

SSOMA-SST

Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente · gratuito en la plataforma MEATIC.

Nivel técnico-profesional · para todos los sectores.

16 h

DURACIÓN

8

MÓDULOS

Técnico

NIVEL

Gratuito

ACCESO

Desde SI/ 39

CERTIFICADO

1

Presentación

Brindar una formación integral en Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente: el marco legal y el sistema de gestión, los conceptos base (peligro, riesgo, accidente e incidente), la seguridad operativa y el EPP, la salud ocupacional, la gestión ambiental, la respuesta a emergencias, la señalización y la cultura de seguridad.

2

Objetivos específicos

- Conocer el marco legal de la SST y el sistema de gestión.
- Distinguir peligro, riesgo, accidente e incidente.
- Aplicar la jerarquía de controles y usar el EPP correcto.
- Reconocer los agentes de la salud ocupacional.
- Gestionar residuos y comprender los impactos ambientales.
- Responder ante emergencias e interpretar la señalización.

3

Dirigido a

Trabajadores en general, gerentes, jefes, supervisores, miembros del comité de SST, jefes SSOMA, técnicos e ingenieros de todos los sectores.

4

Competencias que desarrolla

Conoce el marco legal y el sistema de gestión de SST.

Distingue peligro, riesgo, accidente e incidente.

Aplica la jerarquía de controles y el EPP correcto.

Reconoce los agentes de la salud ocupacional.

Gestiona residuos y comprende los impactos ambientales.

Responde ante emergencias e interpreta la señalización.

01**Marco normativo y sistema de gestión**

Ley 29783 y modif. · Jerarquía de controles (Art. 21) · Comité de SST

02**Conceptos: peligro, riesgo, accidente e incidente**

Peligro vs. riesgo · Accidente vs. incidente · IPERC y pirámide

03**Seguridad en el trabajo, EPP y orden**

Tipos de riesgo · EPP por zona del cuerpo · Orden y limpieza (5S)

04**Salud ocupacional e higiene industrial**

Agentes físicos a psicosociales · Enfermedad ocupacional · Vigilancia médica

05**Gestión ambiental: aspectos, impactos y residuos**

Aspecto/impacto · Las 3R · Segregación por colores

06**Respuesta a emergencias y primeros auxilios**

Plan de emergencia · Brigadas · Conducta PAS

07**Señalización y símbolos de seguridad**

Prohibición, obligación, advertencia · Salvamento e incendios

08**Cultura de seguridad y mejora continua**

Ciclo PHVA · Actos y condiciones inseguras · Derecho a rehusarse

6

Base normativa

- Ley N° 29783 – Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo (y modif. 30222 y 31246).
- D.S. N° 005-2012-TR – Reglamento de la Ley de SST.
- D.S. 011-2019-TR (construcción) · D.S. 024-2016-EM (minería) · Norma G.050.
- ISO 45001:2018 – Sistemas de gestión de SST.
- OSHA 29 CFR 1910/1926 · NTP 399.010 y 900.058 (señalización y residuos).

7

Cómo funciona · Gratis y certificación

1

Curso gratuito

Accede desde la plataforma MEATIC, sin costo.

2

Lee y estudia

A tu propio ritmo, sin horarios fijos.

3

Rinde el examen

Evaluación en línea del contenido.

4

Certifícate

Si apruebas, solicita tu certificado oficial.

8

Certificación

El certificado oficial de MEATIC S.A.C. es opcional y se emite tras aprobar el examen. Disponible en dos formatos:

CERTIFICADO DIGITAL

S/ 39

Archivo PDF con código único y QR de verificación.

CERTIFICADO IMPRESO

S/ 90

Hoja membretada y sellada, con envío en Lima Metropolitana.

9

Metodología y evaluación

Curso de autoaprendizaje en modalidad virtual asincrónica: el participante estudia a su propio ritmo y rinde un examen en línea. Se requiere nota mínima aprobatoria para el certificado (opcional).