



seguro
laboral

CURSO **DIMENSIÓN CARGA DE TRABAJO**

Modalidad: Streaming

| Duración: 2 horas

| Código: 660103

DIMENSIÓN CARGA DE TRABAJO

En un mundo laboral cada vez más demandante, gestionar la carga de trabajo de manera efectiva es crucial para mantener la salud y el bienestar en el entorno de trabajo. Este curso está diseñado para proporcionar a los profesionales las herramientas y estrategias necesarias para equilibrar las responsabilidades laborales y personales, mejorar la productividad y reducir el estrés.



Objetivo de desempeño

Fomentar la correcta carga de trabajo dentro de las organizaciones, acorde a lo estimado en el cuestionario de Evaluación de Ambientes Laborales - Salud Mental / SUESO (CEAL-SM // SUESO).

Objetivos de aprendizaje

- Conocer qué es la carga de trabajo y sus implicancias.
- Conocer cómo intervenir en la carga de trabajo dentro de las organizaciones

Público objetivo

Trabajadores, supervisores, jefaturas, comités paritarios, monitores, expertos en prevención y sindicatos.

Participantes requeridos

Mínimo 16, máximo 30 personas.

Tipo de evaluación

Evaluación teórica.

Contenidos del curso

Módulo 1 Carga de trabajo

- Definición.
- Preguntas del cuestionario CEAL-SM.
- ¿De qué hablamos cuando hablamos de esta dimensión?
- ¿Por qué es necesario intervenir esta dimensión?
- Origen de esta dimensión.
- Posibles intervenciones.
- Tópicos al intervenir en esta dimensión.





seguro
laboral