

M&G CONSULTING

2026 CATÁLOGO

"Tu desarollo es nuestro exito".

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.

Capacitaciones personalizadas según las necesidades, riesgos y actividad de cada empresa.

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.

● **Preparación práctica para fortalecer la respuesta ante emergencias.**

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.

● **Programas adaptados a los riesgos y actividades de cada organización.**

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.

Capacitaciones personalizadas para fortalecer la prevención y el trabajo seguro.

6 CAPACITACIONES EN SISTEMAS INTEGRADOS DE GESTIÓN (ESTANDAR ISO)

FORMACIÓN EN SISTEMAS DE GESTIÓN

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.

Capacitaciones personalizadas según el sistema de gestión y los objetivos de la organización.

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.

Formación orientada a la gestión y seguridad de alimentos.

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.

Contenido adaptable a las necesidades y realidad de cada equipo de trabajo.

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