

2023 CATÁLOGO

“Tu desarrollo es
nuestro éxito”.

**LISTA DE
CAPACITACIONES**

www.myg-consulting.com

1 SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

CAPACITACIONES DE SIST. GESTIÓN DE SST

- 1.1. Ley 29783, su reglamento y modificatorias.
- 1.2. Ergonomía y Manejo Manual de Cargas.
- 1.3. Taller IPERC.
- 1.4. Taller de pausas activas.
- 1.5. Comité de SST - Funciones y responsabilidades.
- 1.6. Estándares y procedimiento escrito de trabajo seguro por actividades.
- 1.7. Seguridad en la oficina y Ergonomía.
- 1.8. Investigación, notificación y reporte de incidentes, incidentes peligrosos y accidentes de trabajo.
- 1.9. Inspecciones de actos y condiciones inseguras.
- 1.10. Liderazgo y motivación. Seguridad basada en el comportamiento.
- 1.11. Auditoría, fiscalización e inspección de seguridad.
- 1.12. Higiene Ocupacional (Agentes físicos, químicos, biológicos), disposición de residuos sólidos y control de sustancias peligrosas.
- 1.13. Uso de equipos de protección personal.

2 VIGILANCIA A LA SALUD OCUPACIONAL

CAPACITACIONES DE MEDICINA OCUPACIONAL

- 2.1. Prevención y vigilancia de enfermedades transmisibles en el trabajo.



- 2.2. Primeros Auxilios – Nivel I Y II.
- 2.3. Conservación y protección auditiva.
- 2.4. Conservación y protección respiratoria.
- 2.5. Prevención del estrés.
- 2.6. Nutrición y vida sana.
- 2.7. Investigación de enfermedades ocupacionales.
- 2.8. Protocolo e importancia de exámenes médicos ocupacionales.
- 2.9. Competencias genéricas del profesional de la salud ocupacional.
- 2.10. Importancia del Sistema de Gestión de Salud Ocupacional.
- 2.11. Prevención del estrés ocupacional.
- 2.12. Protección de la mujer gestante en el trabajo.
- 2.13. Fatiga y somnolencia.

3 ENTRENAMIENTO Y FORMACIÓN DE BRIGADAS

CAPACITACIONES DE FORMACIÓN DE BRIGADAS

- 3.1. Brigadas de prevención y lucha contra incendios.
- 3.2. Brigadas de evacuación y rescate.
- 3.3. Brigadas de primeros auxilios.
- 3.4. Brigadas de Materiales Peligrosos – MATPEL.
- 3.5. Simulacro de evacuación.
- 3.6. Respuesta a emergencia por áreas específicas.



4 TRABAJOS DE ALTO RIESGO

CAPACITACIONES PARA TRABAJOS DE ALTO RIESGO

- 4.1. Materiales peligrosos.
- 4.2. Seguridad con electricidad.
- 4.3. Seguridad en el manejo de montacargas.
- 4.4. Trabajo con grúas / cerca de grúas.
- 4.5. Trabajos en altura.
- 4.6. Trabajos en caliente.
- 4.7. Trabajos en espacios confinados.
- 4.8. Uso de herramientas manuales y eléctricas.
- 4.9. Zanjas y excavaciones.
- 4.10. Trabajos de alto riesgo.

5 PREVENCIÓN DE RIESGOS DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

CAPACITACIONES DE PREVENCIÓN DE SST

- 5.1. Análisis de trabajo seguro.
- 5.2. Andamios y balsos.
- 5.3. Bloqueo y etiquetado.
- 5.4. Control de derrames.
- 5.5. Equipo de protección personal.
- 5.6. Equipos de Respiración autónoma – ERA.



- 5.7. Izaje de cargas.
- 5.8. Manejo de gases.
- 5.9. Manejo defensivo.
- 5.10. Observaciones preventivas en seguridad.
- 5.11. Permiso de trabajo.
- 5.12. Protección respiratoria.
- 5.13. Riesgos eléctricos.
- 5.14. Riesgos de oficina.
- 5.15. Riesgos psicosociales.
- 5.16. Conducción segura.
- 5.17. Levantamiento de manual de carga.
- 5.18. Actos y condiciones inseguras.
- 5.19. Uso de la información de la hoja de datos de seguridad de materiales.
- 5.20. Factores de riesgo psicosocial y manejo del estrés laboral.
- 5.21. Prevención del estrés laboral.
- 5.22. Prevención del hostigamiento sexual en el trabajo.
- 5.23. Manejo defensivo y/o transporte de personal.
- 5.24. Prevencionista de riesgos.

6 CAPACITACIONES EN SISTEMAS INTEGRADOS DE GESTIÓN (ESTANDAR ISO)

6.1. SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD (ISO 9001:2015)

- 6.1.1. Interpretación y formación de auditor interno ISO 9001:2015 (role play).



- 6.1.2. Indicadores de gestión de calidad.
- 6.1.3. Herramientas de calidad.
- 6.1.4. Introducción y sensibilización de calidad.
- 6.1.5. Mejora Continua: No conformidades / Accidentes: Correctivos y Preventivos.
- 6.1.6. Capacitación de riesgos y oportunidades.
- 6.1.7. Taller de objetivos SMART.

6.2. SISTEMA DE GESTIÓN AMBIENTAL (ISO 14001:2015)

- 6.2.1. Interpretación y Formación de Auditor Interno ISO 14001:2015.
- 6.2.2. Identificación y Evaluación de Aspectos Ambientales.
- 6.2.3. Implementación de un Sistema de Gestión Ambiental ISO 14001.
- 6.2.4. Implementación y Auditoría de un Sistema de Gestión Ambiental ISO 14001 (role play).
- 6.2.5. Introducción a un Sistema de Gestión Ambiental ISO 14001 y EMAS.
- 6.2.6. Taller de objetivos SMART
- 6.2.7. Política, objetivos y programas de un Sistema de Gestión Ambiental.

6.3.SISTEMA DE GESTIÓN DE SST (ISO 45001)

- 6.3.1. Interpretación Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud Ocupacional ISO 45001:2018.
- 6.3.2. Interpretación y formación de auditor interno ISO 45001: 2018.
- 6.3.3. Requisitos Legales Generales para un Sistema de Gestión ISO 45001:2018.
- 6.3.4. Reciclaje y metodología 5s.



7 SISTEMA DE GESTIÓN DE INOCUIDAD ALIMENTARIA

CAPACITACIONES PARA LA SEGURIDAD DE ALIMENTOS

- 7.1. Interpretación Sistemas de Inocuidad Alimentaria - ISO 22000- BRC FOOD.
- 7.2. Implementación Sistema de Gestión de Inocuidad Alimentaria - ISO 220000-BRC FOOD.
- 7.3, Formación de Auditores en Sistema de Gestión de Inocuidad Alimentaria
- 7.4. BPM, PROGRAMAS PRE REQUISITOS y HACCP.
- 7.5. Capacitación Sanitaria en Manipulación de Alimento.
- 7.6. Capacitación de inocuidad y defensa alimentaria.

8 SALUD MENTAL, RIESGOS PSICOSOCIALES Y CLIMA LABORAL

CAPACITACIONES DE SALUD MENTAL

- 8.1. Plan de salud mental y los principales riesgos psicosociales.
- 8.2 Control de emociones en el entorno laboral.
- 8.3 Autocuidado para mantener la salud.
- 8.4 Inteligencia emocional en el trabajo.
- 8.5 Prevención del estrés y la ansiedad.
- 8.6 Manejo del estrés.
- 8.7 Gestión de nuestras emociones.
- 8.8 Cómo vivir los nuevos tiempos con resiliencia.
- 8.9 Gestión de la salud emocional y mental.
- 8.10 Contención emocional en tiempos de crisis y clima laboral.





M&G CONSULTING



OFICINA LIMA

Jr. Libertad 551 Magdalena del Mar



TELÉFONO

950 159 200



PÁGINA WEB

www.myg-consulting.com



CORREO

info@myg-consulting.com

