

A man wearing a white hard hat, an orange safety vest over a grey t-shirt, and blue jeans stands in a large, bright industrial hall. He is holding a clipboard and looking off to the side. The hall has high ceilings and large windows in the background, with some industrial equipment and materials visible on the floor.

Prevención del estrés térmico en el entorno laboral

Curso de 4 horas

Objetivos del curso

El objetivo principal de este curso es proporcionar al alumnado los conocimientos básicos necesarios para identificar los riesgos derivados de la exposición al calor en el entorno laboral y adoptar las medidas preventivas adecuadas para proteger su salud y la de sus compañeros. Asimismo, se pretende fomentar hábitos de trabajo seguros que permitan reducir la probabilidad de accidentes y enfermedades relacionadas con el estrés térmico.

Al finalizar la formación, el alumnado será capaz de comprender qué es el estrés térmico y cuáles son sus principales factores de riesgo; reconocer los efectos que el calor puede producir sobre el organismo y detectar los síntomas de alerta; aplicar medidas preventivas relacionadas con la hidratación, la aclimatación y la organización del trabajo; y actuar de forma rápida y adecuada ante una situación de emergencia provocada por la exposición al calor.

Estructura del curso

1

Módulo 1. Fundamentos del estrés térmico

- 1.1. Conceptos básicos sobre estrés térmico
- 1.2. Factores de riesgo
- 1.3. Trabajos con mayor exposición al calor

2

Módulo 2. Riesgos para la salud

- 2.1. Efectos del calor y el frío sobre el organismo
- 2.2. Principales trastornos relacionados con el estrés térmico
- 2.3. Señales y síntomas de alerta

3

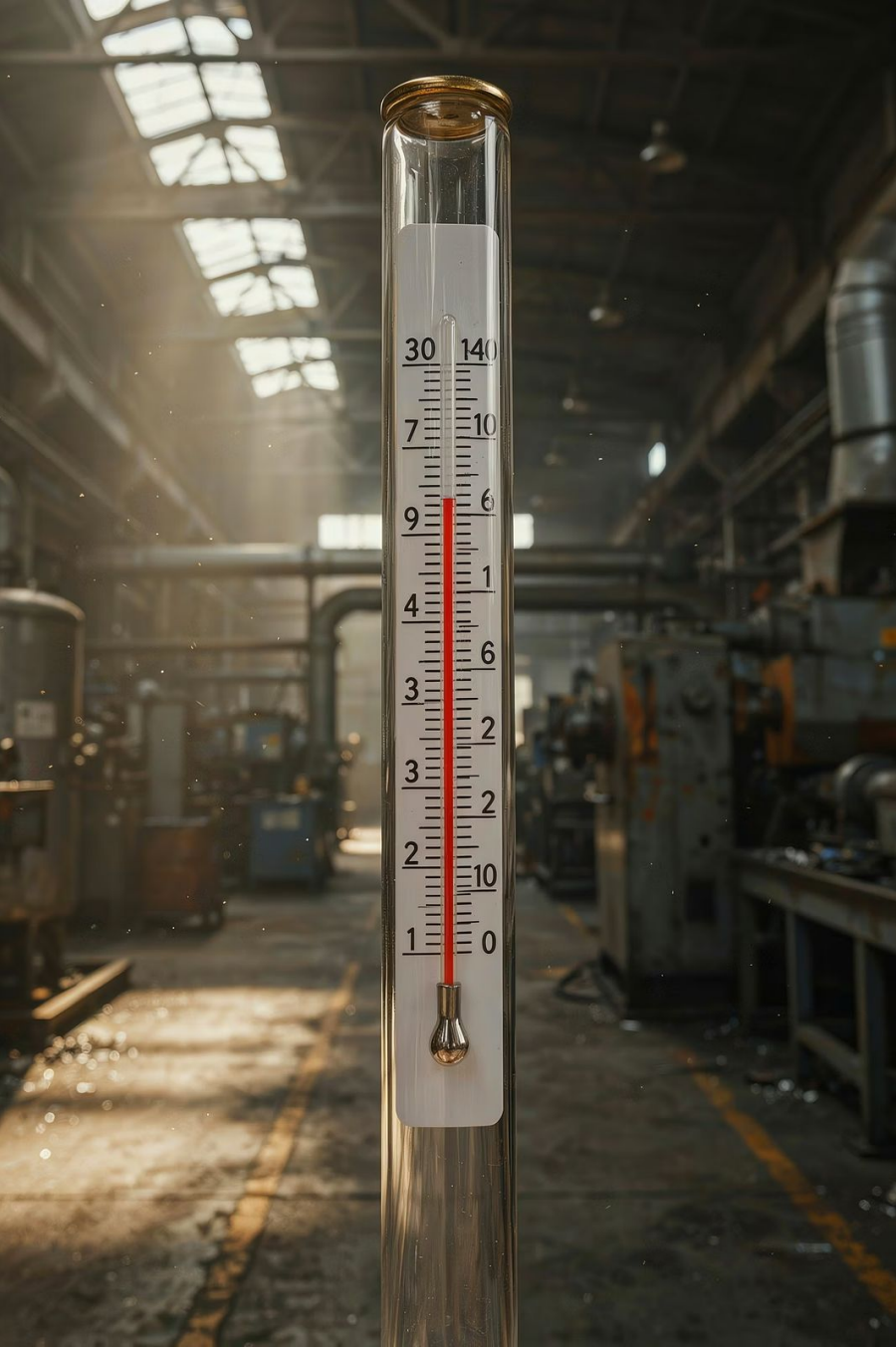
Módulo 3. Prevención del estrés térmico

- 3.1. Medidas preventivas generales
- 3.2. Hidratación y aclimatación
- 3.3. Organización segura del trabajo

4

Módulo 4. Actuación ante situaciones de riesgo

- 4.1. Actuación ante una emergencia por calor
- 4.2. Primeros auxilios básicos
- 4.3. Recomendaciones finales y buenas prácticas preventivas



Módulo 1. Fundamentos del estrés térmico

01

1.1. Conceptos básicos sobre estrés térmico

02

1.2. Factores de riesgo

03

1.3. Trabajos con mayor exposición al calor



Módulo 2. Riesgos para la salud

01

2.1. Efectos del calor y el frío sobre el organismo

02

2.2. Principales trastornos relacionados con el estrés térmico

03

2.3. Señales y síntomas de alerta



Módulo 3. Prevención del estrés térmico

01

3.1. Medidas preventivas generales

02

3.2. Hidratación y aclimatación

03

3.3. Organización segura del trabajo

Módulo 4. Actuación ante situaciones de riesgo

01

4.1. Actuación ante una emergencia por calor

02

4.2. Primeros auxilios básicos

03

4.3. Recomendaciones finales y buenas prácticas preventivas