

CAMARER@ DE PISO PREVENCIÓN Y SALUD

1. Nivel/etapa al que se dirige la actividad:

Este curso está dirigido a todas aquellas personas que deseen conocer los principios básicos de prevención y salud para camarer@ de piso. Este curso es adecuado no sólo para trabajadores en activo, sino también para personas que quieran formarse y hacer más atractivo su currículum.

Nivel del curso: Básico-Medio

2. Horas de duración:

20 horas.

3. Número máximo de participantes:

ON-LINE.

OBJETIVOS:

- El objetivo principal es capacitar al alumno para realizar las funciones en prevención y salud del trabajo de camarer@ de pisos.

CONTENIDO:

PRESENTACIÓN

UNIDAD 1.- INTRODUCCIÓN

UNIDAD 2.- DESCRIPCIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO DE CAMARERA DE PISO

UNIDAD 3.- EVALUACIÓN DE RIESGOS Y PLANIFICACIÓN PREVENTIVA

UNIDAD 4.- RIESGOS DERIVADOS DE LA ACTIVIDAD DE CAMARERA/O DE PISO

1. Caídas al mismo nivel
2. Caídas a distinto nivel
3. Cortes, pinchazos y golpes
4. Incendio
5. Manipulación y uso de los productos químicos utilizados
6. Ruido
7. Condiciones ambientales de los lugares de trabajo
8. Iluminación
9. Riesgos derivados de la manipulación de cargas
10. Riesgos derivados de posturas forzadas
11. Riesgos derivados de los movimientos repetidos
12. Estrés laboral
13. Acoso laboral
14. Violencia en el trabajo

UNIDAD 5.- QUÉ SON LOS TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS

1. Consideraciones a tener en cuenta

UNIDAD 6.- VIGILANCIA DE LA SALUD

UNIDAD 7.- NORMAS PREVENTIVAS PARA CAMARERAS/OS DE PISO

UNIDAD 8.- CUESTIONES A TENER EN CUENTA EN CASO DE EMBARAZO

UNIDAD 9.- ANEXOS

Anexo 1: método pilates. Prevención de trastornos musculoesqueléticos

Anexo 2 ergomater: método para la evaluación de riesgos ergonómicos en trabajadoras embarazadas

UNIDAD 10.- DIRECCIONES DE INTERÉS