

Técnico en Salud Ocupacional

Duración total: 156 horas

Estructura: 6 módulos bimestrales de 26 horas

Modalidad: Virtual sincrónica

Nivel: Técnico Nivel 1 – Formación inicial y actualización profesional

Requisitos de ingreso: Noveno Año y mayor de 17 años

Certificación: Técnico en Salud ocupacional

Objetivo general

Formar técnicos competentes capaces de aplicar medidas preventivas, de control y promoción de la salud en entornos laborales, conforme a la legislación vigente y las mejores prácticas internacionales.

Estructura modular

Módulo	Nombre del módulo	Duración (horas)	Objetivo específico
1	Fundamentos de la Salud Ocupacional	26	Comprender los conceptos básicos de la salud ocupacional, su evolución y su importancia en el ámbito laboral.
2	Identificación y evaluación de riesgos laborales	26	Reconocer, clasificar y evaluar los diferentes tipos de riesgos presentes en el entorno laboral.
3	Prevención y Control de Riesgos laborales	26	Aplicar estrategias y medidas preventivas para reducir los riesgos laborales.

4	Legislación y Normativa de Salud Ocupacional	26	Interpretar y aplicar la normativa vigente en materia de seguridad y salud ocupacional.
5	Planes de Emergencia y respuesta ante desastres	26	Desarrollar la capacidad de respuesta ante situaciones de emergencia o desastre en el entorno laboral.
6	Gestión integral de la salud y seguridad en el trabajo	26	Implementar sistemas de gestión de salud y seguridad en el trabajo de forma continua y sostenible.

Módulo 1: Fundamentos de la Salud Ocupacional (26 horas)

Objetivo: Comprender los conceptos básicos de la salud ocupacional, su evolución y su importancia en el ámbito laboral.

Contenidos:

- Conceptos de salud, enfermedad y trabajo.
- Historia y principios de la salud ocupacional.
- Objetivos y alcances de la salud ocupacional.
- Obligaciones del empleador y del trabajador.
- Introducción a la legislación laboral y sanitaria.
- Normas nacionales e internacionales (OIT, INS, MTSS).
- Rol del técnico en salud ocupacional.

Módulo 2: Identificación y Evaluación de Riesgos Laborales (26 horas)

Objetivo: Reconocer, clasificar y evaluar los diferentes tipos de riesgos presentes en el entorno laboral.

Contenidos:

- Tipos de riesgos: físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales.
- Métodos de inspección y diagnóstico de condiciones laborales.
- Técnicas de observación y análisis de tareas.
- Elaboración de matrices de riesgos.
- Equipos de medición y registro.
- Valoración del riesgo y priorización de medidas preventivas.

Módulo 3: Prevención y Control de Riesgos Laborales (26 horas)

Objetivo: Aplicar estrategias y medidas preventivas para reducir los riesgos laborales.

Contenidos:

- Control de riesgos físicos (ruido, iluminación, temperatura, vibraciones).
- Control de agentes químicos y biológicos.
- Ergonomía aplicada al trabajo.
- Diseño de planes de acción preventiva.
- Equipos de protección personal (EPP): selección, uso y mantenimiento.
- Señalización y orden en el lugar de trabajo.

Módulo 4: Legislación y Normativa de Salud Ocupacional (26 horas)

Objetivo: Interpretar y aplicar la normativa vigente en materia de seguridad y salud ocupacional.

Contenidos:

- Marco legal costarricense (Código de Trabajo, Reglamento de Salud Ocupacional, INS).
- Normas internacionales de referencia (ISO 45001).
- Responsabilidad legal del técnico y del patrono.
- Comités de salud ocupacional.
- Documentación y registros obligatorios.
- Inspecciones laborales y auditorías.

Módulo 5: Planes de Emergencia y Respuesta ante Desastres (26 horas)

Objetivo: Desarrollar la capacidad de respuesta ante situaciones de emergencia o desastre en el entorno laboral.

Contenidos:

- Tipos de emergencias: incendios, fugas, derrames, accidentes.
- Planes de evacuación y rutas seguras.
- Organización de brigadas de emergencia.
- Primeros auxilios básicos.
- Simulacros y ejercicios prácticos.
- Coordinación con instituciones de socorro.

Módulo 6: Gestión Integral de la Salud y Seguridad en el Trabajo (26 horas)

Objetivo: Implementar sistemas de gestión de salud y seguridad en el trabajo de forma continua y sostenible.

Contenidos:

- Sistema de gestión ISO 45001.
- Políticas y objetivos de seguridad.
- Indicadores de desempeño en salud ocupacional.
- Auditorías internas y mejora continua.
- Elaboración de informes técnicos y estadísticos.
- Proyecto final: diseño de un plan de salud ocupacional.

Metodología

- Clases magistrales con análisis de casos reales.
- Simulaciones de casos
- Foros de discusión y talleres colaborativos.
- Evaluación continua por módulo y proyecto final.

Evaluación

- Participación y asistencia: 20 %
- Actividades prácticas por módulo: 40 %
- Proyecto integrador final: 40 %

Perfil de salida

El egresado del programa Técnico en Salud Ocupacional será un profesional con conocimientos teóricos, técnicos y prácticos en la identificación, evaluación y control de los riesgos laborales. Estará capacitado para implementar medidas preventivas, coordinar acciones de seguridad, promover ambientes de trabajo saludables y cumplir con la normativa vigente en materia de salud ocupacional.