



DUBIUM  
CAPACITACIÓN

# PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES

[dubium.com.ec](http://dubium.com.ec)

# Riesgos Psicosociales

Un riesgo psicosocial o estresor laboral es una **condición desfavorable** intralaboral o extralaboral, relacionada con el **entorno de trabajo** y la ejecución de la tarea.



# Metodología

La ejecución de la capacitación, consta de tres momentos (inicio, desarrollo y cierre) en donde cada individuo da continuidad a su propio aprendizaje.



# Temas principales y secundarios (10 horas presencial)



## RIESGO PSICOSOCIAL

- Síndrome del Burnout.
- Afrontamiento del estrés.
- Desarrollo de la resiliencia.
- ¿Qué es riesgo psicosocial?
- ¿Como prevenir un riesgo psicosocial?
- Reconocimiento de emociones y sentimientos.



## PREVENCIÓN PARA EL USO Y CONSUMO DE DROGAS, ALCOHOL Y OTRAS SUSTANCIAS

- Tipo de adicciones: Droga, Alcohol, Tabaco, Celular, Redes Sociales, otros.
- Formas de reconocer una adicción y cómo prevenir hábitos tóxicos.
- Las adicciones como enfermedades mentales



## ACOSO, DISCRIMINACIÓN Y VIOLENCIA EN EL ÁMBITO LABORAL

- Violencia intrafamiliar.
- Tipos de discriminación.
- Como identificar si es acoso.
- Origen del comportamiento humano.
- Conductas que atentan contra la integridad del otro.



## EQUIDAD DE GÉNERO

- Igualdad ante la ley
- Inclusión y no discriminación
- Principio de diversidad: Nos unen las coincidencias y las diferencias  
Autonomía



## VIH, SIDA, EDUCACIÓN SEXUAL Y REPRODUCTIVA

- Pensar, Sentir, Actuar.
- Si yo me conozco me cuido.
- Tomar las mejores decisiones.
- Etimología de la palabra Reproducción.
- Tipos de cerebro: Reptiliano, Límbico y Corteza prefrontal.

# GRACIAS POR PREFERIRNOS.

Si deseas más detalles sobre nuestros servicios contáctanos

comercial1@dubium.com.ec  
comercial2@dubium.com.ec  
comercial3@dubium.com.ec  
comercial4@dubium.com.ec

0981328342  
0994504682  
0962302988  
0962345588

dubium.com.ec