

LISTA DE CAPACITACIONES DE SST		DURACIÓN	DETALLE	COTIZACIÓN
1	Introducción a la seguridad y salud en el trabajo -	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
2	Exámenes médicos ocupacionales y vigilancia de salud	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
3	Salud mental en el trabajo: Enfoque desde la SST / Burnout	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
4	Ergonomía (orientada a oficina o trabajo remoto) / Pausas activas / Trabajo sedentario	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
5	Primeros Auxilios	2 horas a 2 horas y media.	Llevamos maniquís y chalecos para que puedan practicar, la capacitación es muy dinámica al incluir mucha parte práctica.	Sólo PRESENCIAL, precio corporativo S/50 por persona (grupo mínimo 10 personas. Si el grupo es menor el precio varía.)
6	Nutrición laboral - Obesidad	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
7	Primeros Auxilios Psicológicos - Gestión emocional, herramientas básicas para el acompañamiento en momentos de crisis	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
8	Salud visual - síndrome visual informático	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
9	Higiene del sueño y afectación laboral	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
10	IPERC - Identificación de Peligros y Evaluación de Riesgos	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
11	Infecciones respiratorias	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
12	TBC - HIV - ETS	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
13	Prevención de riesgos por exposición a radiación solar	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
14	Lactancia materna - El impacto positivo de apoyar la lactancia en el ambiente laboral.	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
15	Salud cardiovascular	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
16	Diabetes - Síntomas, prevención, control	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
17	Prevención de cáncer de piel - lunares	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
18	Prevención del cáncer de mama	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
19	Acoso laboral	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
20	Acoso sexual	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
21	Accidentes laborales, enfermedades profesionales y cobertura del SCTR	1 hora		Virtual : S/150, Presencial S/200
22	Lucha contra incendios	1 hora	Incluye práctica con extintor	Presencial S/300
23	Evacuación de seguridad	1 hora		Presencial S/200