obras de construcción. Puesta en Común.
- 2.6.- Normas técnicas de aplicación a la Prevención de Riesgos Laborales.

**3.- El Estudio de Seguridad y Salud. Métodos específicos de seguridad en la obra. Aplicación secuencial.**

- 3.1.- Riesgos laborales y prevención en excavaciones y movimientos de tierras.
- 3.2.- Riesgos laborales y prevención en la construcción de estructuras de hormigón y metálicas.
- 3.3.- Riesgos laborales y su prevención en los trabajos en altura y de difícil accesibilidad.
- 3.4.- Riesgos laborales en trabajos con andamios y escaleras. Sus protecciones.
- 3.5.- Trabajos y oficios de la edificación e instalaciones.
- 3.6.- Maquinaria de obra.
- 3.7.- Riesgos específicos más importantes en las obras e instalaciones ferroviarias.

**4.- Normas y métodos de actuación en la redacción del estudio de seguridad y salud y la aprobación del Plan de Seguridad y Salud.**

- 4.1.- Planificación de la prevención en el proyecto: El estudio de seguridad y salud. El plan de seguridad y salud como elementos básicos de gestión en las obras e instalaciones ferroviarias. Sugerencias prácticas para el estudio de seguridad y salud.
- 4.2.- La aprobación del Plan de seguridad y salud: Requisitos de contenidos y desarrollos mínimos.
- 4.3.- Actualización y gestión del plan de seguridad y salud: Recepción de propuestas y denuncias, anotaciones en el libro de incidencias, notificaciones al contratista y a las otras empresas de la obra, a la Dirección facultativa, al promotor y/o a la Inspección de trabajo.
- 4.4.- La paralización de tajos por riesgos graves e inminentes.

**5.- Trabajo práctico de control de seguridad y salud en las obras e instalaciones.**

- 5.1.- Guía metodológica de realización del Estudio y Plan de seguridad.

**Quince días después de la última clase presencial:**

Entrega del estudio de seguridad.

**4.1.5.-Programa de formación del curso específico sobre la aplicación del R.D. de Disposiciones Mínimas de Seguridad y Salud en las obras de EDIFICACIÓN para la realización de estudios y planes de seguridad.**

**OBJETIVO:** Dotar a los participantes de los conocimientos exigibles en materia de prevención de riesgos laborales, para la realización de estudios de seguridad.

**DURACIÓN:** 150 horas.

**CONTENIDOS DEL CURSO PRESENCIAL:**

**1.- La Política Preventiva de la Empresa y su Servicio de Prevención.**

**2.- Ámbito Social y Jurídico de la prevención laboral.**

El marco normativo en materia de prevención de riesgos laborales. La Ley 31/1995 de Prevención de riesgos laborales: Objeto y carácter de la norma. Ámbito de aplicación. Definiciones. Inspección de trabajo y seguridad social. Participación de empresarios y trabajadores. Derecho a la protección frente a los riesgos laborales. Principios de la acción preventiva. Evaluación de los riesgos. Equipos de trabajo y medios de protección. Información consulta y participación de los trabajadores. Relaciones de trabajo temporales de determinada duración y en empresas de trabajo temporal. Formación de los trabajadores. Medidas de emergencia. Riesgo grave e inminente. Documentación. Coordinación de actividades empresariales Obligación de los trabajadores en materia de prevención de riesgos laborales. Delegados de prevención. Obligaciones de fabricantes, importadores y suministradores. Responsabilidades y sanciones. La relación jurídico laboral y el Estatuto de los Trabajadores. El Real Decreto de disposiciones mínimas en obras de construcción. Puesta en común.

**3.- Prevención de Riesgos Laborales. Conceptos básicos:**

- Plan básico de prevención para empresas contratistas.
- Los riesgos ligados a las condiciones de seguridad: Los equipos de trabajo. Las máquinas. La señalización.
- Los riesgos ligados al medio ambiente de trabajo: La exposición laboral a agentes químicos y físicos.

- La evaluación del riesgo.
- Sistemas elementales de control de riesgos.
- Protección colectiva e individual.

#### **4.- El Estudio de Seguridad y Salud. Métodos específicos de seguridad en las obras e instalaciones.**

##### **Aplicación secuencial.**

- Riesgos laborales y medidas preventivas en obras e instalaciones que se ejecuten cercanas a instalaciones con tensión. Riesgos de electrocución en alta y baja tensión y medidas preventivas.
- Normas y sistemas de protección en los riesgos de arrollamiento por circulaciones ferroviarias.
- Riesgos laborales y medidas preventivas en las instalaciones de fontanería, gas, climatización, ascensores, cintas y escaleras mecánicas, pararrayos y antenas. Operaciones de soldadura.
- Riesgos laborales y medidas preventivas en demoliciones.
- Riesgos laborales y medidas preventivas en excavaciones, movimientos de tierras, zanjas y canalizaciones.
- Riesgos laborales y medidas preventivas en cimentaciones, estructuras y encofrados.
- Riesgos laborales y medidas preventivas en cubiertas planas, inclinadas y de materiales ligeros.
- Riesgos laborales y medidas preventivas en albañilería interior y acabados (alicatados, enfoscados, enlucidos falsos techos, solados, pinturas, carpintería, vidriería, etc.).
- Maquinaria de obra.
- Medios auxiliares (andamios, plataformas, escaleras de mano y puntales).
- Riesgos laborales y medidas preventivas en trabajos de mantenimiento, reparación, conservación y entretenimiento. Trabajos en altura y de difícil accesibilidad.
- Normas y métodos de actuación en la redacción del Estudio de Seguridad y Salud y la aprobación del Plan de Seguridad y Salud.
- Planificación de la prevención en el proyecto: El Estudio de Seguridad y Salud. El Plan de Seguridad y Salud como elementos básicos de gestión en las obras e instalaciones ferroviarias. Sugerencias prácticas para el Estudio de Seguridad y Salud. Modo de componer la memoria. Guión tipo de una memoria. Modo de componer un pliego de

condiciones. Modo de diseñar los planos. Contenido del estado de mediciones. Método para el presupuesto.

- Exposición y comentario de un Estudio de Seguridad referido a los riesgos tratados.

- La aprobación del Plan de Seguridad y Salud: Requisitos de contenidos y desarrollos mínimos. Actualización y gestión del Plan de Seguridad y Salud: Recepción de propuestas y denuncias, anotaciones en el libro de incidencias, notificaciones al contratista y a las otras empresas de la obra, a la Dirección facultativa, al promotor y/o a la Inspección de trabajo.
- La paralización de tajos por riesgos graves e inminentes.
- Trabajo práctico de control de seguridad en obra.

#### **4.1.6.-Programa de formación sobre el Real Decreto de obras de construcción.**

**OBJETIVO:** Introducción a los conocimientos necesarios para la vigilancia del cumplimiento por parte de los contratistas del Plan de Seguridad y Salud de la obra.

**DURACIÓN:** 14 horas.

**CONTENIDOS:**

**Introducción: Política Preventiva de la empresa.**

#### **1.- Ámbito jurídico.**

- 1.1.- La Ley de Prevención de Riesgos Laborales.
  - 1.1.1. Objeto, ámbito de aplicación y definiciones.
  - 1.1.2. Inspección de Trabajo y Seguridad Social.
  - 1.1.3. Derecho a la protección frente a los riesgos laborales.
  - 1.1.4. Coordinación de actividades empresariales.
  - 1.1.5. Relaciones de trabajo temporal, de duración determinada y en empresas de trabajo temporal.
  - 1.1.6. Obligaciones de los trabajadores en materia de prevención de riesgos.
  - 1.1.7. Servicio de Prevención.- Su constitución en ADIF.
  - 1.1.8. Delegados de Prevención.
  - 1.1.9. Responsabilidades y sanciones.
- 1.2.- Real Decreto 1627/1997, de 24 de octubre, por el que se establecen disposiciones mínimas de seguridad y salud en obras de construcción. Puesta en común.

- 1.3.- Normas de régimen interno de ADIF a tener en cuenta en la aplicación del Real Decreto.

**2.- Riesgos específicos más importantes en las obras ferroviarias.**

- 2.1.- Arrollamientos.  
2.2.- Electrocutión.  
2.3.- Equipos de trabajo.  
2.4.- Señalización de seguridad.

## **4.2. TÉCNICOS DE PREVENCIÓN.**

Cuando exista la necesidad de impartir formación a Técnicos de Prevención de nuevo nombramiento esta será de acuerdo con las funciones a desarrollar en el Servicio de Prevención, contemplando los niveles que más abajo se relacionan. Así mismo se impartirá la formación necesaria para el desarrollo de sus actividades.

- Nivel Intermedio, anexo V del R.D. 39/1997, de 17 de enero.
- Nivel superior, anexo VI del mismo R.D.
- Formación continua.

### **4.2.1 Recursos.**

Para acometer el desarrollo de las acciones expuestas en el punto anterior y dependiendo de la disponibilidad de los recursos del Servicio de Prevención encargados de dar la formación, así como del número de participantes en las acciones formativas, se contemplan tres modalidades de actuación, que podrán variar de acuerdo con los ya mencionados recursos y número de participantes.

Todas las acciones formativas recogidas en el plan contemplarán la documentación necesaria de las materias impartidas, siendo actualizada la correspondiente a la normativa según sea modificada o de nueva publicación y en las diferentes Administraciones.

### **4.2.2.- Modalidad presencial.**

- **Con recursos propios.**  
Se contemplan bajo esta forma, todas las acciones formativas e informativas que puedan impartirse con profesorado cualificado en la materia preventiva de ADIF.
- **Con recursos ajenos.**  
Acciones determinadas cuya materia pueda impartirse por entidades ajenas a ADIF.

### **4.2.3.- Modalidad a distancia.**

- **Con recursos propios o ajenos.**

Las acciones que por alguna causa determinada de desplazamientos, número de alumnos o demora en el tiempo etc., aconseje su necesidad.

#### **4.2.4.- Con acciones interactivas (INTRANET).**

Complementos informativos de las acciones presenciales.

#### **4.3. PERSONAL CON MANDO DIRECTO SOBRE TRABAJADORES.**

Esta acción, que va dirigida a aquéllos que tienen mando directo sobre trabajadores, se ha estructurado en cuatro módulos para que su impartición resulte lo menos costosa en cuanto a la disponibilidad de los recursos humanos que las Direcciones tendrán que ceder para dicha acción formativa.

##### **4.3.1. Módulo I.- Ley de Prevención de Riesgos Laborales.**

**OBJETIVO:** Con este módulo se pretende dotar a los mandos de la información necesaria sobre la normativa que regula la Prevención de Riesgos Laborales bajo el punto de vista de las obligaciones y responsabilidades del Empresario y de los trabajadores, así como su participación en la integración de la prevención en la línea productiva, con referencia a las directivas y a las disposiciones de su transposición al Derecho Nacional y los Reglamentos de la Unión Europea.

**DURACIÓN: 8 horas.**

**CONTENIDOS:**

#### **1.- Marco normativo en materia de Prevención de Riesgos Laborales.**

#### **2.- La Ley de Prevención de Riesgos Laborales:**

- Objeto y carácter de la L.P.R.L.
- Definiciones básicas de la L.P.R.L.
- Inspección de Trabajo y S.S.
- Derecho a la protección frente a riesgos laborales.
- Principios de la acción preventiva.
- Evaluación de los riesgos.
- Información, consulta y participación de los trabajadores.
- Formación de los trabajadores.
- Riesgo grave e inminente.
- Coordinación de las actividades empresariales.

- Protección de los trabajadores.
- Obligaciones de los trabajadores en materia de prevención de riesgos.
- Competencias y facultades de los Delegados de Prevención.
- Garantías y sigilo profesional de los Delegados de Prevención.
- Comités de Seguridad y Salud.
- Obligaciones de los fabricantes, suministradores e importadores.
- Responsabilidades y sanciones.

### **3.- Disposiciones de desarrollo.**

#### **4.3.2. Módulo II.- Gestión de la Prevención de Riesgos Laborales.**

**OBJETIVO:** Mediante esta acción formativa se pretende transmitir a los mandos la política Preventiva de la Empresa su modelo organizativo, los conocimientos sobre los procedimientos de prevención establecidos, la materia preventiva relacionada con dichos procedimientos y la metodología de su puesta en marcha en la producción diaria como responsables de aplicarla.

**DURACIÓN:** 14 horas.

#### **CONTENIDOS:**

##### **Presentación**

#### **1. Gestión de la prevención.**

- 1.1. Introducción.
- 1.2. Política de prevención de riesgos laborales en ADIF.
- 1.3. Estructura preventiva en la empresa.

#### **2. Gestión documental. Procedimientos operativos de prevención.**

Se impartirán todos los procedimientos existentes en el momento de realizar la acción formativa.

### 4.3.3. Módulo III.- Riesgos generales.

**OBJETIVO:** Para que la integración de la prevención en los procesos productivos pueda tener éxito y, siendo los encargados directos de llevarla a efecto los mandos, se hace necesario que dispongan de una formación general de los riesgos y sus medidas preventivas, tal como: Seguridad, Higiene Industrial, Ergonomía y Psicosociología, Drogodependencia, Medio ambiente externo, etc., objetivo que se pretende alcanzar con esta acción.

**DURACIÓN:** 14 horas.

#### **CONTENIDOS:**

- El accidente de trabajo y la enfermedad profesional (parte médica).
- Seguridad:
  - Factores de riesgo.
  - Técnicas preventivas.
  - El accidente de trabajo y las enfermedades derivadas del trabajo (desde el punto de vista de la seguridad).
- Ergonomía y Psicosociología aplicada.
- Higiene Industrial.
- Vigilancia de la salud y drogodependencia.
- Medio ambiente externo.
- Primeros auxilios.

#### 4.3.4. Módulo IV.- Riesgos específicos.

**OBJETIVO:** Al igual que en los riesgos generales y aún siendo que los mandos son los mayores conocedores de los riesgos específicos, se ha estimado necesaria una acción estructurada de los mismos, ya que ellos han de ser los primeros transmisores de los riesgos y las medidas preventivas que conllevan los trabajos a su cargo, siendo así mismo como integrantes de la línea jerárquica responsables también de que los trabajadores cumplan con las medidas establecidas para su prevención.

**DURACIÓN:** Dependerá de los grupos de riesgo.

#### **CONTENIDOS:**

Riesgos específicos de cada Dirección, desarrollándolos según los mandos de cada grupo de riesgo:

- Oficinas en general.
- Electrificación.
- Subestaciones y telemando.
- Instalaciones de seguridad eléctricas y mecánicas.
- Comunicaciones.
- Vía y obras.
- Conducción Cercanías.
- Conducción Regionales.
- Conducción Grandes Líneas.
- Conducción Cargas y Transporte Combinado.
- Conducción Ave.
- Comercial (Información y ventas).
- Circulación y maniobras.
- Intervención según la Dirección.
- Sanitarios.
- Conductores de grúas pórticos y carretillas automotoras.
- Los grupos de riesgo de Mantenimiento Integral de Trenes (MIT).

#### **4.3.5. Protección contra incendios.**

**OBJETIVO:** Formación necesaria para completar los conocimientos del Mando en todos los aspectos de la Prevención en su concepto de Prevención Integral.

**CONTENIDOS:** El establecido para personal operativo.

#### **4.3.6. Primeros Auxilios.**

**OBJETIVO:** Formación requerida por el artículo 20 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

**CONTENIDOS:** El establecido para personal operativo.

#### **4.3.7. Medidas de emergencia.**

**OBJETIVO:** Con esta formación se da cumplimiento al artículo 20 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

**PROGRAMA:** El establecido para personal operativo, que variará dependiendo de los lugares afectados por las medidas de los mismos.

#### **4.3.8. Formación sobre aplicación del R.D. de disposiciones mínimas de seguridad y salud en las obras de construcción.**

Los programas de formación sobre esta materia son los recogidos el apartado de Personal de estructura.

#### **4.3.9. Acción informativa complementaria.**

Como complemento de los cuatro módulos expuestos se ha estructurado una acción informativa:

- Mediante un manual en el que se plantean cuestiones relativas a la prevención de riesgos, cuyas soluciones se encontrarán a disposición de los participantes en la Red de Intranet. Para ello se estudiara el sistema que permita el acceso a dicha Red y en los casos que no sea posible se establecerá una tutoría para la resolución de las cuestiones.
- Vídeo informativo sobre su participación en la Gestión de la Prevención.
- Legislación en Prevención de Riesgos.

#### **4.4. PERSONAL OPERATIVO.**

Al ser la formación un instrumento fundamental para la mejora del nivel de Salud de los Trabajadores y con motivo de tener que cumplir con la obligación legal de formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos a que están expuestos en su actividad, garantizando que cada trabajador reciba una formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, se ha planificado esta acción, de acuerdo con los siguientes criterios:

##### **4.4.1. Formación continua.**

- Formación e información motivada por la aplicación de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.
- Formación e información motivada por la evaluación de los riesgos específicos.
- Formación e información motivada por las medidas de emergencia y primeros auxilios.

La formación se impartirá de acuerdo a los siguientes módulos y será actualizada en caso de necesidad con una periodicidad aproximada de 2 años o más.

##### **4.4.1.1. MÓDULO I: Ley de Prevención de Riesgos Laborales.**

**OBJETIVOS:** Dar a conocer a los asistentes los contenidos básicos de la Ley de Prevención de riesgos Laborales.

**DURACIÓN:** 4 horas.

**CONTENIDOS:**

- Política preventiva de la empresa.
- Marco normativo y Ley de Prevención de Riesgos Laborales:
  - Desarrollo reglamentario, Normas, directivas y recomendaciones.
  - Exposición de Motivos de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.
  - Nuevo enfoque normativo.
  - Derechos y obligaciones.
  - Consulta y participación de los trabajadores.

**4.4.1.2. MÓDULO II: Riesgos generales y su prevención.**

**OBJETIVOS:** Dar a conocer a los asistentes los riesgos generales de la empresa y del centro de trabajo en los que prestan su actividad.

**DURACIÓN:** 4 horas.

**CONTENIDOS:**

Conocimientos generales sobre:

- La Seguridad y la Higiene Industrial.
- Ergonomía, dependiendo de los grupos de riesgo.
- Riesgos Psicosociales, dependiendo de los grupos de riesgo.
- Medio ambiente externo, dependiendo de los grupos de riesgo.
- Vigilancia de la salud y Drogodependencia.

#### **4.4.1.3. MÓDULO III: Los riesgos específicos y su prevención.**

**OBJETIVOS:** Formar a los asistentes en los riesgos específicos y las medidas preventivas de sus puestos de trabajo.

**DURACIÓN:** Dependerá del grupo de riesgo.

**CONTENIDOS:**

##### **1.- Personal sanitario.**

- Trabajos con pantallas de visualización de datos.
- Riesgos Biológicos.
- Riesgos en la dorsolumbares por traslado de accidentados.
- Manipulación de productos químicos.

##### **2.- Personal de oficinas.**

Se ha creado un curso específico, que afecta a todos los grupos de personal de la empresa que trabajen en oficinas.

PROGRAMA: En otras acciones formativas.

##### **3.- Personal de Instalaciones de Seguridad Eléctricas.**

- Riesgos en las operaciones de mantenimiento y reparación de los equipos de trabajo.
- Riesgo de contacto con la corriente eléctrica (línea de 3.300V y 2.200V).
- Trabajos en túneles.
- Trabajos en vía.
- Trabajos cercanos a instalaciones ferroviarias.
- Desplazamientos dentro de la jornada.

#### **4.- Personal de Instalaciones de Seguridad Mecánicas.**

- Riesgos en las operaciones de mantenimiento y reparación de los equipos de trabajo.
- Trabajos cercanos a la vía.
- Trabajos en vía.
- Desplazamientos dentro de la jornada.
- Trabajos cercanos a instalaciones con tensión.

#### **5.- Personal de Comunicaciones.**

- Riesgos en las operaciones de mantenimiento y reparación de los equipos de trabajo.
  - Radiaciones por láseres.
  - Mantenimiento de baterías (níquel - cadmio y secas).
  - Productos peligrosos (limpieza de elementos).
- Trabajos en altura.
- Trabajos cercanos a la vía.
- Desplazamientos dentro de la jornada.

#### **6.- Personal de Electrificación.**

- Riesgos en las operaciones de mantenimiento y reparación de los equipos de trabajo.
- Trabajos en altura.
- Contacto eléctrico.
  - Trabajos con corte de tensión. Programado o incidencia.
  - Trabajos en incidencia con rotura de hilos.
  - Aplicación de las distancias de seguridad.
  - Prohibición de rebasar las zonas neutras.
- Trabajos cercanos a la vía.
- Trabajos en vía.
- Trabajos de soldadura con gas oxicorte, eléctrica y aluminotérmica.

#### **7.- Personal de subestaciones y Telemando.**

- Estadística de accidentalidad.
- La corriente eléctrica. Riesgos de electrocución y efectos fisiológicos.
- Consigna general SHT nº 4. Su aplicación.

- Reglamento de centrales, subestaciones y centros de transformación. Su aplicación.
- Reglamento electrotécnico de baja tensión.
- Riesgos y medidas preventivas en los trabajos cercanos a las vías.

#### **8.- Personal de Vía y Obras.**

- Riesgos en las operaciones de mantenimiento y reparación de equipos de trabajo.
- Trabajos en altura.
- Trabajos que se desarrollan en las vías:
  - Trabajos en vía con herramientas manuales.
  - Trabajos en vía con maquinaria ligera.
  - Trabajos en vía con maquinaria pesada.
  - Trabajos en túneles.
- Trabajos cercanos a instalaciones ferroviarias.
- Trabajos de soldadura con gas oxígeno, eléctrica y aluminotérmica.
- Trabajos de desguarnecido.

#### **9.- Personal de Conducción.**

- Operaciones en las instalaciones eléctricas y mecánicas de los vehículos autopropulsados y locomotoras.
- Tránsito por las vías.
- Operaciones de enganche y desenganche.
- Subida y bajada de vehículos en estaciones, zonas de apartado y en plena vía.

#### **10.- Personal de Circulación.**

- Riesgos posturales.
- Riesgos motivados por el tránsito por vías.
- Riesgos en trabajos ante pantallas de visualización de datos.

#### **11.- Personal de maniobras.**

- Maniobras y enganches.
- Operaciones con palancas.

- Transito por las vías.
- Operaciones de carga y descarga de vagones y revisión de cisternas en vías de muelle (si se ha de acceder a la parte superior de las cargas o de las cisternas).
- Productos peligrosos. Etiquetado.
- Conducción de carretillas.
- Operaciones con la calefacción eléctrica.
- Operaciones con escaleras de mano.

#### **12.- Personal de intervención.**

- Riesgos derivados de la actividad de abordó.
- Riesgos derivados en situaciones de avería.
- Riesgos derivados en la movilidad por las estaciones.

#### **13.- Personal de comercial (Información y ventas).**

- Pantallas de visualización de datos.
- Riesgos en trabajos con atención directa al cliente.
- Riesgos dorsolumbares.
- Riesgos en las instalaciones comunes de la estación: cruce de vías, catenaria, vehículos etc.

#### **14.- Personal de suministros (Cargas y tracción).**

- Riesgos en la manipulación de hidrocarburos.
- Riesgos en la actividad Almacenamiento.
- Riesgos en la manipulación de carretillas.
- Riesgos en la movilidad por las vías.

#### **15.- Personal de talleres.**

- Trabajos sobre plataformas móviles y fijas.
- Transito por zonas de trabajo (orden y limpieza).
- Manutención manual.
- Contactos eléctricos.
- Arrollamientos.
- Trabajos bajo vehículos sustentados o en fosos.
- Trabajos en zonas con movimiento de cargas suspendidas.
- Trabajos en cisternas y vagones para transporte de mercancías peligrosas.
- Trabajos en techos de vehículos.
- Trabajos de pintura.
- Trabajos de carpintería.
- Trabajos de limpieza de piezas.

#### **4.4.1.4. MÓDULO IV: Medidas de emergencia.**

**OBJETIVO:** Formación exigida por el artículo 20 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

**DURACIÓN:** Dependerá de las medidas de emergencia existentes en las dependencias o lugares sobre los que se imparte la formación. (Máximo 4 horas).

#### **CONTENIDOS:**

- Normativa.
- Instalaciones.
- Generalidades.

- Medidas de emergencia definidas en los centros de trabajo afectados.

#### **4.4.1.5. MÓDULO V: Primeros auxilios.**

**OBJETIVO:** Formación requerida por el artículo 20 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

**DURACIÓN:** de 2 a 4 horas dependiendo de los grupos de riesgos a formar.

#### **CONTENIDOS:**

- 1.- Normas generales ante un accidentado.
- 2.- Contusiones, heridas, apósitos y vendajes.
- 3.- Hemorragias.
- 4.- Hemorragias internas y exteriorizadas.
- 5.- Fracturas.
- 6.- Quemaduras, radiaciones solares y cuerpos extraños.
- 7.- Shock, lipotimia, síncope y convulsiones.
- 8.- Respiración artificial y masaje cardiaco.
- 9.- Mordeduras de animales y picaduras de insectos.
- 10.- Intoxicaciones.
- 11.- Accidentes producidos por la electricidad.
- 12.- Traslado de accidentados.
- 13.- Normas generales ante los accidentes ferroviarios.

#### **4.4.1.6.- MÓDULO VI: Protección contra incendios.**

**OBJETIVO:** Dotar a los asistentes de los conocimientos y prácticas para actuar ante situaciones de incendio en las instalaciones de la empresa.

**DURACIÓN:** De 4 a 6 horas.

**CONTENIDOS:**

##### **1.- Naturaleza del fuego.**

- 1.1.- Combustión.
- 1.2.- Tipos de combustión.
- 1.3.- Resultados de la combustión.
- 1.4.- Calor y sus formas de transmisión.
- 1.5.- Triángulo y tetraedro del fuego.
- 1.6.- Clase de fuego.
- 1.7.- Características de vaporización, ignición, inflamación y autoinflamación.

##### **2.- Agentes extintores.**

- 2.1.- Agentes extintores y características.
- 2.2.- Tipos de agentes extintores.
- 2.3.- Formas de extinción.

##### **3.- Extintores portátiles.**

- 3.1.- Norma reguladora.
- 3.2.- Extintor: Definición, agente extintor, tiempo de proyección y alcance medio.
- 3.3.- Clasificación según: Carga, agente extintor, sistema de presurización.
- 3.4.- Criterios de calidad: Eficacia, seguridad y conservación.
- 3.5.- Peligros de empleo.
- 3.6.- Presentación: Placa timbre y etiqueta de características.
- 3.7.- Elección del agente extintor.
- 3.8.- Emplazamiento, verificación y mantenimiento del extintor.
- 3.9.- Actuación en caso de incendio.

#### **4.4.1.7.- Programa para reciclajes en Prevención de Riesgos Laborales del personal operativo.**

**OBJETIVO:** Reciclar a los trabajadores en los conocimientos de los riesgos generales, específicos y en las medidas preventivas.

**DURACIÓN:** 6 horas.

**CONTENIDOS:**

**ACTUALIZACIÓN:**

MÓDULO I: Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

MÓDULO II: Riesgos generales y su prevención.

MÓDULO III: Riesgos específicos.

#### **4.4.2.- Formación coyuntural.**

- Formación e información motivada por nuevos ingresos.
- Formación e información motivada por cambios de funciones.
- Formación e información motivada por introducción de nuevas tecnologías.
- Formación e información motivada por cambio en los equipos de trabajo.
- Formación e información motivada por cambio de procesos productivos.
- Formación o información por ocasión o consecuencia de haberse producido un accidente de trabajo o enfermedad profesional.
- Formación personal designado para emergencia

La formación coyuntural será impartida de manera específica o de acuerdo con las acciones programadas de formación continua de la Empresa.

##### **4.4.2.1.-Acción formativa complementaria.**

Como complemento de lo expuesto se ha estructurado una acción informativa:

- Mediante un manual en el que se plantean cuestiones relativas a la prevención de riesgos cuyas soluciones se encontrarán a disposición de los participantes en la Red de Intranet. Para ello se estudiará el sistema que permita el acceso a dicha Red y en los casos que no sea posible se establecerá una tutoría para la resolución de las cuestiones.
- Vídeo informativo sobre su participación en la Gestión de la Prevención.
- Como acción informativa complementaria se propone que, al igual que se exige a nuestros Contratistas en los Contratos de Obra, y en los de Servicio en aquellos trabajos con especiales situaciones de riesgo, será preceptivo facilitar a nuestros trabajadores, antes del inicio de la jornada y a cargo de los Mandos Directos de los mismos, una breve charla, de los riesgos que el desempeño de su trabajo puede acarrear junto con las medidas preventivas a adoptar, y ello en los siguientes casos:
  - Cuando se haya producido una incidencia, aunque no haya dado lugar a Accidente.
  - Cuando se haya producido un accidente leve, grave o mortal y una vez confeccionado el correspondiente Informe.

En ambos casos en la charla se analizará el informe del accidente o de la incidencia si lo hubiera, prestándole especial atención a las causas del mismo y las medidas preventivas a adoptar, con la finalidad última de que un accidente de este tipo sea irrepetible.

- En todos los trabajos cuyo riesgo detectado en la Evaluación de riesgo sea:
    - o Electrocutión
    - o Arrollamiento
- o igualmente en los de:
- o Caídas de altura
  - o Riesgo Eléctrico

en las que el riesgo esté calificado como mínimo de Moderado.

En los casos de incidencia o accidente leve, la acción informativa será limitada en el tiempo. En los demás casos, la acción será permanente.

Se dispondrá la creación de un tríptico informativo, que sirva para divulgar estas prácticas entre el colectivo de Mandos y Trabajadores, al tiempo que un guión de la charla a impartir.

#### **4.4.2.2 Formación por nuevo ingreso.**

Se impartirán en una acción única todos los módulos establecidos para la formación continua del personal operativo.

#### **4.4.2.3.- Por cambio de funciones.**

#### **4.4.2.4.- Nuevas tecnologías.**

#### **4.4.2.5.- Cambio en los equipos de trabajo.**

#### **4.4.2.6.- Cambio en los procesos productivos.**

#### **4.4.2.7.- Por ocasión o consecuencia de haberse producido un accidente.**

Se impartiría la formación sobre los riesgos específicos originados por las situaciones de cambio citadas.

En el caso de accidentes de trabajo o enfermedades profesionales, dependiendo de las causas y/o de las situaciones de riesgo, se detectara la necesidad de realizar una acción formativa o informativa.

#### **4.5.- DELEGADOS DE PREVENCIÓN.**

Dando cumplimiento a la Ley de Prevención de Riesgos Laborales en su artículo 37, apartado 2, así como a las disposiciones específicas sobre esta materia que dicten las distintas Comunidades Autónomas si fueran de aplicación, la formación para los Delegados de Prevención se realizará teniendo en cuenta las siguientes situaciones:

- Al ser elegidos, **formación inicial** de nivel básico establecida por el artículo 35 del Real Decreto 39/1997 de 17 de enero, de acuerdo con el programa establecido al efecto.
- Independientemente de esta formación y durante la vigencia del mandato de los Delegados de Prevención, éstos recibirán a su vez y cuando concurren las circunstancias requeridas, el correspondiente **reciclaje formativo**.

##### **4.5.1. Formación inicial.**

La formación inicial tendrá los siguientes módulos:

- MÓDULO I: Conceptos básicos sobre seguridad y salud en el trabajo.
- MÓDULO II: Riesgos generales y su prevención.
- MÓDULO III: Riesgos específicos.
- MÓDULO IV: Elementos básicos de gestión de la prevención de riesgos.
- MÓDULO V: Primeros auxilios.

#### **OBJETIVOS:**

Proporcionar a los Delegados de Prevención la formación en materia preventiva necesaria para el desempeño de sus funciones, según establece la Ley de Prevención de Riesgos Laborales en su artículo 37.

Adecuar los conocimientos de forma tal, que posibiliten a los destinatarios adaptar la prevención en cuanto a sus capacidades a la evolución de los riesgos y a la aparición de otros nuevos.

**Duración: 32 horas.**

#### **CONTENIDOS:**

## **Módulo I: Conceptos básicos sobre seguridad y salud en el trabajo:**

### 1.- Conceptos básicos:

- La salud.
- Concepciones medicas de la salud.
- Concepciones sociales de la salud.
- Concepción ideal de la salud.

### 2.- Daños derivados del trabajo:

- Los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales.  
A impartir por la especialidad de Medicina.

### 1.- Conceptos Básicos:

- La seguridad (concepto y definición).
- Las técnicas de seguridad.

### 2.- Los riesgos profesionales.

### 3.- Condiciones de trabajo y factores de riesgo:

- Seguridad e Higiene, condiciones de trabajo.
- Factores de riesgo y técnicas preventivas.

### 4.- Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales.

4.1.- Ley de P.R.L. y los Reglamentos de su desarrollo, Directivas, Otras normas. Objeto y carácter de la Ley de P.R.L. Definiciones básicas de la Ley de P.R.L. Participación de Empresarios y trabajadores. Derechos y deberes básicos (Arts. 14 y 29). Principios de la acción preventiva. Información, consulta y participación de los trabajadores. Riesgo grave e inminente. Vigilancia de la salud. Consulta y participación (Art. 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39).

4.2.- Nuevas disposiciones normativas.

## **Módulo II: Riesgos Generales y su prevención:**

### 1.- Las condiciones de seguridad y sus riesgos:

- Las máquinas y los equipos
- Las herramientas
- Los lugares de trabajo
- La manipulación y el transporte
- La electricidad
- Los incendios

### 2.- El medio-ambiente físico de trabajo y sus riesgos:

- El ruido
- La iluminación
- Las radiaciones

### 3.- Los contaminantes químicos.

### 4.- Sistemas elementales de control de riesgos:

- Protección colectiva.
- Protección individual.

### 5.- Aspectos psicosociales:

- La carga de trabajo.
- La fatiga física.
- La carga mental.
- La ergonomía del puesto de trabajo.
- La insatisfacción laboral.

### 6.- Daños derivados del trabajo:

- Otras patologías derivadas del trabajo (el estrés laboral)

### 7.- Planes de emergencia y evacuación

### **Módulo III: Riesgos Específicos:**

#### 1.- Riesgos en trabajos de:

- Circulación.
- Maniobras y agujas.
- Intervención de trenes- Conducción.
- Conservación de vía.
- Alumbrado y fuerza.
- Telecomunicaciones.
- Instalaciones de seguridad.
- Electrificación y subestaciones.
- Visita de trenes.
- Talleres.

**Módulo IV: Elementos básicos de gestión de la prevención de riesgos:**

- 1.- Política preventiva de la empresa.
- 2.- La organización de la prevención dentro de la empresa.
- 3.- Organismos públicos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo.

**Módulo V: Primeros auxilios.**

**4.5.2. Formación de reciclaje.**

**OBJETIVOS:** Reciclar a los Delegados de Prevención en el conocimiento de los Reglamentos específicos en materia preventiva.

**CONTENIDOS:**

**Módulo VI:**

- 1.- Adaptación a la evolución de los riesgos.
- 2.- Aparición de nuevos riesgos en la Empresa.
- 3.- Entrada en vigor de nuevas disposiciones normativas.

El Programa de dicho reciclaje estará en función de la situación que genere su necesidad, desarrollando los contenidos precisos.

**4.6.-OTRAS ACCIONES FORMATIVAS.**

**4.6.1.- Programa para la formación de los trabajadores designados para poner en práctica las medidas de emergencia.**

**OBJETIVO:** Capacitar a los trabajadores designados por la empresa para la aplicación de las medidas de emergencia, dando cumplimiento al artículo 20 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

**Duración: 8 horas.**

**CONTENIDOS:**

1.- Conocimientos generales sobre el fuego:

- Cómo se produce
- Cómo se propaga
- Cómo se extingue

2.- Clasificación de fuegos y forma de combatirlos.

3.- Funcionamiento de los diferentes medios de lucha contra incendios.

4.- Aplicación más eficaz de los elementos extintores.

5.- Riesgos y situaciones peligrosas que pueden surgir durante el combate de un incendio.

6.- Conocimiento de los códigos de alerta y alarma.

7.- Conocimiento de las vías de evacuación, principales y alternativas.

8.- Normas para salvamento y primeros auxilios:

- Asfixias
- Quemaduras
- Contusiones
- Fracturas

9.- Prácticas con extintores y fuego real.

10.- Combate del incendio con instalaciones fijas.

11.- Familiarización con los elementos de señalización, de evacuación e iluminación de emergencia y señalización.

12.- Práctica de primeros auxilios.

13.- Plan de emergencia de las instalaciones para las que se designa el trabajador.

14.- Conocimientos de los riesgos del transporte de mercancías peligrosas si les afecta, según Dirección.

#### 4.6.2.- Programa para la formación de riesgos laborales en trabajos de oficinas.

**Duración: 6 horas.**

##### **CONTENIDOS:**

- La política Preventiva de la empresa
- La Ley de prevención de riesgos laborales
- Los factores de riesgo
- Riesgos y medidas preventivas
  - Los equipos de trabajo
  - El entorno ambiental
  - Pantallas de visualización de datos
- La manipulación de cargas
- La iluminación
- Los productos químicos
- La electricidad
- El síndrome del edificio enfermo