

## **EDUCACIÓN PARA LA SALUD: PREVENCIÓN Y CONTROL EN LA SALUD DE LOS TRABAJADORES**

La educación para la Salud, tiene como objetivo final, la modificación de hábitos, actitudes y conocimientos para mejorar la salud de los individuos o grupos.

En el ámbito laboral, se centra principalmente en la adquisición de conocimientos y desarrollo de hábitos que fomente estilos de vida saludables que favorezcan el bienestar y el desarrollo personal y familiar del trabajador.

**Duración: 40 horas**

### **Objetivo General:**

Facilitar a los participantes la adquisición de aquellos conocimientos y el desarrollo de aquellos hábitos que fomentan estilos de vida saludables, favorecedores del bienestar y el desarrollo personal y familiar del trabajador.

### **Objetivos Específicos:**

- f** Reconocer los diferentes modelos de Educación para la Salud.
- f** Aplicar pautas de actuación frente a riesgos para la salud dentro del ámbito laboral.
- f** Elaborar y aplicar un Plan de Promoción de la Salud.
- f** Evaluar los riesgos derivados de la organización y la carga de trabajo.

## Programa

El programa del curso Educación para la Salud, está compuesto por tres Módulos formativos con las siguientes unidades didácticas:

### Módulo I: Promoción y Educación para la salud.

1. ¿Qué es la Educación para la Salud?
2. El trabajo y la Salud. Factores de riesgo.
3. Promoción de la salud en la empresa.

### Módulo II. Factores de riesgo.

4. La Organización y la carga de trabajo como factores de riesgo.
5. La Organización del tiempo de trabajo.
6. La carga de trabajo.
7. La carga física de trabajo.
8. La carga mental de trabajo.
9. Factores de Naturaleza Psicosocial: el estrés.
10. Factores externos a la empresa I: el tabaco y el alcohol.
11. Factores externos a la empresa II: la alimentación.

### Módulo III. Prevención y Evaluación

12. Prevención y control de la salud de los trabajadores.
13. Evaluación de los factores psicosociales I.
14. Evaluación de los factores psicosociales II.
15. Epidemiología laboral e investigación epidemiológica.