



Jornada de formación en **Seguridad Vial** para policías

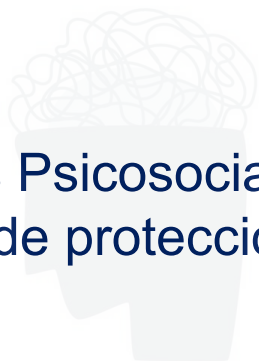


Fundación
ALEATICA



Temas

- Riesgos Psicosociales
- Equipo de protección personal (EPP)





¿Qué son los Riesgos Psicosociales?

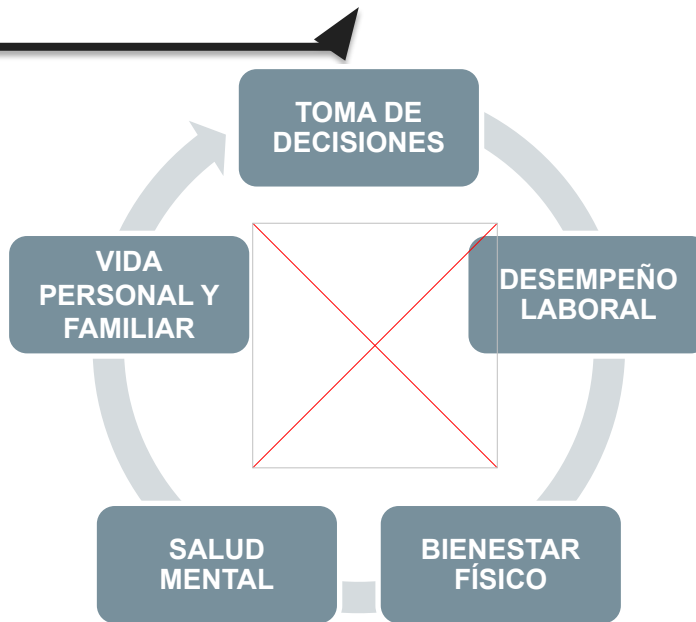
Son factores del entorno de trabajo que pueden afectar a la salud física, mental y emocional del trabajador.

NOM-035-STPS-2018



Jornada de formación en
Seguridad Vial para policías

PRINCIPALES RIESGOS EN LA FUNCIÓN POLICIAL





CONTENCIÓN DE SITUACIONES DE ALTO ESTRÉS – CONTENCIÓN INMEDIATA- método PARA

SEÑALES DE ALERTA			
			
Irritabilidad	Dificultad para concentrarse	Trastornos del sueño	Cansancio constante
			
Aislamiento social	Perdida de motivación	Dolores de cabeza o tensión muscular	Sensación de sobrecarga



P - PAUSAR

Detener la escalada: Hablar con calma y evitar confrontar



A - ASEGURAR

Proteger a la persona: Llevarla a un lugar seguro y tranquilo



R - RESPIRAR

Regular la activación: Guiar respiración lenta y pausada



A - ACOMPAÑAR

Dar seguimiento: Escuchar sin juicio, no dejar sola a la persona y solicitar apoyo profesional

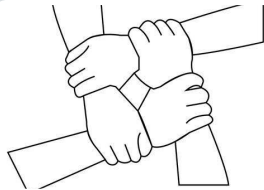


CONTENCIÓN DE SITUACIONES DE ALTO ESTRÉS – MEDIDAS PREVENTIVAS



INDIVIDUAL

Técnicas de autocuidado y manejo del estrés.



EQUIPO

Estrategias de apoyo social y trabajo colaborativo.



ORGANIZACIÓN

Estrategias organizacionales de bienestar laboral.



EMERGENCIA

Mecanismos de apoyo y canalización especializada



¿Qué es el Equipo de Protección Personal?

Conjunto de elementos y dispositivos diseñados para proteger al trabajador contra accidentes y enfermedades de trabajo.

NOM-017-STPS-2024



EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL EN LA VÍA



CABEZA Y OJOS

Casco, gorra, gorro/Kepí, gafas, protección respiratoria y protección auditiva



TRONCO

Chaleco de alta visibilidad, chamarra de alta visibilidad, ropa de trabajo con cintas reflejantes, impermeable



EXTREMIDADES SUP/INF

Guantes de seguridad, bota o calzado de seguridad

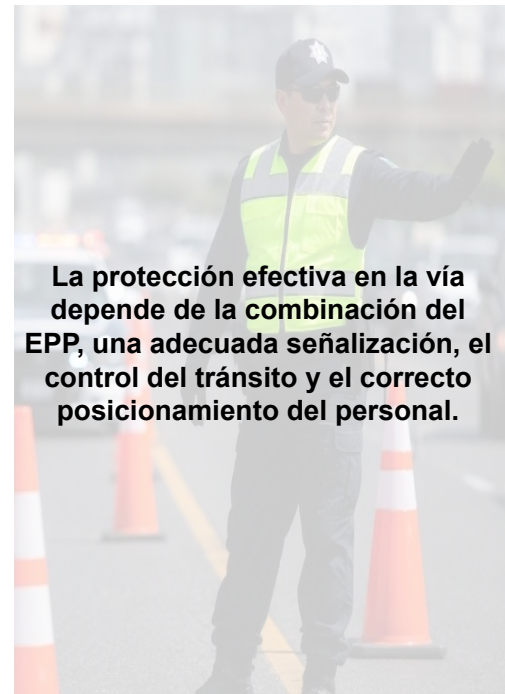


EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL EN LA VÍA

ELEMENTOS COMPLEMENTARIOS



La protección efectiva en la vía depende de la combinación del EPP, una adecuada señalización, el control del tránsito y el correcto posicionamiento del personal.



Jornada de formación en **Seguridad Vial** para policías



Fundación
ALEATICA

