

**San José, Costa Rica**

**INA - 2019**

**Protección de la salud laboral y ambiente**

**Guía para la persona participante**

**Modalidad virtual**

**INTRODUCCIÓN**

Con este documento se establecen los lineamientos para el desarrollo del módulo **“Protección de la salud laboral y ambiente”**, bajo la modalidad virtual.

Entre los aspectos que caracterizan esta guía didáctica están: presentar información acerca del contenido; orientar con relación a la metodología establecida en el curso; y, a su vez, ofrecer las indicaciones generales y actividades que apoyen el estudio independiente.

La información se suministra con dos finalidades; la primera es *pedagógica*, pues presenta los objetivos, contenidos, actividades y metodología de evaluación.

La segunda se refiere a la *administración del currículum*, detallando información respecto a las fechas de entrega de tareas, prácticas, ejercicios, pruebas, proyectos o productos requeridos para la aprobación del módulo; a su vez, detalla los medios con los cuales contará el estudiantado para el desarrollo del curso, así como el cronograma de actividades.

“*El objeto de la educación es preparar a los jóvenes para que se eduquen a sí mismos durante toda su vida*”. (Robert Hutch)

**INFORMACIÓN DEL MÓDULO**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nombre** | Protección de la salud y ambiente |
| **Cantidad de horas** | 40 |
| **Número de participantes** | Mínimo 20Máximo 25 |
| **Requerimientos tecnológicos**  | * Acceso a Internet
* Acceso a una computadora (portátil o de escritorio) o dispositivo móvil
* Software instalado o acceso a sitios web que conviertan documentos a archivos .pdf
 |
| **Programas (software) requeridos** | Adobe Flash 10 o superior |

**PLANIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE**

En la siguiente tabla podrá conocer los contenidos de cada semana y sus respectivas actividades de evaluación.

*Revísela antes de iniciar el curso.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| SEMANA | OBJETIVOS | CONTENIDOS | ACTIVIDADES |
| 0 | Generar un ambiente propicio hacia el aprendizaje, la formación y la interacción. | N/A | * Bienvenida al curso
* Presentación de la persona docente y personas participantes
* Lectura de la ‘Guía para la persona estudiante’

Dudas, comentarios |
| 1 | 1. Determinar los riesgos y las medidas preventivas en diferentes escenarios de una empresa, tomando en cuenta las normas técnicas preventivas de seguridad e higiene del trabajo y conforme a las políticas de calidad, equidad de género y ambiental.
 | * 1. **Conceptualización de la salud ocupacional**

1.1.1  Importancia de La relación salud - trabajo 1.1.2  Conceptos de riesgo y peligro 1.1.3  Diferencia entre el riesgo y peligro 1.1.4  Problemática actual de los accidentes en Costa Rica 1. 1.1.5  Diferencias entre acciones y condiciones inseguras

**1.2 Clasificación de los factores de riesgo, en función de los procesos y áreas** 1.2.1 Factores de riesgo estructural1.2.2 Factores de riesgo físico1.2.3 Factores de riesgo químico1.2.4 Factores de riesgo biológico1.2.5 Factores de riesgo eléctrico1.2.6 Factores de riesgo en el almacenamiento. 1.2.7 Factores de riesgo mecánicos 1.2.8 Factores de riesgo eléctrico1.2.9 Factores de riesgo por falta de orden y limpieza 1.2.10 Señalización y pictogramas de seguridad 1.2.11 Prevención de factores de riesgo Identificación de algunos métodos de control preventivo de los factores de riesgo.**Valores:** amabilidad y coorperación | * Recurso didáctico 1
* Actividad de autoaprendizaje 1
* Actividad de autoaprendizaje 2
* Actividad de evaluación 1
* Actividad de evaluación 2
 |
| 2 | 1. Levantar cargas en forma manual con el empleo del método cinético y las medidas ergonómicas, en diferentes escenarios de una empresa, con base a las normas técnicas preventivas de seguridad e higiene del trabajo, políticas de calidad, equidad de género, sostenibilidad ambiental en apego a valores que fomenten la empleabilidad y el emprendedurismo.
 | **2.1. Determinar al levantar cargas las características de:** 2.1.1.Medio de trabajo2.2.2La carga2.2.3Exigencias de la actividad 2.2.4Factores individuales de riesgo **2.2. Describir el Método Cinético:** 2.2.1Peso de la carga2.2.2Posición de la carga respecto al cuerpo 2.2.3Desplazamiento vertical de la carga 2.2.4Los giros del tronco2.2.5Agarres de la carga2.2.6Levantamiento y transporte de las cargas **2.3 Determina las medidas ergonómicas en diferentes escenarios de una empresa.** 2.3.1Trabajo estático 2.3.2Trabajo dinámico**Valores:** respeto y responsabilidad | * Recurso didáctico 2
* Actividad de autoaprendizaje 3
* Actividad de autoaprendizaje 4
* Actividad de evaluación 3
* Actividad de evaluación 4
* Actividad de evaluación 5
 |
| 3 | 1. Manipular el equipo portátil contra incendios en diferentes escenarios de una empresa, con base a las normas técnicas preventivas de seguridad e higiene del trabajo con políticas de calidad, equidad de género, sostenibilidad ambiental en apego a valores que fomenten la empleabilidad y el emprendedurismo.
 | **3.1 Conceptualización de la teoría del fuego.**3.1.1 Determinar las consecuencias de un fuego 3.1.2 Diferenciar los métodos de transmisión del fuego. 3.1.3 Explicar la clasificación de fuegos 3.1.4Conceptuar el extintor y agente extinguidor 3.1.5Explicar la clasificación de extintores * Extintor de agua a presión
* Extintor de polvo químico
* Extintor de anhídrido carbónico
* Extintor de espuma premezclado
* Extintor K para grasa animal y vegetal

**3.2 Determinar el equipo portátil contra incendios, según el tipo de fuego.** * Bajo simulación de fuego, mantiene la calma
* Ubicación del lugar donde se encuentra el extintor
* Verifica que el extintor sea el adecuado
* Traslada el extintor al lugar del conato de incendio
* Hala el seguro de la manija
* Tira del pasador
* Se ubica de acuerdo al tipo de extintor
* Oprime la manija
* Mueve lentamente la manguera y boquilla sobre la base de la llama
* Se asegura que el fuego se extinguió
* Se retira del lugar sin dar la espalda

**Valores:** trabajo en equipo, liderazgo y el orden. | * Recurso didáctico 3
* Actividad de autoaprendizaje 5
* Actividad de autoaprendizaje 6
* Actividad de evaluación 6
* Actividad de evaluación 7
* Actividad de evaluación 8
 |
| 4 | 1. Interpretar la normativa legal nacional de salud ocupacional en diferentes escenarios de una empresa, con base a las normas técnicas preventivas de seguridad e higiene del trabajo, políticas de calidad, equidad de género, sostenibilidad ambiental en apego a valores que fomenten la empleabilidad y el emprendedurismo.
 | **4.1 Analizar la normativa legal nacional de salud ocupacional en diferentes escenarios de una empresa, con base a las normas técnicas preventivas de seguridad e higiene del trabajo.** 4.1.1 Constitución Política de la República4.1.2 Ley 6727 sobre Riesgos del Trabajo 4.1.3 Reglamento de Seguridad e Higiene del Trabajo 4.1.4 Reglamento de Higiene Industrial4.1.5 Decreto Ejecutivo sobre oficinas, departamentos y comisiones de salud ocupacional 4.1.6 Normas Técnicas Preventivas INTE 2016 **Valores:** compromiso, ética y sostenibilidad. | * Recurso didáctico 4
* Actividad de autoaprendizaje 7
* Actividad de autoaprendizaje 8
* Actividad de evaluación 9
* Actividad de evaluación 10
* Actividad de evaluación 11
 |
|  | 1. Valorizar dentro de la aplicación de las actividades de la salud ocupacional los valores de la amabilidad, cooperación, respeto, responsabilidad, trabajo en equipo, el liderazgo, orden, compromiso, ética y sostenibilidad, admitiendo las políticas y normas de la organización.
 | * Este contenido que corresponde a este objetivo, fue distribuido e incorporado en los anteriores cuatro objetivos, se evaluará mediante varias de las actividades de autoaprendizaje colocadas en el aula virtual del curso.
 |

**LINEAMIENTOS DE EVALUACIÓN**

|  |  |
| --- | --- |
| **ÁREA** | **VALOR** |
| Socioafectiva: | 10 % |
| Cognoscitiva: | 90% |
| Psicomotora: | N.A. |

**ÁREA SOCIOAFECTIVA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aspecto a evaluar** | **Descripción** | **Tipo de escala** |
| **Amabilidad** | **Mostrar amabilidad:**Acto o el comportamiento en el cual nos mostramos corteses, complacientes y afectuosos hacia los demás. Dar un trato cordial a las personas. | Numérica |
| **Cooperación** | **Mostrar cooperación:** Es el resultado de una estrategia de trabajo conjunto. Conjunto de acciones y esfuerzos que, conjuntamente con otro u otros individuos realizamos con el objetivo de alcanzar una meta común.  | Numérica |
| **Respeto** | **Mostrar respeto:** La consideración y valoración especial que se le tiene a alguien o a algo, al que se le reconoce valor social o especial diferencia.Acción de consideración, comprender las maneras de pensar y actuar.  | Numérica |
| **Responsabilidad** | **Mostrar responsabilidad:** Realiza el trabajo de acuerdo con los estándares de calidad requeridos.Asume responsabilidad de hacer que las cosas sucedan. Ejecuta oportunamente las tareas. | Numérica |
| **Trabajo en equipo y Liderazgo** | **Trabajar en equipo:** Coordinar de manera eficiente actividades con otras personas.**Liderazgo:**Servir de guía y de inspiración para las demás personas. | Numérica |
| **Orden y limpieza** | **Trabajar con orden y limpieza:**Ordenar por prioridades las actividades asignadas. Mantener la limpieza, la higiene y el orden en nuestra persona, nuestros espacios y nuestras cosas. | Numérica |
| **Compromiso** | **Mostrar compromiso:** Obligación contraída, palabra dada.Un valor de suma importancia ya que es aquel que permite al ser humano lograr sus objetivos o éxitos.Obligación contraída que se asume como una obligación moral que nos impone el honor.  | Numérica |
| **Ética** | **Trabajar con ética:** Responder por los actos propios y sus consecuencias.Elemento fundamental de la condición humana, de una forma de vida quesupone la reflexión previa sobre las consecuencias de los actos, para la persona misma, incidiendo en la toma de decisiones racionales y en la formación del carácter ético. | Numérica |
| **Sostenibilidad** | Satisfacer las necesidades de la actual generación sin sacrificar la capacidad de futuras generaciones de satisfacer sus propias necesidades.La preservación de los recursos naturales fomentando una responsabilidad consciente sobre lo ecológico y, al mismo tiempo, crecer en el desarrollo humano cuidando el ambiente donde vive.  | Numérica |

**Área Cognoscitiva**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Actividad** | **Objetivo que abarca** | **Valor porcentual** |
| 1. **Proyecto**
 | Considera los aspectos cognoscitivos del objetivo 1 | 15% |
| 1. **Correspondencia (Asocie)**
 | Considera los aspectos cognoscitivos del objetivo 1 | 5% |
| 1. **Foro**
 | Considera los aspectos cognoscitivos del objetivo 2 y 5 | 2% |
| 1. **Correspondencia (Asocie)**
 | Considera los aspectos cognoscitivos del objetivo 2 | 5% |
| 1. **Estudio de caso**
 | Considera los aspectos cognoscitivos del objetivo 2 | 10% |
| 1. **Seleccione**
 | Considera los aspectos cognoscitivos del objetivo 3 y 5 | 2% |
| 1. **Prueba**
 | Considera los aspectos cognoscitivos del objetivo 3 | 20% |
| 1. **Estudio de caso**
 | Considera los aspectos cognoscitivos del objetivo 3 | 20% |
| 1. **Foro**
 | Considera los aspectos cognoscitivos del objetivo 4 y 5 | 3% |
| 1. **Identifique**
 | Considera los aspectos cognoscitivos del objetivo 4 | 15% |
| 1. **Foro**
 | Considera los aspectos cognoscitivos del objetivo 4 y 5 | 3% |

**LISTA DE REFERENCIAS**

**Documentación consultada**

Se refiere a la documentación consultada para el diseño del curso.

* Asamblea Legislativa. **Constitución Política de la República de Costa Rica**, San José, Costa Rica, 2001.
* Asamblea Legislativa. **Ley 6727 sobre Riesgos del Trabajo**, San José, Costa Rica, 1982.
* Asamblea Legislativa. **Ley General de Salud No. 5395**, San José, Costa Rica, noviembre, 1993.
* Asamblea Legislativa. **Ley 6727 sobre Riesgos del Trabajo**, San José, Costa Rica, 1982.
* Biblioteca Técnica Prevención de Riesgos Laborales. **Evaluación y Prevención de Riesgos**, España, 2000.
* Comisión Nacional de Prevención de Riesgos y Atención de Emergencias. **Norma de Planes de Preparativos y Respuesta ante Emergencias para Centros Laborales o de Ocupación Pública. Requisitos.** San José, Costa Rica, 2016.
* Consejo de Salud Ocupacional. Ministerio de Trabajo y Seguridad Social. **Programa de Salud Ocupacional**, San José, Costa Rica, 2017.
* Creus - Mangosio. **Seguridad e Higiene en el Trabajo. Un enfoque Integral.** Buenos Aires, Argentina, 2011.
* Creus Sole, Antonio. **Técnicas para la prevención de riesgos laborales**, Barcelona, España, 2012.
* Chinchilla, Ryan. **Salud y Seguridad en el Trabajo**. Costa Rica, 2002.
* Donoso Chávez, Samuel. **Re-pensando la seguridad como ventaja competitiva**, Costa Rica, 1999.
* Instituto Nacional de Seguros. **Norma Oficial para la Utilización de Colores en Seguridad y su simbología**, Decreto No. 12715 – MEIC, San José, Costa Rica, 1981.
* Instituto Nacional de Aprendizaje. **Diseño de módulos, programas y planes con base a competencias laborales**. San José, Costa Rica, julio 2015.
* Instituto Nacional de Aprendizaje. **Formación Profesional por Competencias: Diseño de Lineamientos de Evaluación**. San José, Costa Rica 2005.
* Instituto Nacional de Seguros. **Reglamento Técnico General Sobre Seguridad Humana y Protección Contra Incendios**. Gaceta No. 11, San José, Costa Rica, 2013.
* Instituto Nacional de Seguros-Instituto de Normas Técnicas de Costa Rica. **Normas técnicas preventivas para la prevención de riesgos laborales**, San José, Costa Rica, 2016.