

Instituto de Seguridad y Salud
Pública y Laboral
del Gobierno Vasco
de Navarra

**GUÍA PARA LA FORMACIÓN
DE DELEGADAS Y DELEGADOS
DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES
(DPRL)**



GUÍA PARA LA FORMACIÓN DE DELEGADAS Y DELEGADOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES - DPRL

1	PRESENTACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL PLAN	3
2	OBJETIVOS	3
2.1	GENERALES	3
2.2	ESPECÍFICOS.....	3
3	COMPETENCIAS Y FACULTADES	3
3.1	COMPETENCIAS	4
3.2	FACULTADES	4
4	PROGRAMA FORMATIVO	5
5	CONTENIDOS	5
5.1	PARTE SINDICAL ¿¿O PARTE NORMATIVA??	5
5.2	PARTE TÉCNICA.....	6
5.2.1	Gestión de la prevención.....	6
5.2.2	Seguridad	7
5.2.3	Higiene.....	7
5.2.4	Ergonomía.....	9
5.2.5	Psicosociología.....	9
5.2.6	Prevención en materia de violencia. Protocolos	10
5.2.7	Vigilancia de la salud en el trabajo	11
5.2.8	Daños para la Salud	11
6	MODALIDAD	12
7	METODOLOGÍA.....	13
8	EVALUACIÓN Y CERTIFICACIONES	14
8.1	Evaluación de la actividad formativa.....	14
8.2	Evaluación del alumnado.....	14

1 PRESENTACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL PLAN

Desde el Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra (ISPLN), en coordinación con las organizaciones sindicales presentes en el **Consejo Navarro de Salud Laboral** (UGT, CCOO, ELA y LAB) y con el conocimiento de la Confederación de Empresariado de Navarra (CEN) y de la Asociación de Empresas de Economía Social de Navarra (ANEL), se diseñó un **Plan de Formación de Delegadas y Delegados de Prevención de Riesgos Laborales-DPRL** que se puso en marcha en junio de **2017**. Este plan ha ido evolucionando a lo largo de estos años con el objetivo de ajustarse a las competencias y facultades de esta figura sindical.

En dicho plan se establecieron dos partes diferenciadas:

- **Normativa en Prevención de Riesgos Laborales:** derechos y deberes, entidades que participan en la PRL, participación, planificación. Impartida por el personal de las organizaciones sindicales.
- **Disciplinas de Prevención de Riesgos Laborales y aspectos sanitarios:** (Seguridad, Higiene, Ergonomía, Psicosociología, Gestión de la prevención y Prevención en materia de violencia de género; Vigilancia de la Salud y Daños para la salud). Impartidas por el personal del Servicio de Salud Laboral del ISPLN y del INAI.

2 OBJETIVOS

2.1 GENERAL

Saber ejercer las competencias de una delegada o delegado en materia de Prevención de Riesgos Laborales.

2.2 ESPECÍFICOS

- Identificar los riesgos y problemas de salud laboral de la plantilla e intervenir.
- Conocer herramientas que faciliten su actuación en las empresas donde trabajan.
- Adquirir nociones básicas de los contenidos del campo de la salud laboral, en lo relativo a sus funciones.
- Ser capaces de fomentar la seguridad y la salud en el trabajo.
- Contribuir a detectar y transmitir la información necesaria a la empresa.
- Distinguir el papel de las diferentes instituciones y entidades.
- Conocer dónde y a quiénes consultar.
- Capacitar al personal responsable para que puedan sensibilizar a las plantillas en esta materia.

3 COMPETENCIAS Y FACULTADES

Los contenidos de la formación van dirigidos a proporcionar los conocimientos necesarios para que las delegadas y delegados adquieran las competencias y facultades que establece la normativa de prevención en el [**Artículo 36 de la LPRL**](#)

3.1 COMPETENCIAS

- Colaborar con la dirección de la empresa en la mejora de la acción preventiva.
- Promover y fomentar la cooperación de los trabajadores y las trabajadoras en la ejecución de la normativa sobre Prevención de Riesgos Laborales.
- Ser consultada o consultado por el empresariado, con carácter previo a su ejecución, acerca de las decisiones a que se refiere el Artículo 33 de la LPRL.
- Ejercer una labor de vigilancia y control sobre el cumplimiento de la normativa de Prevención de Riesgos Laborales.

3.2 FACULTADES

- Acompañar al personal técnico en las evaluaciones de carácter preventivo del medio ambiente de trabajo, así como al personal inspector de Trabajo y Seguridad Social en las visitas y verificaciones que realicen en los centros de trabajo para comprobar el cumplimiento de la normativa en PRL.
- Tener acceso, con las limitaciones previstas, a la información y documentación relativa a las condiciones de trabajo que sean necesarias para el ejercicio de mis funciones. Cuando la información esté sujeta a las limitaciones reseñadas, sólo podrá ser suministrada de manera que se garantice el respeto de la confidencialidad.
- Ser informado/a por el empresario o la empresaria sobre los daños producidos en la salud de las personas trabajadoras una vez que aquéllos hubiesen tenido conocimiento de ellos.
- Recibir del empresariado las informaciones obtenidas por ellos procedentes de las personas u órganos encargados de las actividades de protección y prevención en la empresa, así como de los organismos competentes para la seguridad y salud de los trabajadores y trabajadoras. En materia de vigilancia de la salud, serán informadas de las conclusiones que se deriven de los reconocimientos efectuados en relación con la aptitud de la persona trabajadora para el desempeño del puesto de trabajo o con la necesidad de introducir o mejorar las medidas de protección y prevención.
- Realizar visitas a los lugares de trabajo para ejercer una labor de vigilancia y control del estado de las condiciones de trabajo.
- Recabar del empresariado la adopción de medidas de carácter preventivo y para la mejora de los niveles de protección de la seguridad y la salud de las personas trabajadoras.
- Proponer al órgano de representación de la plantilla la adopción del acuerdo de paralización de actividades ante riesgo grave e inminente.

4 PROGRAMA FORMATIVO

SESIONES	CONTENIDOS	MODALIDAD	IMPARTE	DURACIÓN
1ª	NORMATIVA BÁSICA	PRESENCIAL	Organizaciones sindicales	6h
2ª				6h
3ª	GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN	PRESENCIAL	Personal ISPLN	3h
	SEGURIDAD	PRESENCIAL	Personal ISPLN	3h
4ª	HIGIENE	PRESENCIAL	Personal ISPLN	3h
	ERGONOMÍA	PRESENCIAL	Personal ISPLN	3h
5ª	PSICOSOCIOLOGÍA	PRESENCIAL	Personal ISPLN	3h
	PREVENCIÓN EN MATERIA DE VIOLENCIA. PROTOCOLOS	PRESENCIAL	Personal INAI	3h
6ª	VIGILANCIA DE LA SALUD	PRESENCIAL	Personal ISPLN	2h 15 min
	DAÑOS PARA LA SALUD	PRESENCIAL	Personal ISPLN	2h 15 min
	CONCLUSIONES Y CIERRE	PRESENCIAL	Organizaciones sindicales	1h 30 min
TOTAL				36 h

5 CONTENIDOS

5.1 PARTE NORMATIVA

- Trabajo y Salud.
- Accidentes de Trabajo. Enfermedades Profesionales.
- Incapacidades laborales.
- Derechos de los trabajadores/as. Obligaciones del empresario.
- Delegados/as de prevención. Comité de Seguridad y Salud.
- Plan de prevención. Evaluación de riesgos. Planificación preventiva.
- Servicios de prevención.
- Mutuas patronales.

- Inspección de trabajo, el INSS, el ISPLN.
- Coordinación de actividades empresariales.

5.2 PARTE TÉCNICA

5.2.1 Gestión de la prevención

- **Presentación y organización**
- **Qué es el Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra (ISPLN)**
 - Unidad técnico-sanitaria nuclear del Gobierno de Navarra en atención salud laboral.
 - Estructura general.
 - Funciones principales: Servicio Técnico, Servicio Sanitario y Servicio de Prevención de Riesgos Laborales (SPRL)
- **Niveles de formación Prevención de Riesgos Laborales (PRL)**
- **Ley de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL) y varios**
 - De dónde viene y porqué.
 - Objetivos generales.
 - Conceptos básicos relacionados con la seguridad y la salud en el trabajo.
 - Estadísticas de Navarra comparadas.
 - Marco normativo básico en materia de PRL.
 - Responsabilidades/sanciones.
 - Bases de la integración. La cultura preventiva.
- **Organización preventiva y otros**
 - Modalidades preventivas.
 - Recordatorio facultades y derechos delegados/as de prevención y funciones del Comité de Seguridad y Salud (CSS).
 - Procesos básicos de la gestión de la prevención.
 - Participación y su relación con la eficacia de las medidas preventivas.
 - Formación, información y capacitación.
 - Investigación de daños a la salud.
 - Coordinación de Actividades Empresariales (CAE) y Empresas de Trabajo Temporal (ETT).
 - Control condiciones de trabajo.
 - Procedimientos y recursos preventivos.
 - Gestión de Equipos de Protección Individual (EPI).
 - Principios actividad preventiva ([art. 15, Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales](#)).
 - Gestión de los riesgos y documentación: evaluación de Riesgos (ER), planificación, Plan Prevención, plan emergencias, plan de formación, Vigilancia de la Salud (VS).... Análisis práctico para comenzar como delegada/o de PRL.
- **Especialidades preventivas y e introducción a éstas**

5.2.2 Seguridad

- **Introducción**
 - Accidentes e incidentes. Caso práctico.
 - Pirámide de Bird y diamante de la prevención.
- **Lugares de trabajo [R.D. 486/1997](#) y su [guía técnica](#):**
 - Definición y objeto.
 - Condiciones generales (Anexo I).
 - Orden y limpieza.
 - Iluminación y condiciones termohigrométricas. Introducción.
 - Servicios higiénicos, locales de descanso y primeros auxilios.
 - Espacios confinados. Concepto, ejemplos y pautas de actuación.
 - Circulación interior y almacenamiento.
 - Instalaciones industriales. Gestión básica.
- **Señalización - [R.D. 485/1997](#) y su [guía técnica](#):**
 - Definición y objeto.
 - Tipos de señalización.
- **Riesgo eléctrico - [R.D. 614/2001](#) y su [guía técnica](#):**
 - Definición y objeto.
 - Técnicas y procedimientos.
- **Trabajos en altura**
 - Definición y objeto.
 - Cubiertas, equipos de trabajo y escaleras de mano.
 - Procedimiento, permisos de trabajo y recursos preventivos.
- **Atmósferas explosivas - [R.D. 681/2003](#) y su [guía técnica](#):**
 - Definición y objeto.
 - Agentes químicos y documento de protección contra explosiones.
 - Procedimiento, permisos de trabajo y recursos preventivos.
- **Equipos de trabajo – [R.D. 1215/1997](#) y su [guía técnica](#):**
 - Definición y objeto.
 - Adquisición, marcado CE, adaptación de equipos, resguardos, elementos móviles y dispositivos de protección.
- **Seguridad vial**
 - Conceptos básicos.
- **Casos prácticos, resumen y conclusiones**

5.2.3 Higiene

- **Introducción**
 - Factores de riesgo.
 - Procedimiento de actuación.

- Medidas de prevención y protección.
- **Contaminantes físicos**
 - Ruido
 - [Real Decreto 286/2006](#), sobre la protección de la seguridad y la salud de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido.
 - Art. 4: disposiciones encaminadas a evitar o reducir el ruido.
 - Art. 5: valores límite y que dan lugar a una acción.
 - Art 6: evaluación de riesgos (mediante medición).
 - Vibraciones mecánicas
 - [Real Decreto 1311/2005](#), sobre la protección de la seguridad y la salud de los trabajadores frente a los riesgos derivados o que puedan derivarse de la exposición a vibraciones mecánicas.
 - Art. 2: definiciones.
 - Art. 3: valores de exposición.
 - Art. 4: determinación y evaluación de los riesgos.
 - Medidas técnicas y/o de organización.
 - Condiciones termohigrométricas (disconfort y estrés térmico)
 - [Real Decreto 486/1997](#), disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo. Anexo III: Condiciones ambientales.
 - Estrés por calor: Método WBGT.
 - Estrés por frío: Método IREQ Método TLV.
 - Radiaciones y campos electromagnéticos
 - [Real Decreto 486/1997](#), anexo IV: iluminación de los lugares de trabajo.
 - Real Decreto 486/2010, sobre la protección de la seguridad y la salud de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a radiaciones ópticas artificiales.
 - Art. 2: definiciones.
 - Art. 3: ámbito de aplicación.
 - Art. 4: disposiciones encaminadas a evitar o reducir la exposición.
 - Art. 5: valores límite de exposición.
 - Art. 6: evaluación de los riesgos.
 - [Real Decreto 299/2016](#), sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a campos electromagnéticos.
 - [Real Decreto 1029/2022](#), protección de la salud contra las radiaciones ionizantes.
- **Contaminantes químicos**
 - Identificación de productos químicos: etiquetado y Ficha de Datos de Seguridad.
 - [Real Decreto 374/2001](#), sobre la protección de la seguridad y la salud de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo.
 - Art. 3: evaluación de los riesgos. Métodos de evaluación.
 - Art. 4: principios generales para la prevención de los riesgos.
 - Art. 5: medidas específicas de prevención y protección.

- [Real Decreto 665/1997](#), sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes cancerígenos, mutágenos o reprotóxicos durante el trabajo.
- [Real Decreto 396/2006](#), por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud aplicables a los trabajos con riesgo de exposición al amianto.
- **Contaminantes biológicos**
 - [Real Decreto 664/1997](#), sobre protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo.
 - Art 4: identificación y evaluación de riesgos.
 - Art 5 y 6: sustitución y reducción de riesgos.
 - Art 7: medidas higiénicas.
 - ANEXO I: lista indicativa de actividades.
 - ANEXO II: clasificación de los agentes biológicos.
 - ANEXO IV: medidas y niveles de contención.
 - Precauciones estándar y, en su caso, precauciones establecidas en función de la vía de transmisión del agente infeccioso (contacto, gotas, aérea).

5.2.4 Ergonomía

- **Trastornos musculoesqueléticos (TME): concepto**
- **Evidencia relación exposición a factores de riesgo ergonómico y TME**
- **Datos de exposición a factores de riesgo ergonómico y daño ME**
 - [III Encuesta Navarra Salud y Condiciones de Trabajo.](#)
 - Registros lesiones profesionales.
 - [Programa centinela.](#)
 - [Datos Incapacidad Temporal.](#)
- **Ciclo Gestión riesgos de TME**
 - Identificación de peligros ergonómicos (criterios normativos).
 - Levantamiento y transporte manual de cargas.
 - Empuje y tracción de cargas.
 - Movimientos repetitivos.
 - Posturas y movimientos forzados.
 - Eliminación.
 - Evaluación: Artículo 5 del RSP.
- **Adopción de medidas preventivas. Medidas técnicas, organizativas y medidas de formación e información**
- **Verificación de la eficacia de las medidas adoptadas**
- **Participación activa de los trabajadores y sus representantes**

5.2.5 Psicosociología

- **Factores psicosociales**
 - Definición.
- **Factores de riesgo psicosocial**

- Definición y tipos:
 - Contenido del trabajo.
 - Carga y ritmo de trabajo (desempeño del trabajo).
 - Tiempo de trabajo. Desconexión digital.
 - Participación y control.
 - Desempeño de rol.
 - Desarrollo profesional.
 - Relaciones interpersonales/apoyo social.
 - Equipos de trabajo y exposición a otros riesgos.
- **Riesgos psicosociales**
 - Definición.
 - Tipos:
 - Estrés.
 - Síndrome de Burnout.
 - Fatiga
 - Cualquier forma de acoso y/o violencia (interna o externa).
 - Daños, consecuencias, efectos.
- **Supuestos prácticos**
- **Proceso de Evaluación de Factores Psicosociales**
 - Normativa y documentos de referencia para la evaluación:
 - [Ley de Prevención de Riesgos Laborales \(Ley 31/1995\).](#)
 - [Reglamento de los Servicios de Prevención \(RD 39/1997\).](#)
 - [NTP 450.](#)
 - [NTP 702.](#)
 - Algunas orientaciones para evaluar los factores de riesgo psicosocial (INSST).
 - Guías de actuaciones de ITSS sobre riesgos psicosociales ([CT 69/2009](#); [CT 87/2011](#) y [CT 104/2021](#)).
 - Fases de la evaluación de factores psicosociales
 - Identificación de factores de riesgo
 - Elección de metodología y técnicas de investigación
 - Planificación y realización del trabajo de campo
 - Análisis de los resultados. Informe.
 - Elaboración y puesta en marcha de un programa de intervención
 - Seguimiento y control de las medidas adoptadas
 - Medidas preventivas.
 - Supuestos prácticos.
 - Buenas prácticas en materia psicosocial.

5.2.6 Prevención en materia de violencia. Protocolos

- **Breve repaso normativo, incidiendo específicamente en la normativa indicada**
- **Aclaración sobre jurisdicciones: penal y laboral**
- **Principales conceptos: Violencia sexuales, Acoso sexual, Acoso por razón de sexo**
- **Ciclo de intervención: Prevención, Valoración de Riesgos, Formación**

- **La elaboración y negociación. Principales capítulos del Protocolo**
 - Declaración de principios y compromisos en las empresas.
 - Definiciones de las causas protegibles.
 - Procedimientos de actuación.
 - Activación del Protocolo. Medidas Cautelares. Denuncia. Investigación.
 - Identificación de las medidas reactivas. Régimen disciplinario.
- **Principios en los procedimientos de actuación**
 - Prevención y sensibilización.
 - Confidencialidad e intimidad.
 - Presunción de inocencia.
 - Prohibición de represalias.
 - Diligencia y celeridad.
 - Garantía de los derechos laborales y de protección.
- **Situaciones presenciales y digitales**
- **Práctica. Ejemplos de Protocolos**
- **Normativa**
 - [C190](#), Recomendación 206 de la OIT
 - [Ley Orgánica 3/2007](#), de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres. Art. 48.
 - [Real Decreto 901/2020](#), de 13 de octubre, por el que se regulan los planes de igualdad y su registro y se modifica el Real Decreto 713/2010, de 28 de mayo, sobre registro y depósito de convenios y acuerdos colectivos de trabajo. Anexo 7.
 - [Ley Orgánica 10/2022](#), de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual. Art. 12.

5.2.7 Vigilancia de la salud en el trabajo

- Definición y principios generales de la Vigilancia de la Salud en el Trabajo. Video.
- Objetivos y tipos de exámenes de Salud. Protocolos específicos. Importancia de una correcta Evaluación de Riesgos.
- Vigilancia de la Salud Individual y Colectiva. Estudiar los resultados de los exámenes de salud. Evaluar la efectividad de la planificación preventiva.
- Actividades sanitarias de los Servicios de Prevención.
- Trabajadores Especialmente Sensibles.
- Competencias de los/as Delegados/as de Prevención y Comité de Seguridad y Salud.
- Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales.
- Programa de Vigilancia Epidemiológica: Red Sucesos Centinela.
- Registros Delt@, CEPROSS, PANOTRATSS.

5.2.8 Daños para la Salud

- La Seguridad Social/el INSS. Derechos de la población trabajadora. Los subsidios.

- La incapacidad temporal (IT). Qué es y sus tipos (video)
- Enfermedad común y accidente no laboral.
- Enfermedad profesional y accidente laboral.
- Duración de la IT o baja y sus responsables. Entidades que intervienen en la gestión de la IT o baja según la contingencia.
- Qué son las Mutuas.
- La Incapacidad Permanente o invalidez. Qué es y sus grados
- Qué es el Equipo de Valoración de Incapacidades (EVI).
- Las lesiones permanentes no invalidantes.
- Maternidad y trabajo: medidas protectoras, eliminación de riesgos...
- La Prestación de Riesgo en el embarazo.

6 MODALIDAD

La formación a lo largo de estos años se ha desarrollado en formato presencial, tanto las sesiones sindicales como las técnicas, hecho que se ha considerado como uno de los puntos fuertes del programa, por la oportunidad que esto permite de acercar al personal técnico del ISPLN-NOPLOI a las y los delegados de prevención, para posibles consultas y asesoramientos.

El acceso a la formación se realizará a través de las organizaciones sindicales que participan en el Plan de formación (LAB, UGT, ELA y CCOO). Estas, a su vez, facilitarán a las delegadas y delegados de prevención una nota justificativa para las empresas para que faciliten la asistencia a la formación. En este sentido, la [Ley de Prevención de Riesgos Laborales](#) recoge en su artículo 37.2 el deber del empresariado de proporcionar medios y formación a las delegadas y delegados de prevención.

“El empresario deberá proporcionar a los Delegados de Prevención los medios y la formación en materia preventiva que resulten necesarios para el ejercicio de sus funciones. La formación se deberá facilitar por el empresario por sus propios medios o mediante concierto con organismos o entidades especializadas en la materia y deberá adaptarse a la evolución de los riesgos y a la aparición de otros nuevos, repitiéndose periódicamente si fuera necesario. El tiempo dedicado a la formación será considerado como tiempo de trabajo a todos los efectos y su coste no podrá recaer en ningún caso sobre los delegados de prevención.”

La formación a delegadas y delegados de prevención adscritos a las actividades afectadas por el Convenio Colectivo estatal de la Industria, la Tecnología y los Servicios del Sector del Metal, se encuentra regulada en dicho convenio, tratándose de un curso específico para delegadas y delegados de prevención que ha de realizarse en modalidad presencial.

7 METODOLOGÍA

La metodología utilizada en las sesiones es variada:

- Técnicas expositivas: a través de presentaciones se transmitirán los conceptos teóricos.
- Actividades participativas: análisis de casos prácticos, resolución de problemas, trabajo en grupos, debates, role playing.
- Técnicas evaluativas: sondeos, cuestionarios.
- Se proporcionan herramientas de búsqueda de información, webs de referencia en el marco de la PRL, Notas técnicas, vídeos de producción propia, del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) y de la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo (EU-OSHA), etc.
- Se utilizarán recursos propios:

		
--	--	--

8 EVALUACIÓN Y CERTIFICACIONES

8.1 Evaluación de la actividad formativa

La evaluación se realiza a través de un cuestionario de valoración a completar por los y las delegadas una vez finalizado el curso.

8.2 Evaluación del alumnado

A través de la asistencia de la actividad formativa. Es necesario asistir al 80% de las horas. Para ello, durante el desarrollo de las sesiones se controlará la asistencia en diferentes momentos.

Los certificados del curso se enviarán tras su finalización al correo electrónico proporcionado por cada alumno/a.

**INSTITUTO DE SALUD PÚBLICA Y LABORAL DE NAVARRA
(ISPLN/NOPLOI)**

Polígono de Landaben, Calles E y F

31012 Pamplona

Tfno.: 848 42 34 40/ ssl.ispln@navarra.es

[ISPLN/NOPLOI](#) - riesgoslaboralesnavarra.es