

# Microaprende

potencia tu conocimiento  
en minutos.

## ¿Que son las cápsulas de microaprendizaje?

Descubre las cápsulas de microaprendizaje, breves módulos diseñados para que adquieras conocimientos de forma rápida y eficiente, perfectos para quienes tienen agendas apretadas. Estas cápsulas, que duran solo unos minutos, te permiten aprender sin necesidad de grandes bloques

de tiempo, facilitando la retención y comprensión del contenido al presentarse en fragmentos manejables. Además, promueven la formación continua, brindándote acceso fácil y directo a nuevos conocimientos cuando lo necesites.

## ¿Qué temáticas puedes conocer en las cápsulas?



**Diversidad  
e inclusión**



**Cuidado de la salud mental  
y los riesgos psicosociales**



**Prevención de  
accidentes laborales**



**Prevención de  
enfermedad profesional**



**Seguridad  
Vial**



**Encuentros ACHS  
sobre variados temas**



**Campañas preventivas  
para tu empresa**

# ¿Qué temáticas puedes conocer en las cápsulas?



## Diversidad e inclusión

Estas cápsulas y webinars propuestos están diseñados para capacitar a las organizaciones en la implementación de prácticas inclusivas y equitativas. A través de estos contenidos se abordan diferentes temáticas relevantes para la organización.

- ✓ Gestión de la inclusión en las organizaciones.
- ✓ Introducción a la lengua de señas para un relacionamiento más inclusivo.
- ✓ Lenguaje inclusivo en ambientes laborales.
- ✓ Perspectiva de género en la construcción.
- ✓ Podcast Voces de Diversidad – con Daniela Campos Schwarze y grandes invitados.



## Salud mental y riesgos psicosociales

Estas cápsulas y webinars están diseñados para promover la salud mental y gestionar los riesgos psicosociales en el entorno laboral. La serie de cápsulas “Sana Mente” cubrirá temas como autoayuda, bienestar, y las distintas etapas del ciclo vital, con recomendaciones psicosociales específicas para el teletrabajo y la gestión de la salud mental en el trabajo.

- ✓ Sana Mente – Diversos temas para la mujer, familia, trabajo, trastornos, experiencia escolar y etapas del ciclo vital.
- ✓ Difusión del protocolo de riesgos psicosociales y sus dimensiones.
- ✓ Aspectos fundamentales de la ley N° 21.645 sobre promoción del equilibrio de la vida familiar y laboral.
- ✓ Gestión de la salud mental en espacios de trabajo.
- ✓ Construyendo entornos laborales saludables: estrategias contra la violencia.
- ✓ Recomendaciones psicosociales para el teletrabajo.

# ¿Qué temáticas puedes conocer en las cápsulas?



## Prevencción de accidentes laborales

Estas cápsulas y webinars tienen como objetivo proporcionar conocimientos esenciales para la prevención y manejo de riesgos en diversos entornos laborales y situaciones.

- ✓ Mordedura de animales.
- ✓ Sustancias químicas peligrosas.
- ✓ Primeros auxilios frente a olas de calor y recomendaciones ante estas.
- ✓ Trabajadores de plataformas digitales.
- ✓ Programa preventivo de seguridad en máquinas, equipos y herramientas motrices portátiles.
- ✓ Uso de escalas en postes y vanos.
- ✓ Riesgos eléctricos.
- ✓ Dispositivo individual de salvamento.
- ✓ Equipos industriales.
- ✓ Prevención de riesgos y prácticas seguras en la industria de la bebida.



## Prevencción de enfermedad profesional

Estas cápsulas y webinars están diseñados para promover la seguridad y salud ocupacional, abordando riesgos específicos y sus medidas preventivas. Se explorarán las estrategias para prevenir enfermedades profesionales.

- ✓ Protocolo de exposición ocupacional a ruido – PREXOR.
- ✓ Protocolo de Vigilancia Ocupacional por Exposición a Metales y Metaloides.
- ✓ Asbesto, riesgos y como prevenirlos.
- ✓ Riesgo por exposición a agentes zoonóticos (fiebre Q).
- ✓ Ergonomía en trabajo remoto.
- ✓ Riesgos de la sílice y cómo prevenirlos.
- ✓ Influenza aviar.
- ✓ Metodología informe nómina de expuestos y vigilancia de la salud (INE).

# ¿Qué temáticas puedes conocer en las cápsulas?



## Seguridad vial

Estas cápsulas y webinars están diseñados para fortalecer la seguridad en el transporte, enfocándose en la prevención de riesgos y la promoción de prácticas seguras. Se abordarán aspectos clave como la seguridad vial, asegurando un entorno más seguro tanto para los conductores como para los demás usuarios de la vía.

- ✓ Conducción defensiva.
- ✓ Prevención de riesgos y prácticas seguras en el transporte de carga por carretera.
- ✓ Carga, estiba, descarga y encarpado de camiones.



## Encuentros ACHS

Estas cápsulas y webinars tienen como objetivo fortalecer el conocimiento y las competencias en temas críticos de salud y seguridad laboral. Se abordarán los aspectos legales relacionados con el seguro social ante riesgos de accidentes laborales y enfermedades profesionales, así como la importancia de la seguridad en diversos entornos a través de encuentros y seminarios.

- ✓ Aspectos Legales Seguro Social contra Riesgos de Accidentes del Trabajo y Enfermedades Profesionales.
- ✓ Preparándonos para el simulacro de sismo en el sector educación.
- ✓ Encuentro de Comités Paritarios de Higiene y Seguridad a lo largo de todo Chile.
- ✓ Prevención del Cáncer de mama "Una mirada desde el cuidado integral".
- ✓ Seminario de Seguridad Estratégica ACHS – Dekra.
- ✓ Programa Preventivo de Seguridad en Máquinas.
- ✓ Lactancia materna segura y cuidada.
- ✓ ¡Y muchos más!
- ✓ Mesa técnica de telecomunicaciones.

# ¿Qué temáticas puedes conocer en las cápsulas?



## Campañas

Estas cápsulas de campañas de prevención de riesgos están diseñadas para educar, concienciar y motivar a tus colaboradores, reduciendo accidentes y mejorando la seguridad laboral.

- ☒ Con las Botas Bien Puestas - Sector Acuícola.
- ☒ Infórmate y enfócate - Campaña Violencia.
- ☒ Muévelo, muévelo con la ACHS.
- ☒ Usted sí sabe - Campaña Construcción.

Te invitamos a aprender  
con **nuestras cápsulas de microaprendizaje**

**¡QUIERO APRENDER!**



¡También accede  
a través  
de este QR!





Vive el cuidado