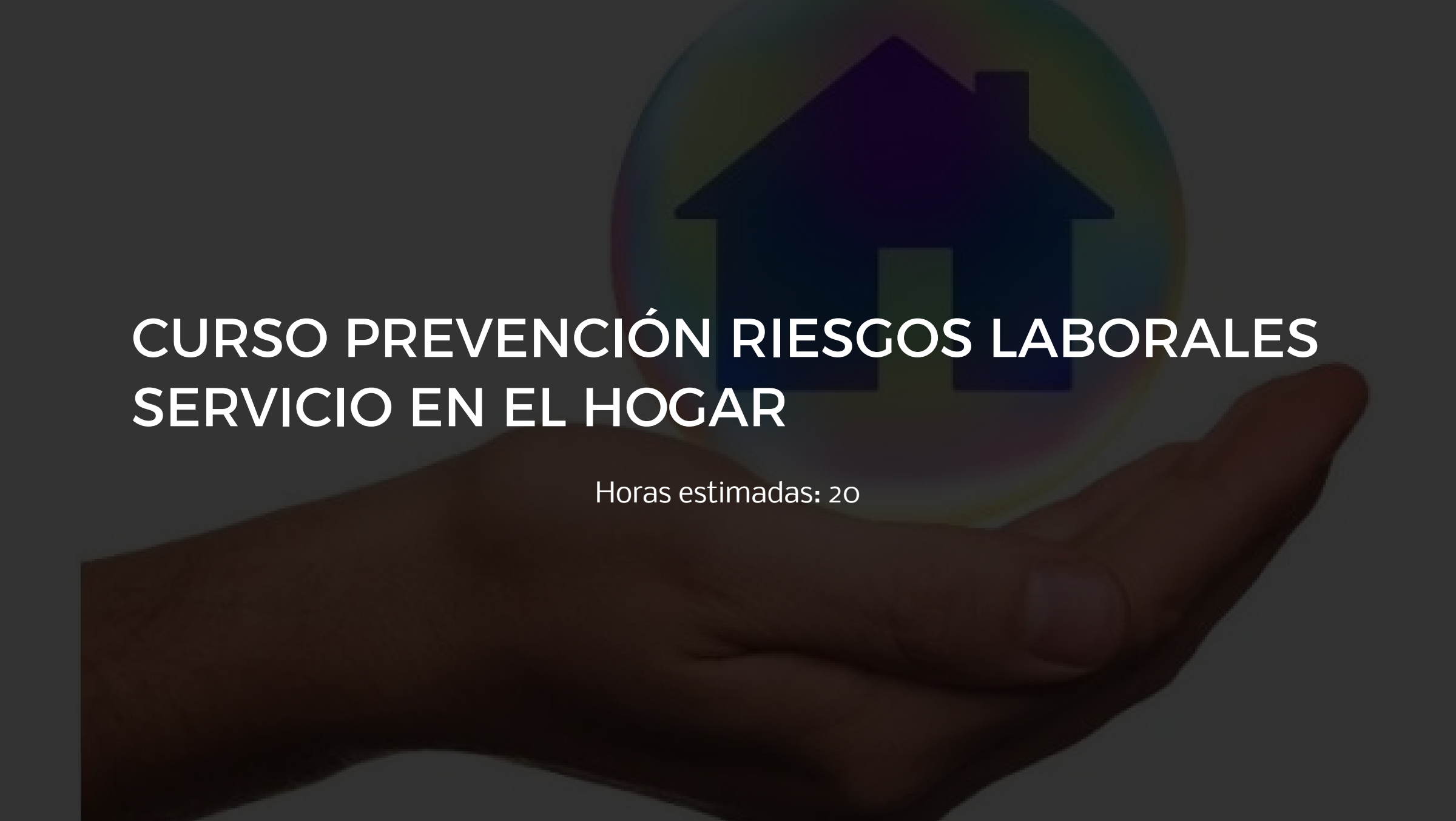


A dark-skinned hand is shown from the wrist up, palm facing up, holding a small, glowing globe. Inside the globe is a dark blue silhouette of a house with a chimney. The background is a solid dark grey.

CURSO PREVENCIÓN RIESGOS LABORALES SERVICIO EN EL HOGAR

Horas estimadas: 20

Objetivos del Curso

Capacitar a las personas trabajadoras y empleadoras del Servicio del Hogar Familiar para reconocer, prevenir y gestionar los riesgos laborales propios de las tareas domésticas, garantizando condiciones de trabajo seguras, saludables y conformes con la normativa española vigente.

Marco Legal

Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales

Normativa Específica

RD 1620/2011 y RD-ley 16/2022

Actualización

Real Decreto 893/2024

¿A Quién Va Dirigido Este Curso?



Personas Trabajadoras del Hogar Familiar

- Empleadas de hogar que realizan tareas de limpieza, cocina, cuidado de personas, planchado
- Trabajadoras internas y externas, con jornada parcial o completa
- Personas que realizan estas tareas sin contrato formal y desean profesionalizarse

Profesionales del Ámbito Social

Técnicos de inserción laboral, agentes de igualdad, trabajadores sociales y formadores de entidades sociales y ONGs



Empleadores y Empleadoras del Hogar

- Particulares que contratan personal para tareas domésticas
- Responsables del cuidado de personas dependientes
- Personas responsables del cumplimiento de obligaciones legales en prevención

Estudiantes y Personas en Búsqueda de Empleo

Personas interesadas en incorporarse profesionalmente al servicio del hogar familiar, incluyendo personas migrantes

Módulos 1-2: Marco Legal y Evaluación de Riesgos

01

Introducción al Marco Legal y Laboral

- Concepto de trabajo en el hogar familiar
- Normativa aplicable (Ley 31/1995, RD 1627/1997, Real Decreto 1596/2011, Real Decreto 893/2024)
- Derechos y deberes en prevención de riesgos laborales
- Inclusión en el sistema de la Seguridad Social

02

Evaluación de Riesgos en el Entorno Doméstico

- Metodología de evaluación de riesgos en domicilios particulares
- Tipología de tareas: limpieza, cocina, plancha, cuidado de personas dependientes
- Priorización de riesgos y medidas preventivas

La evaluación de riesgos es fundamental para identificar los peligros específicos de cada hogar y establecer medidas preventivas adecuadas.



Módulo 3: Prevención de Riesgos Específicos



Riesgos Físicos

Prevención de caídas, cortes y quemaduras durante las tareas domésticas. Identificación de superficies resbaladizas y objetos cortantes.



Riesgos Químicos

Uso seguro de productos de limpieza, importancia de la ventilación y prevención de intoxicaciones por vapores químicos.



Riesgos Ergonómicos

Prevención de lesiones por posturas inadecuadas y movimientos repetitivos. Técnicas correctas de levantamiento de cargas.



Riesgos Psicosociales

Gestión del estrés, prevención del aislamiento y manejo de cargas emocionales en el cuidado de personas.



Riesgos Biológicos

Protección ante agentes infecciosos, medidas de higiene y uso de equipos de protección individual.

Módulos 4-5: Equipos de Trabajo y Organización

Equipos de Trabajo y Productos

- ☐ **Uso Seguro de Utensilios**
Manejo correcto de electrodomésticos y herramientas de limpieza
- ☐ **Mantenimiento de Equipos**
Revisión periódica y detección de averías
- ☐ **Productos de Limpieza**
Etiquetado, almacenamiento y uso seguro
- ☐ **Señalización y Orden**
Organización del entorno laboral doméstico



Organización del Trabajo y Buenas Prácticas

- Planificación de tareas y pausas
- Comunicación con empleadores/as y personas cuidadas
- Higiene postural y técnicas de manipulación de cargas
- Herramientas y recursos para mejorar la seguridad

Módulo 6: Actuación ante Emergencias



Primeros Auxilios Básicos

Técnicas fundamentales de atención inmediata ante accidentes domésticos



Protocolo ante Incendios

Actuación ante incendios y otros accidentes domésticos



Gestión de Incidentes

Notificación y contactos de emergencia

⊗ **Teléfonos de Emergencia:** 112 (Emergencias), 061 (Urgencias Sanitarias), 080 (Bomberos), 091 (Policía Nacional)

Situación	Actuación Inmediata
Caída	No mover a la persona, evaluar consciencia, llamar al 112
Quemadura	Enfriar con agua fría durante 10-15 minutos
Corte	Presión directa sobre la herida, elevar la zona afectada
Intoxicación	Llamar al Instituto Nacional de Toxicología: 915 620 420

Módulos 7-8: Perspectiva de Género y Recursos

Perspectiva de Género y Condiciones Sociolaborales

Condiciones Particulares

Reconocimiento de las condiciones específicas de las trabajadoras del hogar

Prevención de Acoso

Protocolos ante violencia en el ámbito doméstico

Igualdad de Trato

No discriminación y derechos laborales

Recursos y Formación Continua

- Guías oficiales y manuales especializados
- Asociaciones y entidades de apoyo al sector
- Procedimientos para denunciar situaciones de riesgo o abuso
- Real Decreto 893/2024: nuevas disposiciones
- Bibliografía y recursos web actualizados



"La formación en prevención de riesgos laborales es un derecho fundamental que garantiza la dignidad y seguridad de todas las personas trabajadoras del hogar."