

## Personal de oficinas metal



**Área:** TPC / TPM  
**Modalidad:** Teleformación  
**Duración:** 6 h  
**Precio:** 45.00€

[Curso Bonificable](#)  
[Contactar](#)  
[Recomendar](#)  
 [Tienda online](#)  
[Matricularme](#)

### OBJETIVOS

Esta formación tiene como objetivo transmitir los riesgos de trabajadores que desempeñan sus tareas en oficinas y la adopción de medidas preventivas propias de este lugar de trabajo para evitarlos. La formación preventiva para el personal de oficina incide, entre otros, en los riesgos derivados del uso de las pantallas de visualización de datos (PVD), de posturas incorrectas, de la fatiga mental y visual, riesgos de incendios, y de contactos eléctricos, así como sus correspondientes medidas preventivas. Asimismo, se incide también en aspectos de seguridad vial, especialmente de interés para empleados del área comercial de la empresa.

### CONTENIDOS

1 Definición de los trabajos - 1.1 Labor del personal de oficinas - 1.2 Pantallas de visualización - 1.3 Reconocer las características y particularidades de los usuarios de PVD - 2 Técnicas preventivas - 2.1 Pantallas de visualización - 2.2 Medidas de emergencia. Conocimientos básicos - 2.3 Primeros auxilios, mantenimiento de botiquín, etc - 3 Medios auxiliares, equipos y herramientas - 3.1 Mobiliario adecuado frente a los riesgos posturales y ergonómicos, etc - 3.2 Verificación, identificación y vigilancia del lugar de trabajo y su entorno - 3.3 Observar y conocer los riesgos y las medidas preventivas necesarias - 3.4 Conocimientos básicos sobre los medios de protección colectiva y los equipos de protección individual - 3.5 Conocimiento del entorno del lugar de trabajo, iluminación, ambiente de trabajo - 4 Derechos y obligaciones - 4.1 Marco normativo general y específico - 4.2 Divulgación y participación - 5 Seguridad vial - 5.1 Seguridad vial - 5.2 Accidentes laborales viales - 5.3 Factores de riesgos y medidas preventivas laborales viales - 5.4 Actuación en caso de accidente - 5.5 Cuestionario: Cuestionario final -

### METODOLOGIA

La actividad tutorial será bidireccional, es decir, tanto el alumno se puede poner en contacto con el tutor para solventar dudas o dificultades como el tutor con el alumno para establecer un contacto directo con él, comprobar su nivel de progreso en el estudio, su grado de motivación y su situación personal en relación con su participación en la acción formativa.

Las características de la metodología de este tipo de acciones formativas son:

**Total libertad de horarios** para realizar el curso desde cualquier ordenador con conexión a Internet, **sin importar el sitio desde el que lo haga**. Puede comenzar la sesión en el momento del día que le sea más conveniente y dedicar el tiempo de estudio que estime más oportuno.

---

**EMAIL:** [info@mferrerconsultores.com](mailto:info@mferrerconsultores.com)  
**TELÉFONO:** 635952170

**<https://www.mferrerconsultores.com>**



En todo momento contará con un el **asesoramiento de un tutor personalizado** que le guiará en su proceso de aprendizaje, ayudándole a conseguir los objetivos establecidos.

**Hacer para aprender**, el alumno no debe ser pasivo respecto al material suministrado sino que debe participar, elaborando soluciones para los ejercicios propuestos e interactuando, de forma controlada, con el resto de usuarios.

**El aprendizaje se realiza de una manera amena y distendida**. Para ello el tutor se comunica con su alumno y lo motiva a participar activamente en su proceso formativo. Va controlando su progreso a través de diversos ejercicios como por ejemplo test de autoevaluación.

**Los contenidos del curso se actualizan para que siempre respondan a las necesidades reales del mercado**. El departamento multimedia incorpora gráficos, imágenes, videos, sonidos y elementos interactivos que complementan el aprendizaje del alumno ayudándole a finalizar el curso con éxito.

## REQUISITOS

### Los requisitos técnicos mínimos son:

Navegador Microsoft Internet Explorer 5.5 o superior, con plugin de Flash, cookies y JavaScript habilitados.

No se garantiza su óptimo funcionamiento en otros navegadores como Firefox, Netscape, Mozilla, etc.

Resolución de pantalla de 800x600 y 16 bits de color o superior.

Procesador Pentium II a 300 Mhz o superior.

32 Mbytes de RAM o superior.

## CONTROLES APRENDIZAJE

Se llevará a cabo una **evaluación continua**, con el seguimiento a través de las tutorías que van haciendo los profesores, para comprobar si ha habido un aprovechamiento real del curso. Para ello, el alumnado deberá realizar todos los ejercicios que acompañan a los contenidos del curso (evaluaciones, autoevaluaciones, cuestionarios, ejercicios prácticos, etc.) para evaluar que van consiguiendo los contenidos adecuados.

De igual modo, se realizará una **evaluación final**, donde el alumno deberá de responder adecuadamente al examen de evaluación final que será corregido automáticamente una vez realizado.

### Plazos de realización:

**Evaluación continua:** con objeto de garantizar el máximo aprovechamiento del curso, se recomienda al alumnado que entregue los ejercicios prácticos, autoevaluaciones, cuestionarios a lo largo del curso.

**Evaluación final:** se recomienda que se realice una vez finalizado todo el curso, es decir, el último día del mismo, para poder responder adecuadamente a las preguntas que se indiquen.

**Evaluación continua:** durante todos los días del curso.

**Evaluación final:** un día después de la finalización del curso.

---

**EMAIL: [info@mferrerconsultores.com](mailto:info@mferrerconsultores.com)**

**TEÍÉFONO: 635952170**

**<https://www.mferrerconsultores.com>**