

## **PLIEGO DE PRESCRIPCIONES TÉCNICAS**

**CONTRATACIÓN DE SERVICIOS DE FORMACIÓN EN PREVENCIÓN DE  
RIESGOS LABORALES (PRL) PARA EL PLAN DE FORMACIÓN 2024 DE LA  
FNMT-RCM**

**ACUERDO MARCO  
CÓDIGO DEL PROCEDIMIENTO  
AM-1204-415013-2024-B**

## INDICE

<u>1.- OBJETO</u> .....	<u>3</u>
<u>2.- ANTECEDENTES</u> .....	<u>3</u>
<u>3.- ALCANCE DEL SERVICIO</u> .....	<u>3</u>
<u>4.- CONTENIDO DE LA FORMACIÓN</u>	
<u>Lote 1. 1. Atmósferas Explosivas</u> .....	<u>4</u>
<u>Lote 1.2. Especialización en atmósferas explosivas</u> .....	<u>5</u>
<u>Lote 2. Acoso sexual y por razón de sexo</u> .....	<u>6</u>
<u>Lote 3.1. Curso básico PRL 50h on-line</u> .....	<u>8</u>
<u>Lote 3.2. Concienciación PRL Industrial y estructura</u> .....	<u>9</u>
<u>Lote 3.3. Responsabilidades legales en PRL</u> .....	<u>11</u>
<u>Lote 4. Gestión de conflictos, mediación</u> .....	<u>12</u>
<u>Lote 5.1. Gimnasia Músculo-Esquelética preventiva</u> .....	<u>14</u>
<u>Lote 5.2. Taller de Ergonomía en el trabajo</u> .....	<u>17</u>
<u>Lote 5.3. Salud y movimiento</u> .....	<u>18</u>
<u>Lote 6. Igualdad de género</u> .....	<u>19</u>
<u>Lote 7. PRL Personas trabajadoras en laboratorio</u> .....	<u>20</u>
<u>Lote 8. Personas trabajadoras con riesgo eléctrico</u> .....	<u>22</u>
<u>Lote 9.1. Trabajos en altura</u> .....	<u>23</u>
<u>Lote 9.2. Trabajos en altura (Vigencia 5 años)</u> .....	<u>25</u>
<u>Lote 10. Contaminantes químicos</u> .....	<u>26</u>
<u>Lote 11. Carretillas, Puente grúa, Polipastos, Plataformas</u> .....	<u>27</u>
<u>5.- REQUISITOS EXIGIDOS PARA TODOS LOS LOTES</u> .....	<u>33</u>
<u>6.- REQUISITOS EXIGIDOS A TODAS LAS FORMACIONES ON-LINE</u> .....	<u>35</u>
<u>7.- ACLARACIONES SOBRE EL PLIEGO DE PRESCRIPCIONES TÉCNICAS</u> .....	<u>37</u>

## **1.- OBJETO**

Con la contratación de este servicio se pretende dar cumplimiento al programa recogido en el plan de formación de la FNMT-RCM en materia de Prevención de Riesgos Laborales (en adelante, PRL) mediante un Acuerdo marco que racionalice y facilite la prestación del servicio de formación en la materia de una forma integral y abarcando los diversos aspectos objeto del contenido del presente Pliego de Prescripciones Técnicas.

## **2.- ANTECEDENTES**

La formación en PRL como obligatoria se recoge en la Ley 31/1995, de 8 de noviembre y concretamente en el artículo 19 de dicha ley que obliga a las empresas a facilitar formación tanto teórica como práctica en esta materia sobre el puesto en el que van a desarrollar sus funciones.

Se ha configurado la contratación mediante un sistema de racionalización que es un Acuerdo Marco que pretende recoger toda la formación planificada en esta materia en el Plan de Formación 2024 para toda la plantilla y todos los departamentos de la FNMT-RCM que pueden requerir formación en uno o varios de los contenidos organizados en diversos lotes en este documento.

## **3.- ALCANCE DEL SERVICIO**

El número de cursos, horas y/o licencias de cada lote se especifica en cada uno de los lotes en que se divide el contrato. De conformidad con lo dispuesto en el Pliego de Cláusulas Administrativas Particulares el precio se debe ofertar siempre por año independientemente de que la duración del contrato pudiera ser mayor. Este precio no debe incluir IVA.

La formación se realizará en el formato que se especifica en cada lote. Podrá ser presencial/virtual/on-line y siempre que se pueda en las instalaciones de la FNMT-RCM, tanto en la sede de Madrid como en su Fábrica de Papel en Burgos, con maquinaria propia y en las condiciones específicas en las que se realizará el trabajo. No obstante, en algún caso la formación y la correspondiente acreditación se podrá obtener utilizando tanto las instalaciones como la maquinaria de la empresa adjudicataria del servicio.

El contenido de la formación se actualizará de forma automática cuando sea necesaria bien por modificaciones normativas, bien por la modificación de las condiciones de trabajo o de la maquinaria sobre la que versaba el contenido de la formación programada inicialmente.

En la propuesta el proveedor debe definir además de los contenidos del curso, las actividades de refuerzo que propone realizar a lo largo del curso.



## 4.- CONTENIDO DE LA FORMACIÓN

### LOTE 1.1

## Prevención de riesgos laborales en atmósferas Explosivas

<b>FORMATO O MODALIDAD</b> .....	Presencial
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS POR AÑO:</b> .....	<b>5</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA</b> .....	4 Horas

### ANTECEDENTES

Dotar de conocimientos en PRL a aquellos trabajadores que tienen que desempeñar su trabajo en ambientes con atmósferas en riesgo de explosión.

#### 1.1.1.- Objetivos de la formación

- Definición de ATEX
- El fenómeno de las explosiones
- Identificación de una zona ATEX
- Medidas de prevención básicas: permiso de trabajo, uso de equipos y herramientas en zonas ATEX
- Conocer los equipos adaptados y prohibidos en zonas ATEX
- Electricidad estática, precauciones antiestáticas, puesta a tierra



## LOTE 1.2

### Prevención de riesgos laborales en Atmósferas Explosivas (especialización)

<b>FORMATO O MODALIDAD</b> .....	Presencial/Aula Virtual
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>1</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA</b> .....	14 Horas

#### ANTECEDENTES

Complementando el módulo 1, en este módulo la finalidad es profundizar en la formación en PRL en ambientes y puestos de trabajo con riesgos explosivos. Se formará en el análisis de las situaciones de riesgo que se encuentra el trabajador que realiza trabajos en Atmósferas Explosivas. Asimismo, incluirá el conocimiento de las medidas preventivas que se pueden adoptar para evitar los riesgos en estas atmósferas. Se incluirá formación e instrucción sobre la forma segura y procedimientos de trabajo a desarrollar.

#### 1.1.2.- Objetivos de la formación

- RD 400/1996
- RD 681/2003
- Equipos para Emplazamientos con Riesgo ATEX y Sistemas de Protección
- Procedimientos de Conformidad y Marcado de Equipos
- Documento de Protección contra Explosiones
- Clasificación de Áreas de Riesgo en Zonas
- Análisis de Escapes para Gases y Vapores
- Ventilación y Cálculo de la Extensión de Zonas por Gases, Vapores y Nieblas.
- Clasificación por Zonas para polvos.
- Ejemplos Prácticos.



## LOTE 2

### Prevención de riesgos laborales en materia de acoso sexual y por razón de sexo

<b>FORMATO O MODALIDAD</b> .....	Presencial/Aula Virtual
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS POR AÑO:</b> .....	<b>8</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA</b> .....	4 Horas

#### ANTECEDENTES

En el marco de la normativa vigente en materia del derecho de los trabajadores a no ser discriminados, el artículo 4 del Estatuto de los Trabajadores prevé que “la protección frente al acoso por razón de origen racial o étnico, religión o convicciones, discapacidad, edad u orientación sexual, y frente al acoso sexual y al acoso por razón de sexo.” Por otro lado, la Ley Orgánica 3/2007 para la igualdad efectiva entre hombres y mujeres desarrolla con detalle la forma de hacer cumplir esta obligación empresarial, que no es otra que desarrollando un plan contra el acoso. Este protocolo contra el acoso sexual estaba previsto en el Plan de igualdad y se aprobó el 23 de diciembre del año 2023 y que, en el caso del de la FNMT-RCM incluye a su vez la formación en materia de acoso sexual y por razón de sexo como un pilar básico de la prevención.

#### 2.1.1.- Objetivos de la formación

- Seguimiento del cumplimiento del plan de prevención del acoso sexual, por razón de sexo o psicológico en el ámbito laboral aprobado el 23 de diciembre de 2023.
- Facilitar al alumnado la información adecuada y concreta sobre el acoso y otras situaciones discriminatorias, con el fin de contribuir a su erradicación.
- Aprender a detectar situaciones de acoso o discriminatorias en el seno de la organización.
- Gestionar el procedimiento de intervención ante una situación de acoso o discriminatoria.
- Proporcionar a la persona afectada el apoyo necesario para hacer frente al acoso o, si procede, derivar a la persona a un/a profesional capacitado/a.

### **2.1.2.- Programas formativos:**

#### Tema 1. CONCEPTOS BÁSICOS SOBRE ACOSO Y DISCRIMINACIÓN

- El Acoso es un término complejo.
- ¿Qué es el acoso sexual?
- ¿Qué es el acoso por razón de sexo?
- ¿Qué es el acoso psicológico o mobbing?
- ¿Qué es la discriminación?
- Discriminación por razón de sexo.

#### Tema 2. DINÁMICAS DE ACOSO

- Causas del acoso.
- Perfil de la persona agresora.
- Formas de actuar de un grupo hostil.
- Contexto facilitador del acoso.

#### Tema 3. CONSECUENCIAS DEL ACOSO SEXUAL, POR RAZÓN DE SEXO O PSICOLÓGICO

- Introducción a las consecuencias del acoso sexual.
- Violencia contra las mujeres.
- Personas con mayor riesgo de sufrir acoso.
- Consecuencias concretas del acoso.
- Síntomas reales del acoso.
- Efectos laborales del acoso.

#### Tema 4. PREVENCIÓN Y GESTIÓN DEL ACOSO EN EL ÁMBITO LABORAL

- Para prevenir es necesario un protocolo de acoso.
- Personas responsables del protocolo contra el acoso.
- Estrategias de prevención del acoso dentro de la organización.
- Procedimiento de actuación.
- Procedimiento informal.
- Procedimiento formal.
- Circunstancias agravantes de una situación de acoso.
- Medidas que se deben tomar.



## LOTE 3.1

### Curso básico de prevención de riesgos laborales

<b>FORMATO O MODALIDAD:</b> .....	on-line
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS:</b> .....	Licencia
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE LICENCIAS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>20</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO:</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA:</b> .....	50 Horas

#### **ANTECEDENTES**

Este curso se ofrece a todos los puestos con perfil directivo para cumplir con la normativa vigente.

#### **3.1.1.- Objetivos de la formación**

La formación obligatoria en prevención de riesgos laborales recogida en la Ley 31/1995, de 8 de noviembre obliga a las empresas a facilitar formación tanto teórica como práctica en esta materia sobre el puesto en el que van a desarrollar sus funciones. En concreto, incluye formación relativa a los distintos tipos de riesgos, su origen, los daños que producen en la salud, medidas para evitarlos, cómo organizar la prevención en la empresa, cómo pueden participar los trabajadores, sus funciones en la organización, la formación para fomentar comportamientos seguros, la correcta utilización de todo lo que rodea al trabajo y fomentar el interés y la cooperación de los trabajadores en la prevención de riesgos laborales.

#### **3.1.2.- Programas formativos:**

- Trabajo y salud
- Derechos y deberes. Marco normativo
- Riesgos ligados a las condiciones de seguridad
- Riesgos ligados al medio ambiente
- Carga de trabajo, fatiga e insatisfacción laboral
- Sistemas elementales de control de riesgos
- Planes de emergencia y evacuación
- Vigilancia y control de la salud, los primeros auxilios
- La gestión y organización de la prevención
- La evaluación de riesgos profesionales
- Organismos públicos y la seguridad
- Documentación: recogida, elaboración y archivo
- Ergonomía del puesto de trabajo
- Prevención y ergonomía
- Los riesgos psicosociales





## LOTE 3.2

### Concienciación Prevención de riesgos laborales (especialización)

<b>FORMATO O MODALIDAD:</b> .....	Presencial	
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS:</b> .....	Curso	
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	12 Ind / 8 Est	
<b>PERIODO DE CONTRATO:</b> .....	2 años	
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA:</b> .....	4 Hrs Ind / 5 Hrs Est	
Ind = Industrial	Est = Estructura	Hrs = Horas

#### ANTECEDENTES

Esta formación, al igual que toda la recogida en este pliego técnico y demás documentos relativos a este Acuerdo Marco, responde al derecho que tienen los trabajadores a una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo y la actuación se enmarca dentro del requerimiento de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales que, en su artículo 19, apartado primero, indica:

*“En cumplimiento del deber de protección, el empresario debe garantizar que cada trabajador reciba un formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, en materia preventiva...”*

En este módulo la formación se dirige a toda la plantilla y su contenido se focaliza de forma más directa a determinados ámbitos y sectores, siendo más especializada.

#### **3.2.1.- Objetivos de la formación**

La formación debe ser de carácter eminentemente práctico, que permita la participación de los asistentes y posibilite la total integración de la seguridad y la salud en las labores cotidianas, profesionales y personales de todos los participantes. Debe incidir en la concienciación de la prevención con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo y transmitir la cultura preventiva dentro y fuera del entorno laboral. Debe aportar a la plantilla una experiencia dinámica y positiva que sirva para afrontar y gestionar con éxito las demandas teóricas, físicas y psicológicas de sus puestos de trabajo.

#### **3.2.2.- Programas formativos:**

- Para el programa “CONCIENCIACIÓN PRL cuyos destinatarios serán personal adscrito a departamentos de Estructura”:
  - Conceptos básicos
  - Gestión PRL – Procedimiento del sistema de Gestión de PRL y el Plan de Prevención: Funciones y responsabilidades
  - Evaluación de riesgos



- Riesgos psicosociales
  - Riesgos en entornos ajenos a la producción industrial y talleres
  - Riesgos asociados al uso de pantallas de visualización de datos
  - Riesgos de incendio, medidas de emergencia
- Para el Programa “CONCIENCIACIÓN PRL cuyos destinatarios serán personal adscrito a departamentos de carácter industrial”:
- Conceptos básicos
  - Gestión PRL – Procedimiento del sistema de Gestión de PRL y el Plan de Prevención: Funciones y responsabilidades
  - Evaluación de riesgos
  - Riesgos psicosociales
  - Contaminantes químicos
  - Uso y manejo seguro de equipos de trabajo y herramientas manuales
  - Riesgo eléctrico
  - Sistemas elementales de control de riesgo: Equipos de protección individual (EPIs) y medidas elementales de prevención
  - Riesgos asociados al uso de pantallas de visualización de datos
  - Contaminantes físicos
  - Cargas, posturas forzadas y movimientos repetitivos
  - Riesgos de incendio, medidas de emergencia



## LOTE 3.3

# Responsabilidades legales en prevención de riesgos laborales

<b>FORMATO O MODALIDAD:</b> .....	Aula Virtual
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS:</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>2</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO:</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA:</b> .....	2 Horas

### ANTECEDENTES

Es imprescindible dotar a determinados trabajadores de los recursos necesarios para el conocimiento de las responsabilidades derivadas del incumplimiento de las necesidades, protocolos y procedimientos implantados para la Prevención de Riesgos Laborales en distintos ámbitos profesionales.

#### **3.3.1.- Objetivos de la formación**

Sensibilizar a los profesionales de la empresa sobre los aspectos fundamentales y legales de la prevención de riesgos laborales. Proporcionar los conocimientos del técnico como asesor del empresario frente a sus obligaciones de actuación.

#### **3.3.2.- Programas formativos:**

- Responsabilidad del empresario
- Responsabilidad administrativa.
- Responsabilidad penal.
- Responsabilidad civil.
- Responsabilidad civil derivada de la penal.
- Responsabilidad civil contractual.
- Recargo en las prestaciones por falta de medidas de seguridad.
- Régimen de compatibilidad entre las distintas responsabilidades.
- Responsabilidad del trabajador.
- Las responsabilidades de prevención ajenos.
- Responsabilidades derivadas del incumplimiento de las obligaciones legales respecto de la constitución y funcionamiento de los servicios.
- Responsabilidades derivadas del incumplimiento de las obligaciones legales contractuales en materia de seguridad salud laboral respecto de una empresa concertada.

## LOTE 4

# Prevención y actuación ante los conflictos internos, violencia y acoso laboral

<b>FORMATO O MODALIDAD:</b> .....	Presencial
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS:</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>6</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO:</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA:</b> .....	6 Horas

### ANTECEDENTES

Esta formación se incluye en diversos protocolos de actuación en el supuesto de gestión de conflictos laborales y necesidad de aplicación del protocolo de prevención y actuación ante los conflictos internos, violencia y acoso laboral

#### **4.1.1.- Objetivos de la formación**

1. Identificar los distintos tipos de conflictos que pueden surgir en el ámbito laboral y comprender las causas subyacentes a los mismos.
2. Desarrollar habilidades para la gestión eficiente de los conflictos, mediante técnicas de comunicación efectiva, resolución de problemas y toma de decisiones colaborativas.
3. Aprender a manejar las propias emociones y de los demás en situaciones de conflicto, con el fin de evitar reacciones impulsivas y hostiles que puedan empeorar la situación.
4. Adquirir conocimientos sobre la mediación como método de resolución de conflictos y su aplicabilidad en el entorno laboral, identificando los casos en los que pueden resultar más efectivos y las etapas del proceso de mediación.
5. Desarrollar habilidades para la negociación y el establecimiento de acuerdos que permitan la resolución de conflictos de manera satisfactoria para todas las partes implicadas.
6. Fomentar la prevención de conflictos mediante el establecimiento de estrategias de comunicación y colaboración efectivas, así como mediante el desarrollo de políticas de respeto y tolerancia en el ámbito laboral.
7. Conocer la normativa legal y los protocolos de actuación en situaciones de conflicto, con el fin de actuar de manera adecuada y respetando los derechos de todas las partes implicadas.



#### **4.1.2.- Programas formativos:**

- a) Importancia de diferenciar la gestión de conflictos del acoso en el entorno laboral
  - Comportamientos en el conflicto vs. comportamientos en el acoso
  - Intencionalidad en el conflicto vs. intencionalidad en el acoso
  - Impacto en el trabajador y en la organización
  
- b) Introducción a la gestión de conflictos ¿Qué son los conflictos y por qué son importantes?
  - Tipos de conflictos
  - La importancia de la gestión efectiva de conflictos en el lugar de trabajo
  
- c) Identificación al acoso laboral
  - Definición y tipos de acoso laboral
  - Causas y consecuencias del acoso laboral
  - Estrategias para prevenir el acoso laboral en la empresa
  
- d) Situaciones de riesgo de conflicto laboral
  - Diferencias de opiniones sobre el trabajo
  - Competencia desleal · Desigualdades salariales
  - Falta de reconocimiento y valoración del trabajo
  - Diferencias culturales y generacionales
  - Ambiente laboral hostil
  
- e) Técnicas de mediación
  - Definición y beneficios de la mediación
  - Técnicas de comunicación efectiva
  - Técnicas para manejar emociones fuertes y conductas conflictivas
  - Prácticas de mediación en el lugar de trabajo
  
- f) El rol del jefe de unidad en la gestión de conflictos y acoso laboral
  - Responsabilidades del jefe de unidad en la prevención y gestión de conflictos y acoso laboral
  - Cómo establecer un ambiente laboral positivo y libre de acoso
  - Cómo intervenir efectivamente cuando se presenta un conflicto o acoso laboral
  
- g) Herramientas para la resolución de conflictos
  - Herramientas para la resolución de conflictos, como la negociación, el arbitraje y el litigio
  - La elección de la herramienta adecuada para cada situación
  
- h) Prácticas de prevención y gestión de conflictos y acoso laboral
  - Simulaciones y role-playing de situaciones conflictivas y acoso laboral
  - El líder INCLUSIVO. Beneficios de los entornos libres de acoso



## LOTE 5.1

### Taller de gimnasia Músculo-Esquelética Preventiva

<b>FORMATO O MODALIDAD</b> .....	Presencial
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>15</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA</b> .....	3 Horas

#### ANTECEDENTES

Este curso pretende dotar de recursos a las personas trabajadoras para evitar las lesiones derivadas de malas posturas en el puesto de trabajo y los problemas de salud que en algunos casos pueden llegar a ser muy graves derivados de problemas que podrían solucionarse con unos ejercicios muy sencillos. Con ello se cumple una doble finalidad, mejorando el bienestar en la salud física del personal evitando igualmente el absentismo derivado de tipos de patologías que puedan evitarse a través de estas medidas preventivas.

#### **5.1.1.- Objetivos de la formación**

1. Preparación intensiva inicial a efectos de elaborar un mapa de riesgos ergonómicos que nos indiquen las lesiones y problemáticas más frecuentes en las personas trabajadoras.
2. Crear conciencia en el trabajador de que el cuerpo es un todo en el que las acciones que sobre él se ejercen tienen consecuencias generales.
3. Prevenir y evitar nuevas lesiones
4. Generar en el trabajador el concepto de salud desde la perspectiva de la actividad
5. Dotar al trabajador del conocimiento y habilidades necesarias para evitar lesiones
6. Generar en el trabajador una conciencia de responsabilidad ineludible con respecto a lo que puede hacer por sí mismo incidiendo de forma beneficiosa en su propio estado de salud.

#### **5.1.2.- Programas formativos:**

- BLOQUE/CONTENIDO TEÓRICO
  - La salud como concepto.
  - Las actitudes hacia la salud y cómo éstas derivan de los actos concretos.
  - El impacto sobre la salud de la actividad laboral, la actividad física, el descanso y la alimentación. Otros factores de importancia sobre la salud.
  - La salud como objetivo en el trabajo: la Prevención de Riesgos Laborales aplicada.
  - Ejercicio preventivo, adaptado a las diferentes posiciones ocupadas por los trabajadores, para lo que se solicitará información extensiva antes de la preparación de los contenidos a efectos de adaptarla lo más posible a las

problemáticas presentes:

- Calentamiento previo a actividades físicas.
- Los estiramientos: fundamentos aplicados a la actividad laboral.
- El ejercicio de fuerza como herramienta preventiva.
- Ejercicio de fuerza funcional: uso de patrones de movimiento globales, derivado del análisis biomecánico de los movimientos de riesgo realizados en las actividades laborales.
- El ejercicio aeróbico como base de la forma física óptima.
- Análisis de actividad, de las posturas y de las cargas
- Introducción y explicación anatómica del segmento objetivo
- Análisis biomecánico
- Patologías
- Análisis de la influencia de las patologías más frecuentes en el ámbito de la FNMT
- Descripción anatómica de la estructura afectada
- Descripción de los motivos que pueden ocasionar la lesión
- Descripción de la sintomatología típica
- Descripción de los distintos tipos de tratamientos existentes
- Escuela de Espalda
- Información general
- La columna vertebral
- La vértebra
- El disco intervertebral
- Hernia discal
- Protusión discal
- Estabilidad de la columna
- Flexibilidad
- Prevención
- Factores de riesgo
- Prevención en el ambiente laboral
- Actividades de la vida diaria

– BLOQUE/CONTENIDO PRÁCTICO

- Esta parte práctica específica tiene una elevada importancia y consideramos que es el núcleo duro del potencial éxito del proyecto. Por ello, se considera esencial planificar la aplicación práctica en dos partes:
  - Parte general: que abordará, según el puesto de trabajo y la información arriba mencionada, los ejercicios que pueden resultar de interés realizar.
    - Calentamiento.
    - Ejercicios de estiramiento generales y aplicados por zonas de impacto.
    - Ejercicios de fuerza localizados y generales en patrones globales.
    - Ejercicio programado fuera de la actividad laboral: programa de mejora de la fuerza, la elasticidad, la coordinación, la resistencia, etc.
  - Parte específica: que se alimentará de la información recabada en el aula durante la sesión, constituyendo el núcleo del trabajo práctico aplicado a las dificultades, lesiones, molestias, etc. que manifiesten los trabajadores y, por ello, son un elemento esencial

- para el aprendizaje y la concienciación.
- Ejercicios de calentamiento adecuados a las situaciones específicas.
  - Ejercicios de fuerza localizados y globales adaptados a la prevención de lesiones.
  - Estiramientos específicos por áreas de impacto notificadas por los trabajadores.
  - Otras acciones de intervención que los trabajadores pueden realizar: automasaje, aplicación de calor/frío, posturas de reposo activo, uso de ortesis, etc.
  - Estiramientos Miotendinosos
  - Introducción a los estiramientos
  - Que es un estiramiento
  - ¿Por qué debemos realizar estiramientos?
  - Pautas para realizar estiramientos de forma adecuada y personalizada
  - Prácticas de estiramientos
  - Cuello
  - Hombros
  - Brazos
  - Antebrazos
  - Manos
  - Tronco
  - Glúteos
  - Piernas
  - Recomendaciones para mejorar el gesto
- MEDIOS TÉCNICOS PARA ESTE LOTE: Sin perjuicio de los requisitos exigidos para todos los lotes recogidos en el punto 5 de este Pliego, en el caso de este Módulo 1 del Lote 5 la adscripción será la siguiente:
- Se expondrá el contenido teórico en una presentación, que incluirá texto, imágenes y vídeos específicos de FNMT (a realizar en fase de desarrollo de los contenidos)
  - Se desarrollarán pósters informativos con contenidos específicos para diferentes puestos de trabajo (estiramientos, ejercicios de potenciación muscular, etc)
  - Se proporcionarán videos con la práctica de los estiramientos para su divulgación a través de las pantallas internas.
  - Plataforma de teleformación en la que se podrán plantear los contenidos de una forma estructurada y facilitar la puesta a disposición de los alumnos de diversos materiales, a la vez que sirve para certificar la trazabilidad del seguimiento y consolidación de contenidos y permitir así dar cumplimiento a los artículos 18 y 19 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales sobre información y formación específica a los riesgos de los puestos de trabajo. Esta teleformación debe ser de carácter general sin que medie la solicitud de datos personales para el acceso, en caso contrario y siempre que se soliciten datos personales a los usuarios se deberá cumplir con todo lo requerido en el punto 6 del presente documento "Requisitos exigidos a todos los lotes con formación on-line"





## LOTE 5.2

### Taller de Ergonomía en el trabajo

<b>FORMATO O MODALIDAD</b> .....	Presencial
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>15</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA</b> .....	0.5 Horas

#### **ANTECEDENTES**

Todo este lote trata de conformar un programa preventivo para evitar lesiones por esfuerzo repetitivo y enfermedades profesionales derivadas de malos hábitos posturales a la hora de realizar los trabajos.

#### **5.2.1.- Objetivos de la formación:**

Implantar y reforzar lo aprendido en el lote anterior, con un criterio ergonómico preventivo y de intervención específica sobre el puesto de trabajo.

#### **5.2.2.- Programas formativos:**

Se realizarán ejercicios específicos que ayuden a comprender, interiorizar y automatizar movimientos correctos y posiciones adecuadas a la hora de desempeñar las tareas que se realizan en los distintos puestos de trabajo de los asistentes a los talleres.



## LOTE 5.3

### Taller de salud y movimiento

<b>FORMATO O MODALIDAD</b> .....	Presencial
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>15</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA</b> .....	0.5 Horas

#### **ANTECEDENTES**

Todo este lote trata de conformar un programa preventivo para evitar lesiones por esfuerzo repetitivo y enfermedades profesionales derivadas de malos hábitos posturales a la hora de realizar los trabajos.

#### **5.3.1.- Objetivos de la formación:**

Implantar y reforzar lo aprendido en los lotes anteriores, en el marco de la semana de la salud laboral que se programa anualmente.

#### **5.3.2.- Programas formativos:**

- Contenidos variados para desarrollo empresa saludable.
- Se impartirán durante la semana de la seguridad y salud.
- Tips variados: salud emocional, nutrición, vida saludable.
- Con participación variada de personal sanitario, de ciencias de la salud y del entorno deportivo.



## LOTE 6

### Igualdad de género

<b>FORMATO O MODALIDAD</b> .....	on-line
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS</b> .....	Licencia
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE LICENCIAS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>1.300</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA</b> .....	3 Horas

#### ANTECEDENTES

Este curso, que se había venido ofertando como formación voluntaria transversal, se ha incluido como formación obligatoria para toda la plantilla para adecuar la formación al III Plan de igualdad de la FNMT-RCM y para cumplir con las obligaciones derivadas de la Ley Orgánica 3/2007 para la igualdad efectiva entre hombres y mujeres y normativa de desarrollo.

#### **6.1.1.- Objetivos de la formación**

Analizar y entender los conceptos básicos de la perspectiva de género. Aprender las aplicaciones prácticas de la igualdad en el ámbito laboral. Conocer los pasos para desarrollar un plan de Igualdad.

#### **6.1.2.- Programas formativos:**

- CONCEPTOS BÁSICOS PARA ENTENDER LA SENSIBILIZACIÓN EN IGUALDAD DE OPORTUNIDADES
  - o Igualdad, diferencia y desigualdad
  - o Discriminación y acción positiva
  - o Perspectiva de género
  - o La división sexual del trabajo
  - o Brecha de género
  - o Igual retribución
  - o Conciliación y usos del tiempo
- LA IGUALDAD EN LA EMPRESA: APLICACIONES PRÁCTICAS
  - o Comunicación y lenguaje inclusivos
  - o Gestión de RRHH con perspectiva de género
  - o PRL con perspectiva de género
  - o Prevención del acoso en el ámbito laboral
  - o Actividades Módulo 2
- COMISIÓN DE IGUALDAD Y PLANES DE IGUALDAD
  - o La comisión de igualdad
  - o El Plan de Igualdad

## LOTE 7

# Prevención de riesgos laborales para personal de laboratorio

**FORMATO O MODALIDAD:** ..... Presencial  
**UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS:** ..... Curso  
**CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS POR AÑO:** ..... **1**  
**PERIODO DE CONTRATO:** ..... **2 años**  
**DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA:** ..... 16 Horas

### ANTECEDENTES

En los laboratorios se trabaja con materiales y productos que requieren un reciclaje periódico para incrementar la conciencia de los peligros inherentes al entorno.

#### **7.1.1.- Objetivos de la formación**

- Reforzar los conocimientos en PRL en del área del laboratorio químico necesarios para el desempeño seguro de sus tareas.
- Actualizar los riesgos específicos del manejo de los productos químicos, equipos de trabajo y las medidas preventivas a adoptar
- Proporcionar la formación necesaria sobre el Reglamento Europeo nº 1272/2008 para la Clasificación, Etiquetado y Envasado (CLP) como la única legislación aplicable a la Clasificación y Etiquetado de sustancias y mezclas antes de comercializarlas.
- Dar a conocer el Sistema Global Armonizado SGA/GHS acordado en la ONU.
- Adquirir los conocimientos mínimos sobre re-clasificación y re-etiquetado CLP de las mezclas peligrosas desde junio de 2015.

#### **7.1.2.- Programas formativos:**

- Marco Legislativo General y específico del sector.
  - o Derechos y obligaciones del Empresario y los Trabajadores.
  - o Revisión de los Riesgos y el control en la manipulación de las operaciones básicas e instrumentos de los laboratorios.
  - o Evaluación de Riesgos de los centros de trabajo desde el punto de vista de la Seguridad.
  - o Higiene y Ergonomía
- Riesgo de las instalaciones, material de laboratorio y equipos:
  - o Mantenimiento y revisiones periódicas.
  - o Almacenamiento de productos químicos: Normativa de aplicación (379/01)
  - o Riesgo en su almacenamiento e incompatibilidades, tipos de



- almacenamiento: almacenes, armarios, neveras.
- Gestión de residuos.
- Actualización en las medidas de control de la exposición a los agentes químicos:
  - Sobre el foco: sustitución, aislamiento, extracción localizada, automatización del proceso y utilización medios húmedos. Control de productos cancerígenos (RD. 665\97)
  - Sobre el medio: ventilación general, limpieza de las instalaciones (RD. 486\97) y equipos de actuación.
  - Sobre el receptor/trabajador: Equipos de protección individual (RD.773\97). Selección, uso y mantenimiento.
- Clasificación, etiquetado y envasado de sustancias y mezclas químicas (CLP):
  - Introducción CLP
  - Clasificación, etiquetado y envasado CLP
  - Notificación de sustancias según CLP. CLP vs Fichas de Datos de Seguridad, nº 453/2010.
  - Infracciones y Régimen Sancionador.
  - Práctica de clasificación CLP para sustancias y mezclas
  - Revisión de etiquetas DSD/DPD & CLP
  - Comprobación/Cumplimiento secciones CLP de las Fichas de Datos de Seguridad



## LOTE 8

### Prevención de riesgos laborales eléctricos

<b>FORMATO O MODALIDAD</b> .....	Presencial
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>2</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA</b> .....	6 Horas

#### **ANTECEDENTES**

Este curso se ha venido impartiendo a las personas de los departamentos que comparten tareas que incluyen peligros de este tipo, que conllevan un riesgo elevado (Departamento de Mantenimiento, entre otros).

#### **8.1.1.- Objetivos de la formación**

Conocer la normativa en materia de seguridad y salud frente al riesgo eléctrico. Conocer las medidas preventivas específicas en caso de accidente eléctrico. Aprender las pautas de actuación en caso de accidente eléctrico. Dar cumplimiento a lo establecido en el artículo 5 del Real Decreto 614/2001 donde se establece la obligación del empresario de garantizar la información y formación que hayan de adoptarse en aplicación de dicho Real Decreto.

#### **8.1.2.- Programas formativos:**

- Pauta de inspección "Condiciones de seguridad en instalaciones eléctricas"
  - o Condiciones generales.
  - o Tableros eléctricos provisionales.
  - o Extensiones eléctricas.
  - o Herramientas y equipos
  
- Modelo de Gestión de Seguridad Eléctrica.
  - o Medidas de control ANSI Z10. ESCAPE.
  - o Eliminación.
  - o "5 reglas de oro",
  - o Sustitución.
  - o Control Ingeniería.
  - o Aislar (Separar, Señalizar).
  - o Procedimientos Administrativos.
  - o EPI: Equipos de Protección Individual/Personal.



## LOTE 9.1

### Prevención de riesgos laborales para trabajos en altura

<b>FORMATO O MODALIDAD:</b> .....	Presencial
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS:</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>2</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO:</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA:</b> .....	4 Horas

#### ANTECEDENTES

Este curso se ha impartido para todas aquellas personas y departamentos que, por sus funciones, requieran trabajos que deban ser realizados en altura (Silo y almacenes).

#### 9.1.1.- Objetivos de la formación

Con esta formación, se pretende dotar a los participantes de los conocimientos necesarios para el desempeño de trabajos tan peligrosos como los que se realizan en altura, de manera que sean capaces de identificar y evaluar los riesgos propios de su puesto de trabajo, así como tomar las medidas preventivas para la ejecución de sus tareas de forma segura.

#### 9.1.2.- Programas formativos:

- Parte Teórica (2 h):
  - o Caídas desde altura
  - o Técnicas de protección en altura mediante EPI
  - o Normas relacionadas con los EPI de seguridad en altura
  - o Los EPI en los trabajos en altura
    - casco
    - arneses anti-caídas y cinturones de sujeción.
    - elementos de amarre y absorbedores de energía
    - dispositivos anti-caídas retráctiles
    - elementos de amarre de sujeción
    - anclajes: puntos de anclaje y líneas de vida verticales y horizontales
  - o Buenas Prácticas en el uso de EPI de altura
  - o Bases de funcionamiento de sistema de Evacuación rápida desde el ascensor
  - o Procedimiento de seguridad en plataformas de entrada y salida de pales
- Parte Práctica (2 h)
  - o Colocación correcta de los EPI: casco, Arnés anti-caídas y Elemento de amarre anti-caídas doble
  - o Prescripciones de seguridad y buenas prácticas en el uso de los equipos
  - o Práctica en el uso de línea de vida instalada
  - o Práctica individual de los procedimientos de seguridad a seguir en las



operaciones:

- Acceso a la plataforma
- Estancia en la plataforma
- Acceso a los estantes del lado de la cabina (estantes izquierda)
- Acceso a los estantes del lado contrario a la cabina (estantes derecha)
- Acceso a los estantes comprendidos entre el nivel 1 y el nivel 7 sin transelevador (estantes derecha)
- Acceso general con el transelevador (estantes derecha)
- Desplazamiento por el interior de la estantería
- Práctica individual de procedimiento de evacuación rápida desde el ascensor





## LOTE 9.2

### Prevención de riesgos laborales en trabajos en altura (especialización)

<b>FORMATO O MODALIDAD:</b> .....	Presencial
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS:</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>3</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO:</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA:</b> .....	6 Horas

#### ANTECEDENTES

Se ha venido impartiendo a todo el personal con estas necesidades con una periodicidad de 5 años.

#### **9.2.1.- Objetivos de la formación**

Con esta formación, se pretende dotar a los participantes de los conocimientos, así como de las habilidades necesarias para el desempeño de trabajos en altura, vinculados con el uso o mantenimiento de equipos de almacén del tipo transelevadores, pudiendo dar respuesta a todos los Riesgos y Factores de Riesgo que puedan darse durante la realización de los mismos.

#### **9.2.2.- Programas formativos:**

- Unidad didáctica 1. Formación teórica. 3h
  - Presentación del Programa y objetivos.
  - Presentación de los participantes.
  - Impartición de la Unidad didáctica 1. Formación teórica.
  - Evaluación teórica.
  
- Unidad didáctica 2. Formación Práctica. 3h
  - Impartición de la Unidad didáctica 2. Formación Práctica.
  - Demostración del Formador
  - Formación práctica de los asistentes
  - Evaluación práctica.



## LOTE 10

### Prevención de riesgos laborales relativos a contaminantes químicos

<b>FORMATO O MODALIDAD:</b> .....	Presencial
<b>UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS:</b> .....	Curso
<b>CANTIDAD ESTIMADA DE CURSOS <u>POR AÑO</u>:</b> .....	<b>1</b>
<b>PERIODO DE CONTRATO:</b> .....	<b>2 años</b>
<b>DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA:</b> .....	4 Horas

#### ANTECEDENTES

El personal de laboratorio necesita una formación de actualización periódica en esta normativa y también en incrementar la concienciación de la peligrosidad que supone trabajar con productos contaminantes que pueden suponer una amenaza para su integridad, así como para el medio ambiente.

#### 10.1.1.- Objetivos de la formación

El manejo inadecuado de estos productos puede resultar en accidentes o en sanciones impuestas por no manejar adecuadamente los productos y sus desechos. Esta formación se programa para concienciar de los peligros derivados de una incorrecta manipulación de estos productos, así como de los productos resultantes de su utilización. Se intenta automatizar conductas que eviten accidentes y sanciones por una mala praxis.

#### 10.1.2.- Programas formativos:

- Peligrosidad de los productos químicos
  - o Conceptos básicos y clasificación
  - o El etiquetado de productos químicos
  - o Envasado
  - o Fichas de datos de seguridad
- Consejos prácticos para la manipulación de agentes químicos
- Almacenamiento de productos químicos
  - o Almacenamiento de reactivos
  - o Almacenamiento de gases
- Control de riesgos mediante protección colectiva e individual
  - o Equipos de protección colectiva
  - o Equipos de protección individual
- Actuaciones en caso de emergencia
- Legislación



## LOTE 11

# Prevención de riesgos laborales en el uso de carretillas, puente grúa, polipastos, plataformas

**FORMATO O MODALIDAD:** ..... Presencial  
**UNIDAD DE FACTURACIÓN PARA OFERTAS:** ..... Horas  
**CANTIDAD ESTIMADA DE HORAS POR AÑO:** ..... **600**  
**PERIODO DE CONTRATO:** ..... **2 años**  
**DURACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA:** ..... Consultar Punto 11.1.4 –  
..... Detalle de la formación

### ANTECEDENTES

La formación en equipos de trabajo es una de las herramientas fundamentales en la prevención de los riesgos laborales que se deriven del uso de los mismos, pero no solo es considerada como una herramienta preventiva, sino como un derecho del trabajador y una obligación parte del empresario que viene recogida en los siguientes textos legales:

- El ya citado artículo 19 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales. La formación deberá estar centrada específicamente en el puesto de trabajo de cada trabajador, adaptarse a la evolución de los riesgos y a la aparición de otros nuevos y repetirse periódicamente si fuese necesario.
- El Real Decreto 1215/1997 sobre la utilización de equipos de trabajo: El empresario deberá garantizar que los trabajadores reciban una formación e información adecuadas sobre los riesgos derivados de la utilización de los equipos de trabajo, así como de las medidas de prevención y protección que hayan de adoptarse. Los trabajadores deberán recibir una formación específica adecuada.
- Las normas UNE son protocolos de actuación voluntaria, pero de absoluta referencia. Contienen especificaciones técnicas basadas en los resultados de la experiencia y del desarrollo tecnológico. La norma UNE 58451:2016 desarrolla la formación necesaria para ser operador de carretillas elevadoras de manutención. La norma UNE 58923 fija los requisitos y el procedimiento de la formación de operador para la conducción, uso y manejo seguro de Plataformas Elevadoras Móviles de Personal (PEMP) correspondientes a los diferentes grupos y tipos, definidos en la Norma UNE-EN 280.  
La diversidad de equipos y utilidades pone de relieve la necesidad de una formación específica del trabajador para cada tipología de carretilla a fin de adquirir la competencia necesaria, su periódica revisión para adecuarla a la incorporación de nuevas tecnologías y a las nuevas situaciones de riesgo que puedan presentarse. El programa de formación debe estar adaptado a los conocimientos que sobre la materia sean necesarios para desarrollar de

forma segura las tareas propias del puesto de trabajo y las exigencias del mismo.

La formación irá dirigida a:

- Los trabajadores que se incorporan a nuestra empresa, sin experiencia previa.
- Los trabajadores de la empresa con experiencia y formación, que precisen un reciclado y/o actualización de conocimientos.

Según el tipo de máquinas más utilizadas en la FNMT-RCM, los cursos podrán ser:

1. Curso de inicio de Operador de carretilla transpaleta/apilador.

- Se impartirá formación en transpaleta eléctrica (Categoría 1-Tipo 1), apilador Eléctrico (Categoría 1-Tipo 3) y apilador eléctrico con pinza volteadora (Categoría 1-Tipo 3). Es formación obligatoria previa al desempeño del puesto.

2. Curso de actualización y reciclaje de carretilla transpaleta/apilador. - Se impartirá formación en transpaleta eléctrica (Categoría 1-Tipo 1), apilador eléctrico (Categoría 1-Tipo 3) y apilador eléctrico con pinza volteadora (Categoría 1-Tipo 3). Potestativo de la empresa el realizar su impartición cada 5 años.

3. Curso de inicio de Operador Certificado de Carretillas Elevadoras-Tipo 2.- Se impartirá formación en Carretilla Frontal Contrapesada (Categoría 2-Tipo 4) y Carretilla Retráctil (Categoría 2-Tipo 6).

4. Curso de actualización y reciclaje de Operador Certificado de Carretillas Elevadoras-Tipo 2.- Se imparte formación en carretilla frontal y carretilla retráctil. Potestativo de la empresa el realizar su impartición cada 5 años.

El contenido de los cursos anteriores debe ajustarse a la norma UNE 58451:2016.

5. Curso de inicio de Operadores de Plataformas Elevadoras móviles de personal (PEMP). El contenido de esta acción formativa debe ajustarse a la Norma UNE 58923 que fija los requisitos y el procedimiento de la formación de operador para la conducción, uso y manejo seguro de Plataformas Elevadoras Móviles de Personal (PEMP), correspondientes a los diferentes grupos y tipos, definidos en la Norma UNE-EN 280. En la FNMT-RCM se utiliza habitualmente plataformas del grupo A y Tipo 3 (plataforma elevadora vertical de tijera)

6. Curso de actualización y reciclaje de Plataformas Elevadoras móviles de personal (PEMP).

7. Curso de inicio y reciclaje de elevación de cargas: operador de Puente Grúa y operador de Polipastos, según RD 1215/1997, UNE 58140-1-94, ISO 9926-1:1990.

Se realizarán prácticas con los diferentes tipos de maquinaria objeto de cada formación, en desplazamiento por el espacio establecido a tal efecto, en condiciones simuladas de trabajo y manejando distintos tipos de cargas.

**11.1.1.- Objetivos de la formación:**

Carretillas de manutención:

1. - Impartir cursos de formación que cumplan con las exigencias legales que se contemplan en el marco de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.



2. - Seguir los contenidos y criterios de formación establecidos en la norma UNE 58451:2016
3. - Adquirir los conocimientos que necesita el operador de maquinaria para ejecutar correctamente su trabajo de forma segura, garantizando tanto su integridad física como la del resto de trabajadores, así como de los equipos e instalaciones de la empresa.
4. - Potenciar una cultura de seguridad en los trabajadores.
5. - Formar a los operadores acerca de los riesgos que conlleva la utilización de maquinaria y elementos de elevación, así como las medidas preventivas a tener en cuenta para evitar accidentes.
6. - Poner en práctica las técnicas de conducción y utilización seguras de los equipos de trabajo

Plataformas elevadoras móviles de personal: Es la adquisición del conjunto de conocimientos, habilidades y destrezas necesarias, para el manejo de equipos de trabajo autopropulsados en condiciones de seguridad, según normativa vigente.

De izado de cargas: Cumplimiento de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales respecto a la formación del personal que maneja cargas, conociendo normativa y directrices en materia de elevación y seguridad.

#### **11.1.2.- Programas formativos:**

Carretillas de manutención hasta 10.000 kg.: El indicado en la Norma UNE 58451:2016 en cuanto a contenido mínimo que debe cumplirse en formación teórica común, formación teórica específica para cada categoría y contenido de la formación práctica.

Plataformas elevadoras móviles de personal: El indicado en la Norma UNE 58923.

Izado de cargas: puente grúa y polipastos

- a) Parte teórica
  1. - Presentación
  2. - Introducción a la Logística
  3. - Operador: Limitaciones/adecuación del operador, utilización de los EPI'S, aptitud y actitud del operador, modificación de conductas reflejas.
  4. - Puentes, Grúas Pórtico y Semipórtico: introducción, definición de Puente Grúa, Tipología de máquinas.
  5. - Elementos constructivos: Poleas, cables, trócolas, dispositivos de seguridad, limitadores y finales de carrera, otros elementos.
  6. - Entornos de trabajo y variables del entorno.
  7. - Operativa:
    - I. Pasos a seguir en la sujeción de cargas: centros de gravedad, riesgos en el amarre, tipologías de eslingas, etc.



- II. Pasos a seguir durante el traslado de las cargas: recorrido, comunicación, visibilidad, balanceos, etc.
  - III. Pasos a seguir en la colocación de las cargas: Elección de emplazamiento, revisión, frenada.
8. - Riesgos en la elevación de cargas
  9. - Prohibiciones.
  10. - Mantenimientos: chequeo diario, mantenimiento preventivo, mantenimiento correctivo.
  11. - Comunicación mediante señales gestuales según R.D. 485/97, mediante radio emisor.
- b) Prevención de riesgos
    1. - Daños derivados del trabajo. Los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales. Marco normativo. Derechos y deberes básicos en esta materia.
    2. - Riesgos ligados a las condiciones del trabajo.
    3. - Riesgos ligados a las condiciones medioambientales.
    4. - Protección colectiva y protección individual
  - c) Parte práctica
    1. - Introducción a la máquina
    2. - Reconocimiento del entorno y señalización de la zona de trabajo.
    3. - Reconocimiento visual perimetral.
    4. - Componentes principales: identificación y función.
    5. - Comprobaciones e inspección previa al uso, de acuerdo al manual de instrucciones del fabricante.
    6. - Puesta en marcha.
    7. - Procedimientos correctos de operación de cada una de las funciones de seguridad.
    8. - Eslingado de la carga.
    9. - Movimientos básicos de izado, traslación y ubicación.
    10. - Control de balanceos provocados durante la traslación de la carga.
    11. - Procedimiento de parada final del equipo

### **11.1.3.- Evaluación de la aptitud específicos de este lote:**

Los participantes tendrán que superar el examen teórico y práctico establecido por la entidad formadora y que quedará suficientemente documentado. La evaluación teórica y práctica se hará conforme a los puntos establecidos en las normativas UNE 58923 Y 58451:16 y normativa vigente.



- Evaluación teórica. - Examen individual tipo test (no superar la evaluación teórica conllevará que el solicitante no pueda realizar la evaluación práctica)
- Evaluación práctica. - Examen individual para obtener cada tipo de certificado. En caso de que el operador suspenda la evaluación práctica deberá repetirla, sin tener que repetir la evaluación teórica aprobada.

En el caso de carretillas de manutención, si un operador tiene formación en varios tipos de carretillas, y quiere formarse en otra carretilla adicional, la parte teórica común es convalidable, pero no la parte específica.

El operador de un equipo de trabajo que ha recibido formación suficiente para la utilización del mismo, debe tener la certificación de haber superado con éxito las pruebas teórico-prácticas, según los tipos de carretillas utilizados.

La validez de estos certificados suele ser de cinco años desde la fecha de su expedición, pudiendo ser objeto de renovación por otros periodos quinquenales a criterio de la FNMT-RCM.

#### **11.1.4.- DETALLE DE LA FORMACIÓN**

**1.- Curso de inicio de operador de carretilla transpaleta y apilador – tipo 1.** Se impartirá formación en transpaleta eléctrica (categoría 1-tipo 1), apilador eléctrico (categoría 1-tipo 3) y apilador eléctrico con pinza volteadora (categoría 1-tipo3). La práctica mínima por asistente será de 60 minutos, siendo 5 el máximo de participantes por curso. Toda la formación se realizará en las instalaciones de la FNMT-RCM.

**2.- Curso de actualización y reciclaje de carretilla transpaleta y apilador – tipo 1.** Es potestad de la Empresa impartirlos cada cinco años. La duración del curso dependerá del número de participantes, teniendo siempre 2,25 h (2 h. 15 minutos) de formación teórica y una práctica mínima por asistente de 30 minutos, utilizando los dos equipos a la vez.

**3.- Curso de inicio de operador certificado de carretillas elevadoras-tipo 2.-** Se impartirá formación en carretilla frontalcontrapesada (categoría 2-tipo 4) y carretilla retráctil (categoría 2-tipo 6). Sólo podrá ser realizado este curso si previamente los trabajadores de la FNMT-RCM han recibido formación inicial de transpaleta eléctrica y apilador conforme a normativa UNE 58451 y si dicha formación es necesaria para el desempeño del puesto de trabajo. Haber realizado la formación de transpaleta y apilador convalida la formación teórica del curso de carretilla frontal contrapesada y retráctil, no así la formación de la parte específica, por tanto, la duración total del curso será de 10 horas, en el caso de 5 participantes. La práctica mínima por asistente será de 120 minutos, siendo 5 el número máximo de participantes por curso. La formación se realizará en 2 jornadas: la primera jornada de formación teórica en las instalaciones de la FNMT-RCM y la segunda jornada de formación práctica en las instalaciones del contratista.

**4.- Curso de actualización y reciclaje de operador certificado de carretillas elevadoras-tipo 2.-** Es potestad de la empresa impartirlos cada 5 años. La duración del curso dependerá del número de participantes, teniendo siempre 3,5 h de formación teórica y una práctica mínima por asistente de 60 minutos. 5 es el número máximo de asistentes por curso. La formación práctica se realizará en las instalaciones del contratista.

**5.- Curso de inicio de operador de plataformas elevadoras móviles de personal (PEMP), según Norma UNE 58923.-** La formación teórica se impartirá de forma presencial con

una duración mínima de cuatro horas por grupo de participantes. La formación práctica constará de dos partes: explicación y demostración práctica del manejo del equipo por parte del formador y práctica por el alumno de, al menos, veinte minutos.

**6.- Curso de actualización de operador de plataformas elevadoras móviles de persona (PEMP).** Es potestad de la FNMT-RCM impartir cursos de actualización/reciclajes que permitan la renovación del certificado de PEMP, en cuyo caso la formación teórica se impartirá de forma presencial con una duración mínima de dos horas y la formación práctica de al menos 20 minutos por alumno, más la explicación y demostración práctica del equipo y sus innovaciones técnicas.

**7.- Cursos de inicio y reciclado del curso de izado de cargas:** Puentes grúa y Polipastos. Las sesiones en su mayor parte se imparten en las instalaciones de la FNMT-RCM de Madrid y ocasionalmente alguna sesión en la Fábrica de Papel de Burgos. La FNMT-RCM proporcionará las aulas y los medios audiovisuales necesarios para la impartición de la teoría, así como un perímetro acotado para la impartición de la formación práctica siempre que se realice dentro de nuestras instalaciones, pues una parte de la misma es posible que tenga que realizarse en las instalaciones de la empresa adjudicataria.

Los horarios para impartir las sesiones, con una pausa de treinta minutos, serán:

- De mañana, entre las 7:00 y las 14:30 horas
- De tarde, entre las 14:15 y las 21.45 horas





## 5.- Requisitos exigidos a todos los lotes

Además de los que se puedan exigir en cada expediente de contratación, todas las empresas y/o formadores que se presenten a procedimientos de contratación de servicios de formación en la FNMT-RCM deben cumplir estos requisitos independientemente de los requisitos particulares de los contratos a los que opten

1. Los formadores deberán tener una orientación de dinamización y guiar y motivar a los alumnos matriculados a lo largo de todo el curso, imprescindibles en aquellos alumnos que no están al día con el porcentaje de realización de los contenidos.
2. Las cantidades propuestas recogidas en las acciones formativas no son vinculantes por lo que, **sólo se facturarán los cursos, horas y/o licencias que se hayan impartido realmente** tras la tramitación del correspondiente contrato.
  - Quórum: Para ofertas presentadas por **Horas o Cursos** (presenciales o Aula Virtual) se contempla una asistencia de entre 1 y 20 personas por acción formativa.
  - Para ofertas presentadas por **Licencias** se contempla una licencia por asistente.
  - **Los precios ofertados** para cada lote **serán únicos y válidos para cualquier centro de trabajo de la FNMT (Madrid/Burgos) indistintamente**. A efectos de cálculo para las ofertas la proporción **aproximada** de cursos solicitados para las distintas localizaciones es de 90% Madrid / 10% Burgos.
3. Se aportará material de apoyo para afianzar los conocimientos adquiridos (Presentaciones, Archivos imprimibles, Esquemas, etc.). Cualquier tipo de material didáctico adicional, debe ir incluido en el precio ofertado.
4. Los participantes que acrediten buen aprovechamiento de las enseñanzas impartidas recibirán del Centro de Formación de la FNMT-RCM, el correspondiente certificado. Aquellos asistentes que no superen la evaluación recibirán un certificado de asistencia. Tanto el certificado de aprovechamiento como es de asistencia deberán contener la siguiente información:
  - a. Nombre y dirección de la empresa de formación y/o personas que han impartido la misma
  - b. Nombre y apellidos de la persona trabajadora que ha superado o ha asistido a la formación
  - c. Tipo de formación superada y denominación de curso propuesta por la FNMT-RCM
  - d. Contenido de la formación recibida, duración de la misma y fechas en las que se ha desarrollado
  - e. Fecha de emisión del certificado
5. Requisitos de las empresas licitadoras:
  - a. Disponer de procedimientos de calidad certificados para actividades de formación Norma ISO 9001, etc., de conformidad con lo dispuesto en el Pliego de Cláusulas Administrativas Particulares.



- b. Disponer dentro de su plantilla fija, de al menos un responsable o coordinador que servirá de enlace con el Centro de Formación de la FNMT-RCM en cuantas gestiones se produzcan. Deberá por tanto realizar la organización y control del trabajo administrativo, que incluye la tramitación, gestión, atención telefónica, confección de informes, acreditación de la formación mediante expedición de diplomas, alta de usuarios receptores de la formación, capacidad técnica para la solución de problemas que pudiesen parar la impartición de curso, emisión de facturas, etc. así como actuar de interlocutor de la empresa contratada en las reuniones para las que sea requerido.
  - c. La empresa contratada deberá enviar al Centro de Formación de la FNMT-RCM un informe que resuma el desarrollo y los resultados de la formación impartida, la hoja de control de asistencia de los participantes (firmada por éstos y el formador), la Ficha de participación de cada alumno, la Ficha de Evaluación Teórica del alumno, así como el Resumen de resultados y el certificado o diploma correspondiente.
6. **Se considerará confidencial toda la información facilitada por la FNMT-RCM a la empresa adjudicataria**, con independencia de que su traslado sea verbal, escrito o en soporte informático, obligándose al adjudicatario a mantener secreto y sigilo profesional, garantizando absoluta reserva en relación a otros clientes externos. **La empresa adjudicataria se compromete a respetar la normativa vigente en Protección de Datos.**
7. Los horarios de impartición de los cursos contratados serán fijados por la FNMT-RCM basándose en criterios de producción y otros que pudiesen ser considerados.
8. En los casos en los que la formación necesite los **servicios de traducción-interpretación, el personal y el servicio será facilitado por el proveedor** y debe cumplir con los criterios de vocabulario y conocimientos necesarios para realizar bien la labor de traducir y comunicar correctamente los contenidos a los asistentes al curso.

## 6.- Requisitos exigidos a todos los lotes con formación on-line

### 6.1.- Tipo de servicio e infraestructura:

1. El alojamiento se realizará en un servidor proporcionado por el proveedor con acceso vía web personalizada con logos e imagen corporativa de la FNMT-RCM.
2. Se valorará que el sistema posea una certificación de conformidad con el Esquema Nacional de Seguridad (ENS) de nivel medio como mínimo y en vigor.
3. Los datos personales de las personas que realizan los cursos deberán estar alojados en un servidor localizado en territorio de la Unión Europea y de la máxima seguridad
4. Los cursos deberán estar en formato SCORM Remoto 1.2 para limitar el peso de los archivos. También deberán estar disponibles en formato LTI 1.3
5. La plataforma debe funcionar con unos requisitos mínimos: Una conexión a internet y un navegador actualizado, sin necesidad de instalar ningún software adicional.
6. La plataforma debe contar con un sistema de dinamización de la formación: Comunicación de alta a los alumnos, seguimiento del avance, y comunicación con los alumnos por e-mail de los avances y recordatorios para animar a seguir con los cursos emprendidos.
7. La plataforma debe contar con los estándares de accesibilidad AA:
  - I. Subtitulado de videos
  - II. Aumento y reducción del tamaño del texto mediante CTRL+/-
  - III. Navegación por teclado
8. Se debe contemplar la posibilidad de que algún usuario no disponga de correo electrónico, por lo que se deberá facilitar otras formas de acceso en esos casos (DNI y otros).
9. Las personas usuarias deben ser evaluadas en relación a los contenidos que cursen. Una vez evaluadas, la plataforma debe comunicar el resultado de esa evaluación a la propia persona evaluada y a la FNMT-RCM para incluir dicha formación en su expediente formativo. Para que los usuarios accedan a esta evaluación y se emita el diploma correspondiente deben haber finalizado, al menos, el 75% del curso en cuestión. Este certificado / Diploma debe contar, al menos con la siguiente información, que será tratada de conformidad con la normativa en protección de datos, tanto por empresa adjudicataria como en el caso de la FNMT-RCM por la remisión al Delegado de Protección de Datos:
  - I. Nombre y dirección de la empresa de formación y/o personas que han impartido o diseñado el contenido del curso

- II. Nombre y apellidos de la persona que ha superado la formación.
  - III. Contenido de la formación recibida, duración de la misma y fechas en las que se ha impartido.
  - IV. Fecha de emisión del certificado
  - V. Logos y contenido gráfico solicitado y/o facilitado por la FNMT-RCM
10. El administrador de la herramienta por parte de la FNMT-RCM podrá dar de alta, de baja, gestionar grupos, invitar a alumnos, acceder a historiales, asignar roles, bloquear suscripciones, visualizar datos de acceso, etc. Todo ello desde su puesto en el centro de formación de la FNMT-RCM y con los medios a su disposición. Así mismo, tendrá acceso de forma constante y bajo demanda a: informes de asistencia a los cursos por empleado e informes finales con datos de asistencia por cada persona que realice los cursos, personas asistentes a cada curso con nombre y apellidos y número de rúbrica (Identificador personal interno de la FNMT-RCM)
  11. La empresa contratada deberá enviar al Centro de Formación de la FNMT-RCM un informe que resuma el desarrollo y los resultados de la formación impartida y registro de acceso en formaciones on-line asíncronas, la Ficha de participación de cada alumno, la Ficha de Evaluación Teórica del alumno y de Valoración Práctica, así como el Resumen de resultados.
  12. Se debe incluir la posibilidad de la descarga de manuales con los contenidos por parte de los alumnos que así lo deseen.

## 6.2.- Acuerdos de nivel de servicio:

1. Coordinador: Tal y como se expone en el punto 5.8.a, es obligatorio contar con un único interlocutor en la comunicación con el proveedor que será quién coordine la comunicación con los diferentes profesionales que puedan participar en el proyecto por la parte del proveedor (servicio técnico, administración y facturación, etc.) y cualquier otra gestión derivada de la problemática que pueda surgir dada esta modalidad de impartición (on-line, Aula Virtual, etc.)
2. Capacidad: El servicio debe ser capaz de soportar un acceso simultáneo para el número de licencias máximo ofertado.
3. Disponibilidad: Se podrá acceder a la plataforma desde cualquier dispositivo y con cualquier sistema operativo las 24h y cualquier día dentro de los periodos contratados.
4. Peticiones de cambio e incidentes: Se establece que para la resolución de **incidencias graves** (caída del servicio o cualquiera que impida el normal funcionamiento) el tiempo de respuesta debe ser inmediato (máximo 24 horas) por parte del proveedor. Para **incidencias leves** (relacionadas con gestión de usuarios, emisión de informes y todas aquellas que no supongan una interrupción del servicio con carácter general) el plazo máximo deberá ser de un máximo de 48 horas.



5. Responsabilidades:

- I. Se considerará confidencial toda la información facilitada por la FNMT-RCM y/o sus empleados a la empresa adjudicataria, con independencia de que su traslado sea verbal, escrito o en soporte informático, obligándose al adjudicatario a mantener secreto y sigilo profesional, garantizando absoluta reserva en relación a otros clientes externos.
- II. La empresa adjudicataria deberá asegurar el mantenimiento de la aplicación (backups, soporte de hardware y software, actualizaciones, etc.) y garantizar la evolución tecnológica de la plataforma de formación con las adaptaciones adecuadas a las últimas versiones de los navegadores más habituales, así como la compatibilidad sin coste adicional alguno.
- III. La empresa adjudicataria habilitará también un servicio de ayuda o asistencia a los usuarios de la plataforma, comprometiéndose a darles respuesta en un plazo máximo de 24h a través de correo electrónico o por el medio del que disponga el usuario.

**7.- Solicitud de aclaraciones**

Cualquier consulta relacionada con el presente pliego de condiciones técnicas deberá ser dirigida a Víctor Mimbrero al mail [victor.mimbrero@fnmt.es](mailto:victor.mimbrero@fnmt.es)

Fdo.: Víctor Mimbrero Domínguez

Jefe de Servicio de Formación

En fecha de firma electrónica