

[www.capsileon.com](http://www.capsileon.com)

**CAPSI**®  
BY SENSU



# CATALOGO DE CURSOS DE CAPACITACION EDICION 2023



[capsileon01@gmail.com](mailto:capsileon01@gmail.com)  
Contacto 4773474662

## ¿QUIENES SOMOS?

CAPSI LEON es una organización privada e independiente de origen Mexicana que fomenta la Investigación, Innovación, Formación, Colaboración e Internacionalización en el campo de la Seguridad, Salud y Bienestar Laboral.

Con el objetivo de apoyar en la realización de los proyectos en materia de Seguridad, Salud y Bienestar Laboral de nuestros clientes, con participaciones de profesionales formados en el campo de la Seguridad y Bienestar Laboral de cada lugar donde tenemos presencia

## NUESTROS OBJETIVOS

INVESTIGACION

INNOVACION

FORMACION

COLABORACION

INTERNACIONALIZACION

CERTIFICACION

## **MODALIDAD DE INSTRUCCIÓN**

Presencial grupal, técnicas de metodología, el curso se desarrollará en su parte teórica por un instructor capacitado, el cual, mediante el apoyo de medios audiovisuales, expondrá los contenidos del curso. En cuanto a la metodología de aprendizaje práctico, cuando aplique, se orienta en la práctica concreta de ejercicios grupales y juego de roles.

Requisitos de aprobación: Asistencia a la ponencia, participación y práctica, los participantes rendirán una prueba escrita, así como participación y evaluación la cual tendrá que ser no menor al 80%, cuando la capacitación aplique práctica: (Deben tener ambos exámenes aprobados con calificación mínima de 80) para poder hacer entrega de su Constancia DC-3

## **METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA:**

Metodología activa, expositiva y demostrativa, enfocada siempre al trabajo en equipo, solución de problemas potencializando el aspecto cognoscitivo (adquirir mayores conocimientos), afectivo (actitud de servicio y hacer las cosas con calidad) y psicomotor (habilidad para hacer las cosas bien a la primera y siempre) de los participantes

## **Criterios de evaluación**

Asistencia, Actitud, Teórica y Práctica.

## **¿Que incluye el Curso?**

- Traslado a sus instalaciones
- Material Didáctico “Manuales para cada Participante” DIGITAL E IMPRESO
- CARPETA DE EVIDENCIA QUE INCLUYE:
- Constancia de Competencias y Habilidades Laborales DC3
- Certificación internacional AIFYC
- Reporte de Curso



## OPERACIÓN SEGURA DE MONTACARGAS

Eléctrico y de Combustión Clases I, II, III, IV y V  
Patín Eléctrico - Hombre Sentado - Hombre Parado  
Carro de Arrastre Tugger - Estibador

NOM-004-STPS-1999, Sistemas de protección y dispositivos de seguridad en la maquinaria y equipo que se utilice en los centros de trabajo.

NOM-006-STPS-2014, Manejo y almacenamiento de materiales-Condicionen de seguridad y salud en el trabajo.

- CONCIERTIZACION DE SEGURIDAD PERSONAL LABORAL
- RESPONSABILIDAD EN LA RELACION MAQUINA - PEATON
- EQUIPO DE SEGURIDAD PERSONAL Y SEÑALETICA
- RESPONSABILIDAD EN MI CENTRO DE TRABAJO
- CONOCIMIENTOS BASICOS DEL MONTACARGAS
- REVISION Y CHEQUEO RUTINARIO DEL MONTACARGAS (CHECK LIST)
- CARACTERISTICAS DE MANEJO
- MANEJO DE LA CARGA
- EQUILIBRIO Y ESTABILIDAD
- RECARGA DE COMBUSTIBLE
- MANTENIMIENTO Y CARGA DE LA BATERIA INDUSTRIAL





## OPERACIÓN DE GRÚAS VIAJERAS Y POLIPASTOS

NOM-004-STPS-1999, Sistemas de protección y dispositivos de seguridad en la maquinaria y equipo que se utilice en los centros de trabajo.

NOM-006-STPS-2014, Manejo y almacenamiento de materiales-Condiciónes de seguridad y salud en el trabajo.

- CONCIENCIA DE SEGURIDAD PARA EL USO DE GRUAS VIAJERAS
- PARTES Y COMPONENTES DE LA GRÚA
- LOS TRES MOVIMIENTOS BÁSICOS, PARTICULARIDADES Y LIMITACIONES DE OPERACIÓN
- PERFIL DEL OPERADOR
- ESPECIFICACIONES, CAPACIDADES DE CARGA Y DISEÑO ESTRUCTURAL
- CONTROLES DE CABINA, ALAMBRICOS Y REMOTOS
- REPORTE DE INSPECCIÓN VISUAL Y FUNCIONAL
- COMUNICACIÓN Y PREPARACIÓN DEL ÁREA DE TRABAJO
- MOVIMIENTO DE LA CARGA
- SEÑALES HUMANAS PARA EL MOVIMIENTO DE GRÚAS
- APAREJOS, ESLINGAS, ESTROBOS Y CADENAS, PERROS, ARMELLAS, ETC.
- ASEGURAMIENTO Y ÁNGULOS DE TENSIÓN
- PRACTICAS PARA LA OPERACIÓN SEGURA DE GRUAS
- CONCLUSIONES





## TRABAJOS CON ESPACIOS CONFINADOS

PROY-NOM-005-2017, Manejo de sustancias químicas peligrosas o sus mezclas en los centros de trabajo, Condiciones y procedimientos de seguridad y salud.  
NOM-033-STPS-2015; Condiciones de seguridad para realizar trabajos en espacios confinados.

- MARCO NORMATIVO
- DEFINICIONES
- OBLIGACIONES DEL PATRÓN.
- OBLIGACIONES DEL TRABAJADOR
- RECONOCIMIENTO DE UN ESPACIO CONFINADO
- CLASIFICACIÓN DEL ESPACIO CONFINADO
- RIESGOS DE UN ESPACIO CONFINADO
- POR QUE SUCEDEN LOS ACCIDENTES
- REGLAS ESPECIFICAS PARA TRABAJAR EN E.C
- ATMOSFERAS PELIGROSAS
- VENTILACIÓN
- BLOQUEO DE ALIMENTACIONES (LOTO)
- EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL
- SISTEMA DE EXTRACCIÓN
- SISTEMA DE COMUNICACIÓN
- PLAN DE EMERGENCIA



## SEGURIDAD EN EL BLOQUEO Y ETIQUETADO DE ENERGIAS PELIGROSAS (LoTo)

NOM-004-STPS-1999, Sistemas de protección y dispositivos de seguridad en la maquinaria y equipo que se utilice en los centros de trabajo

- INTRODUCCIÓN
- BLOQUEO DE ENERGIA CON RELACION A LA NOM-004-STPS-1999
- BLOQUEO DE ENERGIA EN FUNCION AL ESTANDAR INTERNACIONAL OSHA 29 CFR 1910.147
- TIPOS DE ENERGÍA A BLOQUEAR
- ACTOS Y CONDICIONES INSEGURAS
- LOS ACCIDENTES DE TRABAJO
- PROGRAMA PARA LA OPERACIÓN SEGURA Y MANTENIMIENTO E LA MAQUINARIA Y EQUIPO
- PROTECTORES Y DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD
- PERMISOS DE TRABAJO
- IMPLEMENTACION DEL PROCEDMIENTO DE BLOQUEO Y ETIQUETADO
- EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL
- PRACTICAS EN SITIO DE TRABAJO
- CONCLUSIONES





## PRINCIPIOS DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y PROTECCIÓN AMBIENTAL

NOM-030-STPS-2009, Servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo Funciones y actividades.

- PRINCIPIOS DE LA GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL.
- RECONOCIMIENTO, EVALUACIÓN Y CONTROL DE PELIGROS.
- COMUNICACIONES DE SEGURIDAD.
- PARTICIPACIÓN DEL PERSONAL
- REPORTE E INVESTIGACIÓN DE INCIDENTES.
- ANÁLISIS DE SEGURIDAD DE TAREAS
- CAPACITACIÓN DE SEGURIDAD.
- EQUIPOS DE TRABAJO EN SEGURIDAD.
- INSPECCIONES DE SEGURIDAD.
- INTRODUCCIÓN A LA OSHA
- FUNDAMENTOS DE HIGIENE INDUSTRIAL.
- NORMA DE COMUNICACIÓN DE PELIGROS.
- ERGONOMÍA.
- EQUIPOS DE PROTECCIÓN PERSONAL.
- REGISTRO DE LESIONES Y ENFERMEDADES PARA OSHA
- PLAN DE ACCIÓN ANTE EMERGENCIAS.
- ORIENTACIÓN EN SEGURIDAD.
- CREACIÓN DE UN PLAN DE GESTIÓN DE SALUD

### CATEGORIAS DE LAS NORMAS DE SEGURIDAD INDUSTRIAL

Conjunto de normas obligatorias enfocadas a la prevención y protección de los accidentes laborales capaces de producir daños a las personas, a los bienes o al medioambiente de la institución o empresa.



#### Normas de Salud

Establece los límites de exposición a agentes contaminantes del ambiente de trabajo.

#### Normas de seguridad

Dictan las condiciones mínimas que deben implementarse en los centros de trabajo.



#### Normas de organización

Verifican de manera interna el cumplimiento a las normas aplicables a cada centro de trabajo.

#### Normas de producto

Regulaciones técnicas que contienen características o prescripciones aplicables a un producto



#### Normas específicas

Regulan las condiciones de seguridad e higiene.

## TRABAJOS EN ALTURAS

NOM-009-STPS-2011, Condiciones de seguridad para realizar trabajos en altura.

NOM-004-STPS-1999, Sistemas de protección y dispositivos de seguridad en la maquinaria y equipo que se utilice en los centros de trabajo.

- INTRODUCCIÓN
- TRABAJOS EN ALTURA (NORMATIVA STPS)
- OBLIGACIONES DEL PATRON
- OBLIGACIONES DE LOS TRABAJADORES
- MEDIDAS GENERALES PARA REALIZAR TRABAJOS EN ALTURAS.
- TIPOS DE TRABAJOS EN ALTURAS
- SEGURIDAD EN EL USO DE ESCALERAS
- SEGURIDAD EN EL USO DE ANDAMIOS
- SEGURIDAD EN EL USO DE PLATAFORMAS ELEVADORAS
- SELECCION Y USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL PARA TRABAJOS EN ALTURAS
- CAUSAS DE CAIDAS EN ALTURAS, ACTOS Y CONDICIONES INSEGURAS
- PRACTICAS (en base a equipos utilizados)
- CONCLUSIONES



## PLATAFORMA DE ELEVACION

NOM-009-STPS-2011, Condiciones de seguridad para realizar trabajos en altura.

NOM-004-STPS-1999, Sistemas de protección y dispositivos de seguridad en la maquinaria y equipo que se utilice en los centros de trabajo.

- INTRODUCCIÓN
- TRABAJOS EN ALTURA (NORMATIVA STPS)
- OBLIGACIONES DEL PATRON
- OBLIGACIONES DE LOS TRABAJADORES
- MEDIDAS GENERALES PARA REALIZAR TRABAJOS EN ALTURAS.
- SEGURIDAD EN EL USO DE PLATAFORMAS ELEVADORAS
- SELECCION Y USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL PARA TRABAJOS EN ALTURAS
- DELIMITACION
- ANALISIS DE RIESGOS
- PERMISO DE TRABAJO
- EXAMEN MEDICO
- CAUSAS DE CAIDAS EN ALTURAS, ACTOS Y CONDICIONES INSEGURAS
- PRACTICA
- CONCLUSIONES





## RECIPIENTES SUJETOS A PRESIÓN, RECIPIENTES CRIOGENICOS Y GENERADORES DE VAPOR O CALDERAS – FUNCIONAMIENTO

NOM-020-STPS-2011, Recipientes sujetos a presión, recipientes criogénicos y generadores de vapor o calderas - Funcionamiento - Condiciones de Seguridad.

DIRIGIDO A: GERENTE DE MANTENIMIENTO, FOGONEROS Y PERSONAL DE MANTENIMIENTO  
CONTENIDO

- INTEGRACIÓN GRUPAL
- PREEVALUACIÓN
- CONCEPTOS BASICOS
- ALTERACIONES
- CODIGO O NORMA
- FLUIDOS PELIGROSOS
- PRESION DE CALIBRACIÓN
- PRESION DE DISEÑO
- RECIPIENTE SUJETO A PRESIÓN
- REGISTRO
- REVISIÓN
- PRINCIPALES ACCIDENTES CON UN COMPRESOR
- DISPOSICIONES DE SEGURIDAD EN EL ENTORNO DE UN RECIPIENTE SUJETO A PRESIÓN DE FORMA FISICA Y DOCUMENTAL.
- SISTEMAS DE SEÑALIZACIÓN PARA EQUIPOS Y TUBERIAS.
- CLASIFICACION DE LOS EQUIPOS
- CARACTERISTICAS CATEGORIA I
- CARACTERISTICAS CATEGORIA II
- CARACTERISTICAS CATEGORIA III
- EXPEDIENTES DE LOS EQUIPOS
- PROGRAMAS ESPECIFICOS DE REVISIÓN Y MANTENIMIENTO DE EQUIPOS
- PROGRAMAS DE REVISIÓN DE CILINDROS METALICOS
- PROCEDIMIENTO DE OPERACIÓN PARA UNA CALDERA
- PROCEDIMIENTO DE REVISIÓN DE UN RECIPIENTE A PRESIÓN
- PROCEDIMIENTO DE MANTENIMIENTO
- REGISTROS
- REGISTRO DE REVISIÓN
- REGISTRO DE OPERACIÓN
- REGISTRO DE MANTENIMIENTO
- ENSAYOS NO DESTRUCTIVOS APLICADOS A RECIPIENTES SUJETOS A PRESIÓN
- PLAN DE ATENCIÓN DE EMERGENCIAS
- PROCEDIMIENTO PARA LA EVALUACION DE CONFORMIDAD DE LA NOM 020 2011
- EVALUACIÓN FINAL

Cat.	Fluido	Presión**	Volumen
I	Agua, aire y/o fluido no peligroso	Menor o igual a 490.33 kPa Menor o igual a 5 kg/cm <sup>2</sup>	Menor o igual a 0.5 m <sup>3</sup> Menor o igual a 500 lbs
	Agua, aire y/o fluido no peligroso	Menor o igual a 490.33 kPa Menor o igual a 5 kg/cm <sup>2</sup>	Mayor a 0.5 m <sup>3</sup> Mayor a 500 lbs
II	Agua, aire y/o fluido no peligroso	Mayor a 490.33 kPa y menor o igual a 784.53 kPa Mayor a 5 kg/cm <sup>2</sup> y menor o igual a 8 kg/cm <sup>2</sup>	Menor o igual a 1 m <sup>3</sup> Menor o igual a 1000 lbs
	Peligroso	Menor o igual a 686.47 kPa Menor o igual a 7 kg/cm <sup>2</sup>	Menor o igual a 1 m <sup>3</sup> Menor o igual a 1000 lbs
III	Agua, aire y/o fluido no peligroso	Mayor a 490.33 kPa y menor o igual a 784.53 kPa Mayor a 5 kg/cm <sup>2</sup> y menor o igual a 8 kg/cm <sup>2</sup>	Mayor a 1 m <sup>3</sup> Mayor a 1000 lbs
	Agua, aire y/o fluido no peligroso	Mayor a 784.53 kPa Mayor a 8kg/cm <sup>2</sup>	Cualquier volumen
	Peligroso	Menor o igual a 686.47 kPa Menor o igual a 7 kg/cm <sup>2</sup>	Mayor a 1 m <sup>3</sup> Mayor a 1000 lbs
	Peligroso	Mayor a 686.47 kPa Mayor a 7 kg/cm <sup>2</sup>	Cualquier volumen



## CORTE Y SOLDADURA - CONDICIONES DE SEGURIDAD

NOM-027-STPS-2008, Actividades de soldadura y corte-Condiciónes de seguridad e higiene

- ANTECEDENTES
- RESPONSABILIDADES EN LA EJECUCIÓN DE TRABAJOS DE CORTE Y SOLDADURA
- CAUSAS DE LOS ACCIDENTES EN ACTIVIDADES DE CORTE Y SOLDADURA
- ANALISIS DE RIESGOS POTENCIALES
- PROGRAMA DE ACTIVIDADES DE CORTE Y SOLDADURA
- PROCEDIMIENTO DE SEGURIDAD
- CONDICIONES DE SEGURIDAD DURANTE TRABAJOS DE CORTE Y SOLDADURA
- TRABAJOS DE CORTE Y SOLDADURA EN LOS QUE NO SE GENERA CHISPA, PROCESOS: TIG (TUNGSTEN INERT GAS),
- MIG Y PLASMA.
- PLAN DE ATENCIÓN DE EMERGENCIA EN ACTIVIDADES DE CORTE Y SOLDADURAR



## FACTORES DE RIESGO ERGONOMICO EN EL TRABAJO

NOM-036-1 STPS-2017, Factores de riesgo ergonómico en el trabajo-Identificación, análisis, prevención y control.

OBJETIVO:

ESTABLECER LOS ELEMENTOS PARA IDENTIFICAR, ANALIZAR, PREVENIR Y CONTROLAR LOS FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICO EN LOS CENTROS DE TRABAJO DERIVADOS DEL MANEJO MANUAL DE CARGAS, A EFECTO DE PREVENIR ALTERACIONES A LA SALUD DE LOS TRABAJADORES.

- INTRODUCCIÓN A LA ERGONOMÍA
- CONSIDERACIONES ANTROPOMÉTRICAS DEL PUESTO DE TRABAJO
- DESORDENES TRAUMÁTICOS ACUMULATIVOS
- CANSANCIO Y DESCANSO
- FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICO
- ERGONOMÍA APLICADA A LA EVALUACIÓN DE PUESTOS DE TRABAJO
- MAPA DE RIESGOS ERGONÓMICOS
- PRINCIPIOS ERGONÓMICOS PARA EL DISEÑO DE SISTEMAS DE TRABAJO.
- ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICO DEBIDO AL MANEJO MANUAL DE CARGAS
- LA ESTIMACIÓN DEL NIVEL DE RIESGO DE ACUERDO A APÉNDICE I Y II DE LA NOM- 036-STPS
- MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y/O CONTROL DE LOS FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICO POR EL
- MANEJO MANUAL DE CARGAS.
- VIGILANCIA A LA SALUD DE LOS TRABAJADORES
- MEDIDAS DE SEGURIDAD GENERALES.





## MANEJO, TRANSPORTE Y ALMACENAMIENTO DE SUSTANCIAS QUÍMICAS

NOM-018-STPS-2015, Sistema armonizado para la identificación y comunicación de peligros y riesgos por sustancias químicas peligrosas en los lugares de trabajo.

NOM-005-STPS-1998, Relativa a las condiciones de seguridad e higiene en los centros de trabajo para el manejo, transporte y almacenamiento de sustancias químicas peligrosas.

PROY-NOM-005-2017, Manejo de sustancias químicas peligrosas o sus mezclas en los centros de trabajo-Condiciónes y procedimientos de seguridad y salud.

- Presentación
- Marco normativo
- Definiciones
- Obligaciones del Patrón.
- Obligaciones del trabajador
- Id. De sustancias químicas
- Hojas de Seguridad.
- Análisis de los 16 apartados de una hoja de seguridad.
- Id. De peligros por sustancia específica
- Determinación de acciones de primeros auxilios según cada sustancia
- Determinación del EPP por sustancia química
- Incompatibilidades y reacciones de las sustancias
- Agentes neutralizantes
- 
- Manejo de Sustancias químicas
- Condiciones Generales
- Manejo Seguro
- Almacenamiento de Sustancias químicas
- Transporte de Sustancias químicas
- Incompatibilidades de las sustancias químicas





## BRIGADA INTRODUCCIÓN A LOS PRIMEROS AUXILIOS

NOM-001-STPS-2008, Edificios, locales, instalaciones y áreas en los centros de trabajo Condiciones de seguridad.

NOM-002-STPS-2010, Condiciones de seguridad-Prevención y protección contra incendios en los centros de trabajo.

- Objetivo.
- Generalidades en la atención de urgencia.
- Evaluación primaria.
- Heridas, hemorragias, lesiones musculo esqueléticas y quemaduras
- Reanimación cardiopulmonar para adulto, niño y bebé.
- Atragantamiento en adulto.
- Levantamientos Básicos



## BRIGADA DE PREVENCIÓN Y COMBATE CONTRA INCENDIOS

- Objetivo.
- Prevención de incendios.
- Teoría del fuego.
- Métodos de extinción.
- Clasificación de incendios.
- Extintores y agentes extinguidores.
- Hidrantes, toma siamesa y mangueras contra incendio.
- Equipo de protección personal en el combate de incendios.



## BRIGADA DE COMUNICACIÓN, EVACUACIÓN , BUSQUEDA Y RESCATE

- Objetivo.
- Análisis de vulnerabilidad.
- ¿Qué es un desastre?
- Agentes perturbadores
- Tipos de desastres
- Mapa de riesgo
- Tipos de evacuación
- Formación de la brigada de evacuación
- Simulacro de evacuación.
- Seguridad Personal
- Funciones principales del rescate
- Arrastres y levantamientos
- Marcación de búsqueda y rescate
- Consideraciones en la búsqueda y rescate
- Práctica





## MANTENIMIENTO DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS CONDICIONES DE SEGURIDAD

NOM-029-STPS-2011, Mantenimiento de las instalaciones eléctricas en los centros de trabajo-Condición de seguridad.

NOM-022-STPS-2008, Electricidad estática en los centros de trabajo-Condición de seguridad.

### OBJETIVO:

Establecer las condiciones de seguridad para la realización de actividades de mantenimiento de las instalaciones eléctricas en los centros de trabajo, a fin de evitar accidentes al personal responsable de llevarlas a cabo y a personas ajenas a dichas actividades que pudieran estar expuestas.

### DIRIGIDO A:

Personal que realice actividades de mantenimiento de las instalaciones eléctricas permanentes o provisionales, las que se desarrollen en las líneas eléctricas aéreas y subterráneas, así como las que se lleven a cabo con líneas energizadas.

- INTRODUCCIÓN
- DEFINICIONES TÉCNICAS
- ANTECEDENTES
- RESPONSABILIDADES DURANTE LA EJECUCIÓN DE TRABAJOS ELÉCTRICOS
- EVALUACIÓN DE RIESGOS PARA TRABAJOS ELÉCTRICOS
- MEDIDAS DE SEGURIDAD PARA TRABAJOS ELÉCTRICOS
- PROCEDIMIENTO PARA EL CONTROL DE ENERGÍAS PELIGROSAS
- SISTEMAS DE EMERGENCIA
- EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL
- HERRAMIENTAS Y ACCESORIOS
- PLAN DE RESPUESTA A EMERGENCIA

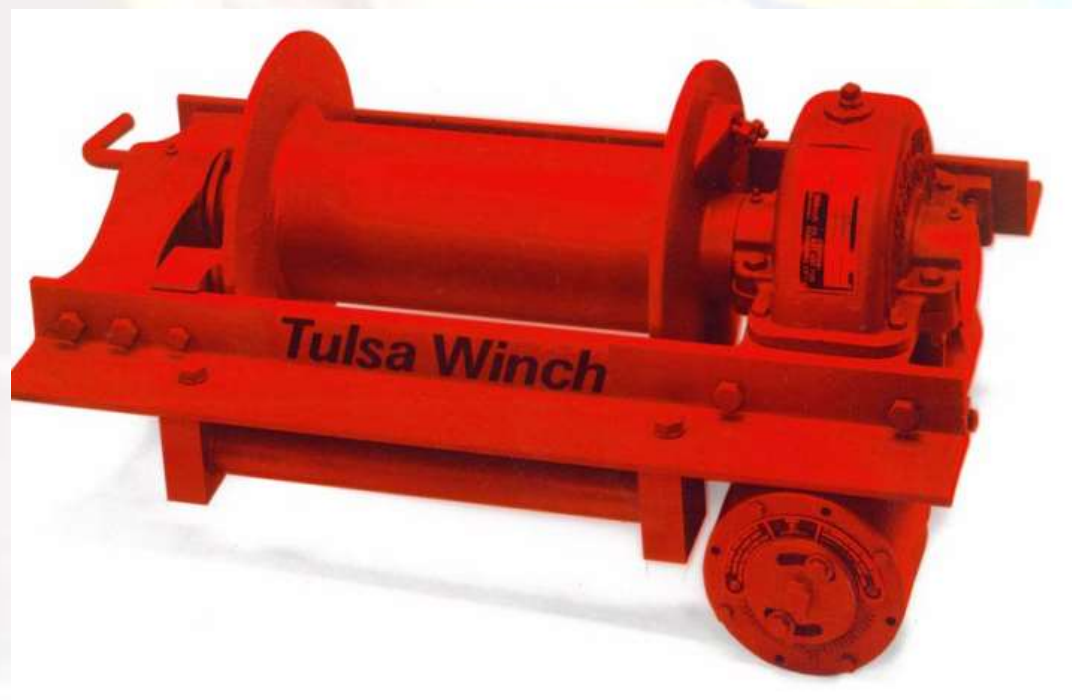


## OPERACIÓN SEGURA DE PATIN HIDRAHULICO

- **Identificar:** Los peligros que implica la manipulación de la maquina
- **Conocer:** los riesgos implícitos en la actividad.
- **Conocer:** las medidas de seguridad para las actividades de traslado de materiales,asi como los procedimientos seguros de trabajo.



## OPERACIÓN SEGURA DE MALACATE





## ELECTRICIDAD ESTÁTICA EN LOS CENTROS DE TRABAJO CONDICIONES DE SEGURIDAD

NOM-022-STPS-2015, Electricidad estática en los centros de Trabajo, condiciones de seguridad.

- INTRODUCCIÓN
- DEFINICIONES TÉCNICAS
- OBLIGACIONES DEL PATRÓN
- OBLIGACIONES DEL TRABAJADOR
- SISTEMAS DE PROTECCIÓN CONTRA DESCARGAS ELÉCTRICAS ATMOSFÉRICAS
- MEDICIÓN DE RESISTENCIAS
- PARARAYOS
- SUB-ESTACIONES ELÉCTRICAS
- TIERRAS FÍSICAS
- CONDICIONES DE SEGURIDAD



## EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

NOM-017-STPS-2008, Equipo de protección personal-Selección, uso y manejo en los centros de trabajo.

- INTRODUCCIÓN
- DEFINICIONES
- ANTECEDENTES
- RESPONSABILIDADES DEL EMPLEADOR
- RESPONSABILIDADES DEL TRABAJADOR
- ESTUDIO DE ANÁLISIS DE RIESGO
- PROCEDIMIENTOS DE SEGURIDAD EPP
- MEDIDAS DE SEGURIDAD
- SELECCIÓN DEL EPP
- CABEZA
- OJOS Y CARA ▪ ANSI Z87+
- OÍDOS
- APARATO RESPIRATORIO ▪ NIOSH
- EXTREMIDADES SUPERIORES
- TRONCO
- EXTREMIDADES INFERIORES



## MAQUINARIA Y EQUIPO, SISTEMA DE PROTECCIÓN Y DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD

NOM-004-STPS-1999, Sistemas de protección y dispositivos de seguridad en la maquinaria y equipo que se utilice en los centros de trabajo.

- INTEGRACIÓN.
- PREEVALUACIÓN
- DIFERENCIA ENTRE PELIGRO Y RIESGO
- ERRORES QUE CONTRIBUYEN AL RIESGO DE LESIONES
- ORIGEN DEL PELIGRO EN EL TRABAJO CON MAQUINARIA.
- FACTORES DE RIESGO
- VENTILACIÓN, RUIDO, VIBRACIÓN, TEMPERATURA.
- RIESGO MECÁNICO
- RIESGO ELÉCTRICO.
- RIESGO ERGONÓMICO.
- TIPOS DE RESGUARDOS Y SUS REQUISITOS DE NORMA.
- DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD
- SEÑALETICA
- BLOQUEO Y ETIQUETADO
- PROCESO DE EVALUACION DEL RIESGO
- IDENTIFICACION DEL RIESGO
- CUANTIFICACION DEL RIESGO
- SEGURIDAD EN EL MANEJO DE HERRAMIENTAS MANUALES
- PROCEDIMIENTO PARA EL USO DE HERRAMIENTAS
- REGISTROS PARA CUMPLIMIENTO DE NORMA





## MANEJO MANUAL DE CARGAS

NOM-006-STPS-2014, Manejo y almacenamiento de materiales-Condiciónes de seguridad y salud en el trabajo

- Presentación
- Marco normativo
- Definiciones
- Obligaciones del Patrón.
- Obligaciones del trabajador
- Anatomía de la espalda
- Daños por levantamientos incorrectos de carga
- Manejo y almacenamiento de materiales de modo manual
- Procedimiento, levantamiento seguro.
- Restricciones de cargas
- Cargas de más de 4 mts
- Traslados de barriles o tambos
- Cargas mayores a 200 kg
- Medidas para evitar la manipulación manual de carga
- Manejo y almacenamiento de materiales con equipos auxiliares
- Patinez
- Diablitos
- Higiene postural
- Otras recomendaciones



## CORRECTA INTERPRETACIÓN DE LOS ELEMENTOS DE SEÑALIZACIÓN

NOM-026-STPS-2008 Colores y señales de seguridad e higiene, e identificación de riesgos por fluidos conducidos en tuberías.

- Presentación
- Marco normativo
- Definiciones
- Colores de Seguridad y colores contrastes
- Señales de seguridad e higiene
- Señales de Prohibición
- Señales de Obligación
- Señales de Precaución
- Señales de Información
- Señales de seguridad e higiene relativas a radiación ionizante
- Identificación de riesgos por fluidos conducidos por tuberías
- Color de tubería
- Bandas de color de seguridad
- Id. De dirección
- Id. De los fluidos peligrosos en tuberías

### COLORES DE SEGURIDAD EN TUBERIAS

Las tuberías deben ser identificadas con el color de seguridad que le corresponda de acuerdo con la siguiente tabla:

<b>Rojo</b>	Identificación de fluidos para el combate de incendio conducidos por tubería.
<b>Amarillo</b>	Identificación de fluidos peligrosos conducidos por tubería.
<b>Verde</b>	Identificación de fluidos de bajo riesgo conducidos por tubería.



La disposición del color amarillo se permitirá mediante bandas con franjas diagonales amarillas y negras a 45°.

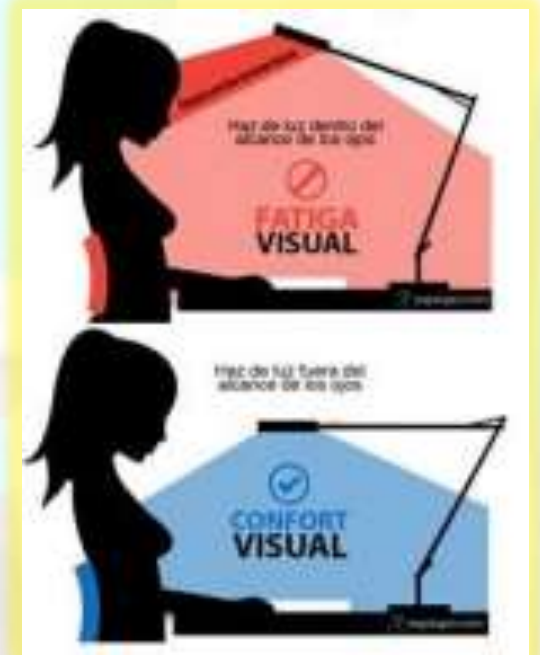
El código de identificación para tuberías, consta de los elementos siguientes:



## CONDICIONES DE ILUMINACIÓN EN LOS CENTROS DE TRABAJO

NOM-025-STPS-2008, Condiciones de iluminación en los centros de trabajo.

- PRESENTACIÓN
- MARCO NORMATIVO
- DEFINICIONES
- OBLIGACIONES DEL PATRÓN.
- OBLIGACIONES DEL TRABAJADOR
- NIVELES DE ILUMINACION (Ndi) EN EL CENTRO DE TRABAJO
- PATIOS Y ESTACIONAMIENTOS
- ALMACENES Y ESTACIONAMIENTOS
- RECEPCIÓN, VIGILANCIA
- AULAS Y OFICINAS
- LABORATORIOS
- ESTACIONES DE INSPECCION Y CALIDAD
- TRABAJOS DE PRECISION
- RECONOCIMIENTOS DE LAS CONDICIONES DE ILUMINACIÓN
- EVALUACIÓN DE LOS NIVELES DE ILUMINACIÓN
- REFLEXIÓN EN EL ÁREA DE TRABAJO
- CONSECUENCIAS DE UNA MALA ILUMINACIÓN
- CONTROLES



## SISTEMA GLOBALMENTE ARMONIZADO

NOM-018-STPS-2015, Sistema armonizado para la identificación y comunicación de peligros y riesgos por sustancias químicas peligrosas en los lugares de trabajo.

- Presentación
- Introducción
- Marco normativo
- Definiciones
- Obligaciones del Patrón.
- Obligaciones del trabajador
- Proceso de armonización
- Diferencias entre criterios de clasificación de productos químicos
- NFPA 704 vs HMIS
- Sistema Globalmente Armonizado (SGA)
- Pictogramas del SGA
- Clases de Peligros Físicos
- Clase de Peligros a la Salud
- Clases de Peligros para el ambiente
- Sistema de etiquetado de las sustancias químicas
- Hojas de Seguridad.
- Análisis de los 16 apartados de una hoja de seguridad.
- Id. De peligros por sustancias específica
- Determinación de acciones de primeros auxilios según cada sustancia
- determinación del EPP por sustancia química
- Incompatibilidades y reacciones de las sustancias
- Agentes neutralizantes





## CONDICIONES DE SEGURIDAD EN LOS CENTROS DE TRABAJO DONDE SE GENERE RUIDO

NOM-011-STPS-2001; Condiciones de seguridad e higiene en los centros de trabajo donde se genere ruido

- PRESENTACIÓN
- MARCO NORMATIVO
- DEFINICIONES
- OBLIGACIONES DEL PATRÓN.
- OBLIGACIONES DEL TRABAJADOR
- LÍMITES MÁXIMOS PERMISIBLES DE EXPOSICIÓN A RUIDO
- CALCULO DEL TIEMPO DE EXPOSICIÓN
- TASA DE INTERCAMBIO
- RECONOCIMIENTO
- EVALUACIÓN DE NIVELES DE RUIDO
- EFECTOS A LA SALUD CAUSADOS POR RUIDO
- MEDIDAS DE PROTECCIÓN
- MEDIDAS DE CONTROL
- PROGRAMA DE CONSERVACIÓN DE LA AUDICIÓN
- VIGILANCIA A LA SALUD



## CONDICIONES DE SEGURIDAD EN LOS CENTROS DE TRABAJO DONDE SE GENERE VIBRACIONES

NOM-024-STPS-2001, Vibraciones-Condiciónes de seguridad e higiene en los centros de trabajo.

- PRESENTACIÓN
- MARCO NORMATIVO
- DEFINICIONES
- OBLIGACIONES DEL PATRÓN.
- OBLIGACIONES DEL TRABAJADOR
- LÍMITES MÁXIMOS PERMISIBLES DE EXPOSICIÓN A VIBRACIONES
- EN CUERPO ENTERO
- EN EXTREMIDADES SUPERIORES
- EFECTOS CAUSADOS POR VIBRACIONES
- PROGRAMA PARA LA PREVENCIÓN DE ALTERACIONES A LA SALUD DEL POE



## PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

NOM-019-STPS-2011, Constitución, integración, organización y funcionamiento de las comisiones de seguridad e higiene.  
NOM-030-STPS-2009, Servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo-Funciones y actividades.

- PRESENTACIÓN
- MARCO NORMATIVO
- DEFINICIONES
- ESTADÍSTICA DE ACCIDENTES
- ESTADÍSTICAS NACIONALES
- ESTADÍSTICAS INTERNACIONALES
- PELIGROS EN EL CENTRO DE TRABAJO
- PELIGROS FÍSICOS
- PELIGROS QUÍMICOS
- PELIGROS BIOLÓGICOS
- PELIGROS ERGONOMÍCOS
- PELIGROS PSICOSOCIALES
- RIESGOS EN EL CENTRO DE TRABAJO
- EVALUACIÓN DEL NIVEL DE RIESGO
- MEDIDAS DE CONTROL.
- ESTADÍSTICA DE AFECTACIONES POR PARTE DEL CUERPO
- MECÁNICA DE LESIÓN
- CAUSA-EFECTO
- CONDICIÓN INSEGURA: ACTO INSEGURO: ACCIDENTES
- SEGURIDAD BASADA EN EL COMPORTAMIENTO
- MEDIDAS DE SEGURIDAD PARA PREVENIR ACCIDENTES.



## GESTIÓN INTEGRAL DE RESIDUOS

RSU, RME, RP, RPBI

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos; Ley General del Equilibrio Ecológico y la Protección al Ambiente y sus Reglamentos; Ley General para la Prevención y Gestión Integral de los Residuos y su reglamento; NOM-087-SEMARNAT; Otras Normas.

- PRESENTACIÓN
- MARCO NORMATIVO
- DEFINICIONES
- CLASIFICACIONES DE LOS RESIDUOS
- SEGREGACIÓN DE LOS RME
- CONDICIONES DE ALMACENAMIENTO
- RESIDUOS PELIGROSOS
- REQUERIMIENTOS LEGALES DE LOS
- GENERADORES DE RME
- REQUERIMIENTOS LEGALES DEL GENERADOR DE RESIDUOS PELIGROSOS
- GRAN GENERADOR
- PEQUEÑO GENERADOR
- MICRO GENERADOR
- TRAMITOLOGÍA
- REGISTRO COMO GENERADOR (RME, RP)
- PLAN DE MANEJO (RME, RP)
- BITÁCORAS
- RECOLECCIÓN Y TRANSPORTE DE RESIDUOS
- SITIOS DE DISPOSICIÓN FINALES LEGALES





## CONTROL DE DERRAMES Y FUGAS DE MATERIALES PELIGROSOS

**NOM-018-STPS-2015, Sistema armonizado para la identificación y comunicación de peligros y riesgos por sustancias químicas peligrosas en los lugares de trabajo.**

**PROY-NOM-005-2017, Manejo de sustancias químicas peligrosas o sus mezclas en los centros de trabajo-Condiciónes y procedimientos de seguridad y salud.**

**NOM-005-STPS-1998, Relativa a las condiciones de seguridad e higiene en los centros de trabajo para el manejo, transporte y almacenamiento de sustancias químicas peligrosas Ley General de Protección Civil.**

- MARCO NORMATIVO
- DEFINICIONES
- OBLIGACIONES DEL PATRÓN Y DEL TRABAJADOR.
- IDENTIFICACIÓN DE S.Q.P
- PICTOGRAMAS DEL SGA
- ETIQUETAS
- MANIPULACIÓN SEGURA DE SUSTANCIAS QUÍMICAS.
- HOJAS DE SEGURIDAD
- MANEJO, TRANSPORTE Y ALMACENAMIENTO DE SUSTANCIAS QUÍMICAS PELIGROSAS
- ATENCIÓN A EMERGENCIAS POR DERRAMES.
- CLASIFICACIÓN DE LOS DERRAMES.
- FUGAS DE MATERIALES PELIGROSOS
- DENSIDAD DE GASES Y VAPORES
- PUESTO DE MANDO
- GESTIÓN DE INFORMACIÓN
- USO Y MANEJO DE LA GUÍA DE RESPUESTA A EMERGENCIAS
- ZONA DE AISLAMIENTO INICIAL
- DISTANCIA DE ACCIÓN PROTECTORA
- PLAN DE RESCATE
- EVALUACIÓN DE LA ESCENA
- PRIORIDADES A CONSIDERAR
- TÉCNICAS DE RESCATE



**PRACTICA:** Para la realización del simulacro es necesario que la empresa cuente con lo siguiente:

- Kit's anti-derrames.
- Regaderas
- Hojas de seguridad



## LEGISLACION EN SEGURIDAD E HIGIENE

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos; Ley Federal del Trabajo; Reglamento Federal de Seguridad y Salud; Ley del Seguro Social; Normas de la Secretaria del Trabajo.

- MARCO NORMATIVO
- CONSTITUCIÓN POLITICA
- LEY FEDERAL DEL TRABAJO
- OBLIGACIONES PATRÓNALES.
- OBLIGACIONES DEL TRABAJADOR
- NORMATIVAS DE LA SECRETARIA
- NORMAS DE SEGURIDAD
- NORMAS DE SALUD
- NORMA DE ORGANIZACIÓN
- NORMAS ESPECIFICAS
- NORMAS DE PRODUCTO
- MODELOS DE CUMPLIMIENTO NORMATIVO
- VISITAS DE INSPECCIÓN DE LA SECRETARIA
- MULTAS POR INCUMPLIMIENTOS



## LEGISLACIÓN AMBIENTAL

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos; Ley General del Equilibrio Ecológico y la Protección al Ambiente y sus Reglamentos; Ley General para la Prevención y Gestión Integral de los Residuos; Ley de Aguas Nacionales, Ley General de Vida Silvestre y su reglamento, Ley Federal de Variedades Vegetales y su reglamento; Otras leyes.

- MARCO JURIDICO GENERAL
- ATMOSFERA
- AGUA
- ABASTECIMIENTO
- DESCARGA
- SUELO
- RESIDUOS PELIGROSOS
- RESIDUOS DE MANEJO ESPECIAL
- IMPACTO AMBIENTAL
- RIESGO AMBIENTAL
- SUSTANCIAS RETC





## EMISIONES A LA ATMOSFERA

- OBJETIVO DEL CURSO
- ESTRATOS DE LA ATMOSFERA
- TROPOSFERA
- ESTRATORFERA
- MESOSFERA
- TERMOSFERA
- CONTAMINACION DEL AIRE
- GASES DE EFECTO INVERNADERO
- CONTAMINANTES CRITERIO
- VALORES NORMADOS PARA LA CONTAMINACIÓN DE AIRE
- FUENTES DE CONTAMINACION
- METODOS DE MONITOREO DE FUNTES FIJAS
- METODOS DE MEDICIÓN DE LA CALIDAD DEL AIRE
- MUESTREO PASIVO
- MUESTREO ACTIVO
- METODOS AUTOMATICOS
- METODOS OPTICOS DE PERCEPCION REMOTA
- METODOS DE CONTROL
- CONTROL DE GASES Y OLORES
- ADSORCION
- COMBUSTIÓN
- CONTROL DE PARTICULAS
- CONTROL DE FUNTES MOVILES



## MANEJO Y ALMACENAMIENTO DE RESIDUOS PELIGROSOS

Ley General para la Prevención y Gestión Integral de los Residuos (LGPGIR) - Reglamento de la LGPGIR

- Presentación
- Marco normativo
- Definiciones
- Clasificaciones de los Residuos Peligrosos
- Condiciones de almacenamiento Residuos peligrosos
- Requerimientos legales del Generador de Residuos Peligrosos
- Gran generador
- Pequeño generador
- Micro generador
- Tramitología
- Registro como generador de Residuos peligrosos
- Plan de Manejo de Residuos Peligrosos
- Bitácoras
- Recolección y transporte de R.P, requisitos legales



## SUPERVISOR DE SEGURIDAD E HIGIENE

- PRINCIPIOS DE LA GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL.
- RECONOCIMIENTO, EVALUACIÓN Y CONTROL DE PELIGROS.
- COMUNICACIONES DE SEGURIDAD.
- PARTICIPACIÓN DEL PERSONAL
- REPORTE E INVESTIGACIÓN DE INCIDENTES.
- ANÁLISIS DE SEGURIDAD DE TAREAS
- CAPACITACIÓN DE SEGURIDAD.
- EQUIPOS DE TRABAJO EN SEGURIDAD.
- INSPECCIONES DE SEGURIDAD.
- INTRODUCCIÓN A LA OSHA
- FUNDAMENTOS DE HIGIENE INDUSTRIAL.
- NORMA DE COMUNICACIÓN DE PELIGROS.
- ERGONOMÍA.
- EQUIPOS DE PROTECCIÓN PERSONAL.
- REGISTRO DE LESIONES Y ENFERMEDADES PARA OSHA
- PLAN DE ACCIÓN ANTE EMERGENCIAS.
- ORIENTACIÓN EN SEGURIDAD.
- CREACIÓN DE UN PLAN DE GESTIÓN DE SALUD



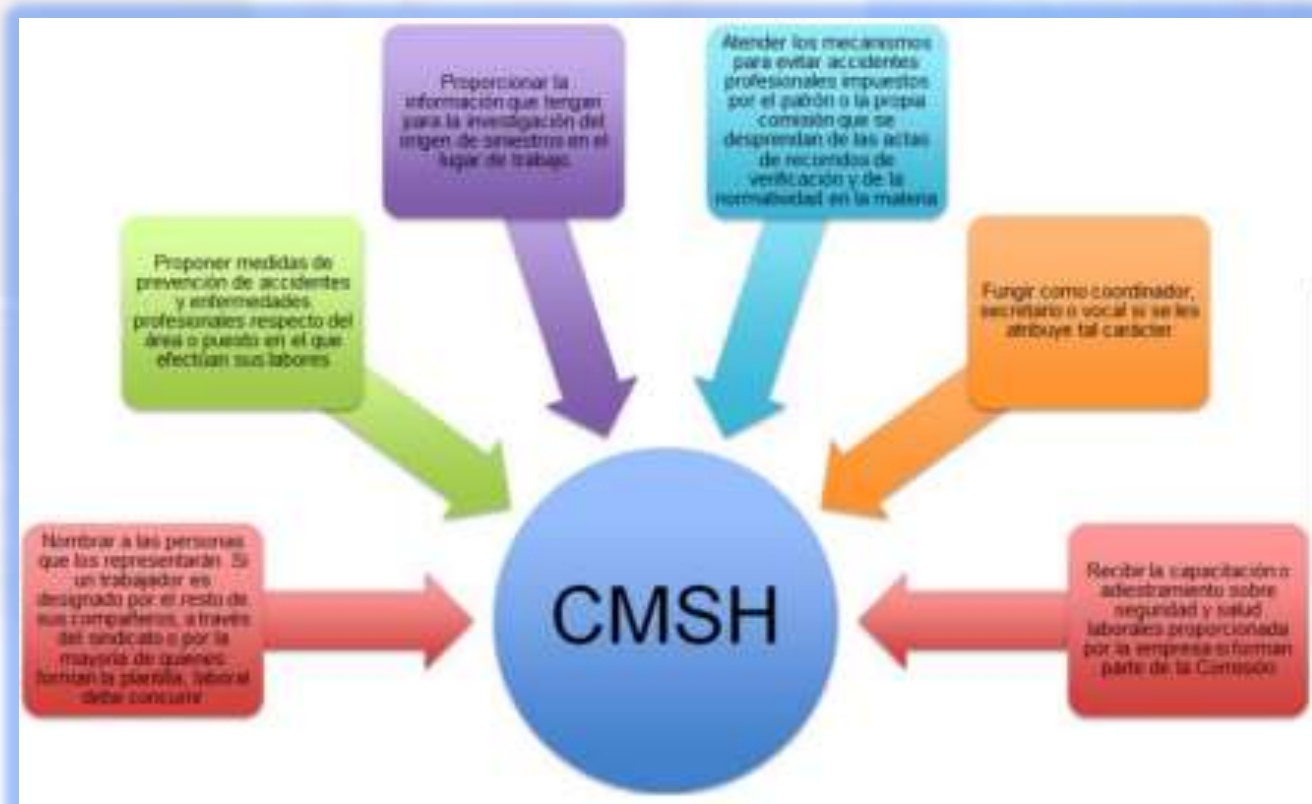


## VERIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES DE SEGURIDAD E HIGIENE EN LOS CENTROS DE TRABAJO

### ( Formación de la Comisión de Seguridad e Higiene )

NOM-019-STPS-2011, Constitución, integración, organización y funcionamiento de las comisiones de seguridad e higiene.

- Presentación
- Marco normativo
- Definiciones e integración de la Comisión de Seguridad e Higiene
- Obligaciones del Patrón y del trabajador
- Constitución e integración de la Comisión de Seguridad e Higiene
- Acta constitutiva/Actualización
- Programa Anual de recorridos de verificación
- Acta de recorridos
- Funciones y Responsabilidades
- Medidas de seguridad en el centro de trabajo
- Metodología para identificación de condiciones peligrosas o inseguras y actos inseguros
- Investigación de accidentes/enfermedades
- Recorrido de Verificación



## FORMACION DE INSTRUCTORES

### OBJETIVOS

Obtener las herramientas para realizar las actividades para preparar, conducir y evaluar una sesión de formación presencial grupal  
Reforzar e implementar técnicas de comunicación verbal, corporal y escrita para incrementar el impacto del aprendizaje en los participantes

- Dominios de Aprendizaje
- Canales de Percepción
- Lista de Verificación
- Carta Descriptiva
- Objetivos de Aprendizaje
- Andragogía
- Actividades de Inicio – Encuadre-
- Desarrollo de la Sesión
- Facilitar el proceso de aprendizaje
- Habilidades de Comunicación
- Técnicas
- Tipos de Grupos
- Tipos de Participantes
- Actividades de Cierre
- Evaluaciones





## RIESGOS PSICOSOCIALES NOM 035 STPS 2018

### OBJETIVOS

- Conocerá los principales riesgos psicosociales en el trabajo
- Aprenderá a cómo evaluar y gestionar los factores de riesgo
- Analizar las causas y efectos de los riesgos psicosociales en el ámbito laboral
- Familiarizarse con el criterio Técnico y las sanciones de la Inspección de Trabajo y la Seguridad Social

- ANTECEDENTES
- MAGNITUD DEL PROBLEMA
- COSTOS ECONOMICOS Y SOCIALES
- MITOS Y REALIDADES
- A QUIEN APLICA LA NOM 035?
- NORMAS DE REFERENCIA
- ACOSO LABORAL
- ACOSO SEXUAL
- HOSTIGAMIENTO SEXUAL
- CONCILIACION ENTRE LA VIDA FAMILAR Y LABOIRAL
- FAMILIA
- CLIMA LABORAL
- DISCRIMINACION DIRECTA E INDIRECTA
- ERGONOMIA
- VIOLENCIA FISICA
- VIOLENCIA LABORAL
- VIOLENCIA PSICOLOGICA
- VIOLENCIA SEXUAL
- QUE SON LOS FACTORES DE RIESGOS PSICOSOCIALES
- OBLIGACIONES DEL PATRON
- OBLIGACIONES DEL TRABAJADOR
- MEDIDAS DE PREVENCION
- IDENTIFICACION DE ANALISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL

