

# Catálogo de

# servicios

Cursos | Asesorías | Pláticas | Talleres



# PROSALUD

GESTÓRES

PROSALUD GESTORES

<http://prosaludgestores.mex.tl/>



En **PROSALUD GESTORES**, somos su aliado estratégico para la seguridad, salud ocupacional y protección civil en todo México. Con una visión innovadora y un equipo de expertos comprometidos, transformamos los desafíos de su organización en oportunidades para el bienestar y la eficiencia. Nuestro modelo remoto y nuestras modalidades de capacitación flexibles están diseñadas para brindarle soluciones de vanguardia, adaptadas a sus necesidades y disponibles donde las necesite.



**Cursos de  
Protección Civil**



**ProSalud  
GESTORES**

**Análisis y Diagnóstico de Riesgos:** Identificación y evaluación de amenazas internas y externas para su operación.

**Asesoría en Cumplimiento Normativo:** Le ayudamos a cumplir con todas las leyes y regulaciones de Protección Civil aplicables a su sector.

**Capacitación Especializada en Protección Civil:**

Cursos de Brigadas de Emergencia (Primeros Auxilios, Combate de Incendios, Evacuación, Búsqueda y Rescate): Formación teórica y práctica para la conformación y desarrollo de equipos de respuesta interna.

**Realización y Evaluación de Simulacros:** Planificación y ejecución de ejercicios que ponen a prueba los planes de emergencia de su empresa.

**Cursos de Prevención y Atención de Desastres Naturales:** Preparación ante sismos, inundaciones y otros fenómenos.

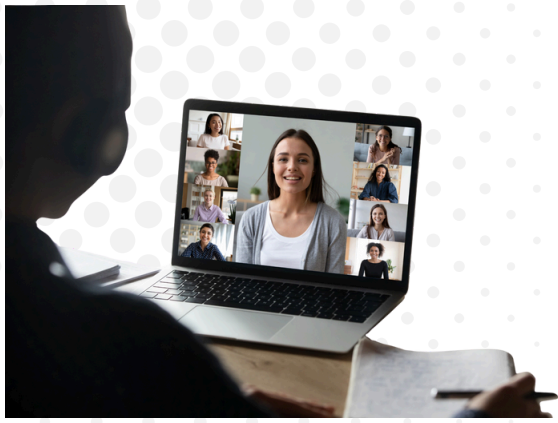
## Modalidades de Capacitación Profesional



**Cursos de  
Protección Civil**



En **PROSALUD GESTORES** diseñamos experiencias formativas adaptadas a las necesidades específicas de cada organización, con flexibilidad y enfoque práctico. Todas nuestras modalidades incluyen un Diagnóstico de Necesidades de Capacitación (DNC) previo, realizado directamente en sus instalaciones. Esto nos permite adaptar el contenido del curso al entorno laboral real de los participantes.



**Cursos de  
Protección Civil**



🌐 **Capacitación 100% en línea**

**Horarios personalizados según el DNC del cliente.**

**Acceso directo desde nuestra plataforma web, sin suscripciones ni instalaciones.**

**Compatible con computadoras, tablets y celulares con conexión a internet.**

**Requisitos técnicos: cámara y micrófono.**

**Materiales sencillos pueden ser solicitados para actividades prácticas, según el curso.**

**Ideal para empresas que valoran la flexibilidad y desean capacitar a su equipo desde cualquier ubicación.**



**Cursos de  
Protección Civil**



## Modalidad Mixta: Teoría en línea + Práctica en sitio

- Teoría vía web, práctica en sus instalaciones.
- Duración sugerida: de 3 a 8 horas por tema, ajustable según el DNC.
- Materiales incluidos y entregados directamente en el lugar, sin necesidad de que el participante aporte insumos.

Esta opción combina la comodidad del aprendizaje digital con la efectividad del entrenamiento práctico.



**Cursos de  
Protección Civil**



### Modalidad Presencial

- Todos los contenidos se imparten en sus instalaciones.
- Horarios flexibles, entre 3 y 8 horas por tema.
- Requiere: aula, proyector o pantalla para conectar nuestro equipo.
- Materiales preparados y llevados por nuestro instructor, alineados al DNC.
- Opcional: se sugiere que los participantes cuenten con refrigerio y agua para mayor comodidad.

Recomendada para empresas que buscan una experiencia formativa directa, inmersiva y enfocada 100% en la práctica.



Cursos de  
**Protección Civil**



## Curso Integral en Protección Civil

Paquete personalizado con múltiples cursos alineados al DNC.

- Carga horaria diaria: de 4 a 8 horas.
- Posibilidad de incluir hasta 2 cursos por día, según disponibilidad y plan acordado.

Este paquete está diseñado para instituciones que desean fortalecer su cultura de prevención de manera integral y eficiente.



**Cursos de  
Protección Civil**



## Entrenamiento Real en Campo Especializado

En PROSALUD GESTORES llevamos la capacitación más allá del aula. Realizamos entrenamientos presenciales en uno de los dos campo profesionales ubicados en Hidalgo, diseñados para simular emergencias reales y fortalecer la preparación operativa de tu equipo.

### Actividades prácticas

Simulacros con fuego controlado, hidrantes, extintores y casa de humo  
Técnicas de evacuación, rescate en alturas y espacios confinados  
Aplicación de protocolos de primeros auxilios y combate de incendios

### Servicios incluidos

Viaje redondo desde punto de origen  
Desayuno y comida para todos los participantes  
Equipo de protección personal (EPP) para prácticas con hidrantes  
Instructor certificado en campo  
Materiales didácticos y simuladores  
Servicio de enfermería durante la jornada  
Uso de regaderas al finalizar las prácticas  
Registro fotográfico del entrenamiento

### Certificación oficial

Al finalizar, se entrega:

- Constancia DC-3 con validez oficial ante la STPS
- Reconocimiento firmado por Responsables Oficiales de Protección Civil (ROPC)



**Cursos de  
Protección Civil**



## Asesoría Técnica en Riesgos, Extintores y Señalización de Emergencia.

PROSALUD GESTORES proporciona asesoría especializada en la selección, ubicación y señalización de extintores, así como en la implementación de señalamientos de protección civil conforme a la normativa vigente. También apoyamos en la detección de zonas de riesgo y en la elaboración de mapas operativos, aplicando criterios técnicos derivados de formación profesional en gestión de riesgos. Estas acciones contribuyen a construir entornos laborales más seguros, estructurados y preparados ante situaciones de emergencia.

- ✓ Cumplen con la normatividad vigente y evitan sanciones
- ✓ Protegen al personal, instalaciones y bienes ante emergencias
- ✓ Identifican riesgos con claridad y optimizan la respuesta
- ✓ Mejoran la organización del espacio laboral con señalización adecuada
- ✓ Refuerzan la cultura preventiva y profesionalizan la seguridad interna

### Curso Básico de Cortesía

Como valor agregado, se incluye un curso básico opcional, a elegir entre:

- Señalamientos de protección civil
- Uso y manejo de extintores
- Evacuación y repliegue en caso de emergencia

*Se imparte en modalidad presencial, con enfoque práctico y accesible para todos los niveles. Al finalizar, se entrega un reconocimiento de participación, sin validez oficial ante la STPS, como constancia simbólica del aprendizaje adquirido.*



## Capacitación en Seguridad Laboral

En PROSALUD GESTORES sabemos que la prevención es la mejor estrategia para proteger a tu equipo y fortalecer la operación de tu empresa. Por ello, ofrecemos una línea especializada de cursos en Seguridad y Salud en el Trabajo que cumplen con las Normas Oficiales Mexicanas (NOM-STPS) y están diseñados para implementar medidas concretas de seguridad en cada entorno laboral.

Todos nuestros cursos pueden impartirse en modalidad en línea, mixta (teoría digital + práctica presencial), o 100% presencial, según las necesidades detectadas en el Diagnóstico de Necesidades de Capacitación (DNC).

Nuestro enfoque práctico permite que los participantes integren lo aprendido directamente en sus actividades diarias, reduciendo riesgos, reforzando hábitos de protección y alineando a la empresa con las obligaciones legales vigentes.

- ✓ Capacitación adaptada a tu realidad operativa
- ✓ Modalidades flexibles para optimizar tiempos y recursos
- ✓ Contenido centrado en la prevención, protección y cumplimiento normativo



## 🔥 NOM-002-STPS-2010: Prevención y protección contra incendios

*¿Qué es y para qué sirve?*

Establece las condiciones de seguridad para prevenir y proteger contra incendios en los centros de trabajo. Su objetivo es reducir riesgos, proteger vidas, instalaciones y bienes.

*Aprendizajes clave para cumplirla:*

- Clasificar el riesgo de incendio según el área y actividad.
- Implementar brigadas contra incendio y simulacros.
- Conocer el uso y mantenimiento de extintores y sistemas fijos.
- Elaborar un plan de atención a emergencias.
- Capacitar al personal en prevención y respuesta ante incendios.



## NOM-006-STPS-2014: Manejo y almacenamiento de materiales

*¿Qué es y para qué sirve?*

Regula las condiciones de seguridad para el manejo y almacenamiento de materiales, ya sea manual o con maquinaria, para evitar accidentes y daños a la salud.

*Aprendizajes clave para cumplirla:*

- Identificar riesgos por carga manual o maquinaria.
- Aplicar técnicas seguras de levantamiento y transporte.
- Usar equipos auxiliares como carretillas y montacargas correctamente.
- Capacitar al personal en operación segura.
- Supervisar condiciones de almacenamiento y salud del trabajador.



CURSOS DE  
**SEGURIDAD**  
LABORAL

## NOM-009-STPS-2011: Trabajos en altura

*¿Qué es y para qué sirve?*

Establece medidas de seguridad para prevenir riesgos en trabajos realizados a más de 1.8 metros de altura, como caídas o accidentes graves.

*Aprendizajes clave para cumplirla:*

- Usar correctamente arneses, líneas de vida y sistemas personales.
- Identificar tipos de andamios y plataformas seguras.
- Aplicar procedimientos de emergencia y rescate.
- Capacitar al personal en técnicas seguras y uso de equipo.
- Realizar inspecciones periódicas de los equipos.



## NOM-019-STPS-2011: Comisiones de seguridad e higiene

*¿Qué es y para qué sirve?*

Regula la constitución, integración y funcionamiento de las comisiones de seguridad e higiene en los centros de trabajo para prevenir riesgos laborales.

*Aprendizajes clave para cumplirla:*

- Integrar la comisión con representantes del patrón y trabajadores.
- Realizar recorridos de verificación y levantar actas.
- Investigar causas de accidentes y enfermedades laborales.
- Proponer medidas preventivas y dar seguimiento.
- Capacitar a los integrantes de la comisión.



## 🔧 NOM-027-STPS-2008: Actividades de soldadura y corte

*¿Qué es y para qué sirve?*

Establece condiciones de seguridad e higiene para prevenir riesgos durante actividades de soldadura y corte, que implican exposición a calor, gases y radiación.

*Aprendizajes clave para cumplirla:*

- Realizar análisis de riesgos antes de soldar o cortar.
- Usar equipo de protección personal adecuado.
- Contar con procedimientos de seguridad y rescate.
- Supervisar condiciones en espacios confinados o alturas.
- Capacitar al personal en técnicas seguras y primeros auxilios.



## ⚡ NOM-029-STPS-2011 – Mantenimiento de instalaciones eléctricas

### *¿Qué es y para qué sirve?*

Establece las condiciones de seguridad para realizar actividades de mantenimiento en instalaciones eléctricas, ya sean aéreas, subterráneas o energizadas, con el fin de evitar accidentes al personal técnico y a terceros.

### *Aprendizajes clave para cumplirla:*

- Identificar riesgos eléctricos en instalaciones energizadas y desenergizadas.
- Aplicar procedimientos de bloqueo y etiquetado.
- Usar equipo de protección personal especializado.
- Verificar ausencia de tensión antes de intervenir.
- Elaborar planes de trabajo y atención a emergencias.
- Realizar mantenimiento seguro en líneas eléctricas y subestaciones.



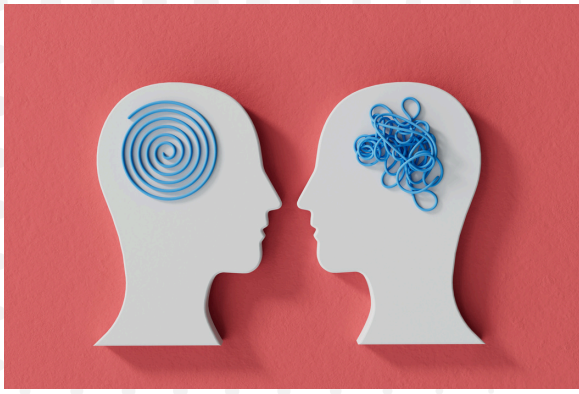
## 📖 NOM-033-STPS-2015 – Trabajos en espacios confinados

*¿Qué es y para qué sirve?*

Regula las condiciones de seguridad para proteger la vida y salud de los trabajadores que realizan actividades en espacios confinados, como cisternas, tanques, túneles o cámaras subterráneas.

*Aprendizajes clave para cumplirla:*

- Identificar qué es un espacio confinado y sus riesgos.
- Evaluar atmósferas peligrosas (gases, oxígeno, explosividad).
- Usar detectores de gases y sistemas de ventilación.
- Aplicar procedimientos de ingreso, permanencia y rescate.
- Portar equipo de respiración autónomo y protección personal.
- Elaborar permisos de trabajo y bitácoras de ingreso.



## NOM-035-STPS-2016 – Factores de riesgo psicosocial

*¿Qué es y para qué sirve?*

Busca identificar, prevenir y mitigar los riesgos psicosociales en el trabajo, como estrés, violencia laboral, acoso, carga excesiva o falta de control, promoviendo un entorno organizacional favorable.

*Aprendizajes clave para cumplirla:*

- Reconocer factores de riesgo psicosocial en el entorno laboral.
- Participar en evaluaciones internas y encuestas diagnósticas.
- Conocer los canales de atención y apoyo emocional.
- Promover relaciones laborales respetuosas y saludables.
- Identificar síntomas de afectación emocional o mental.
- Contribuir a la mejora del clima organizacional.
-



## NOM-036-1-STPS-2018 – Manejo manual de cargas

*¿Qué es y para qué sirve?*

Establece medidas para prevenir lesiones musculoesqueléticas derivadas del manejo manual de cargas, como levantar, empujar, jalar o transportar objetos en el trabajo.

*Aprendizajes clave para cumplirla:*

- Identificar posturas forzadas, movimientos repetitivos y sobreesfuerzos.
- Aplicar técnicas ergonómicas para levantar, empujar o jalar cargas.
- Usar ayudas mecánicas y equipos auxiliares.
- Reconocer señales de fatiga o lesión musculoesquelética.
- Participar en programas de vigilancia a la salud.
- Realizar evaluaciones ergonómicas de tareas y estaciones de trabajo.



## Salud Ocupacional

### 👂 Pláticas, Talleres y Orientaciones en Salud Ocupacional

En PROSALUD GESTORES desarrollamos charlas informativas, sesiones educativas y talleres prácticos que fortalecen el bienestar integral del personal en sus espacios de trabajo. Estas actividades están diseñadas para complementar nuestros cursos técnicos y reforzar los hábitos de autocuidado, la cultura preventiva y la salud física, mental y social de los colaboradores.

Nuestros contenidos se sustentan en principios de promoción de la salud, prevención de riesgos laborales y educación participativa, conforme a las necesidades reales de cada organización. Cada actividad se adapta al Diagnóstico de Necesidades de Capacitación (DNC) del centro de trabajo y puede impartirse en modalidad presencial, mixta o en línea, según la operación y disponibilidad de los equipos humanos.

✓ Enfoque técnico, humanista y participativo

✓ Formatos breves o dinámicos de alto impacto educativo

✓ Ideal para campañas internas, programas de bienestar o jornadas de salud laboral

✓ Actividad educativa impartida por profesional en formación en el área de Promoción y Educación para la Salud.

Estas acciones se ofrecen como servicios educativos y de orientación preventiva. No implican la emisión de constancias mas que de un reconocimiento o diploma.



## Salud Ocupacional

### Bienestar Psicosocial Laboral

**Descripción:** Se abordan factores como el estrés, la ansiedad, el acoso laboral y la sobrecarga emocional. Se promueve el manejo emocional, la comunicación efectiva y la construcción de entornos laborales saludables.

**Beneficios para el cliente:** Mejora del clima organizacional, reducción del ausentismo y fortalecimiento del trabajo en equipo.

**Dirigido a:** personal de todos los niveles en cualquier tipo de empresa, adaptándose al perfil del grupo, jornada, escolaridad y exposición laboral para brindar orientación efectiva y accesible.

#### *Aprendizajes clave:*

- Identificar factores psicosociales que afectan el desempeño.
- Aplicar técnicas de manejo emocional.
- Promover relaciones laborales respetuosas.
- Reconocer señales de desgaste emocional.



## Salud Ocupacional

### Ergonomía y Salud Postural

**Descripción:** Se enfoca en prevenir lesiones musculoesqueléticas mediante la corrección de posturas, pausas activas y adaptación ergonómica del espacio laboral.

**Dirigido a:** personal de todos los niveles en cualquier tipo de empresa, adaptándose al perfil del grupo, jornada, escolaridad y exposición laboral para brindar orientación efectiva y accesible.

**Beneficios para el cliente:** Reducción de lesiones físicas, mejora en la productividad y disminución de incapacidades.

#### Aprendizajes clave:

- Reconocer posturas forzadas y movimientos repetitivos.
- Aplicar técnicas ergonómicas en el trabajo diario.
- Realizar pausas activas y ejercicios de estiramiento.
- Prevenir fatiga física y dolor lumbar.



## Salud Ocupacional

### Higiene y Bioseguridad

**Descripción:** Se promueven prácticas de higiene personal, uso correcto de EPP y protocolos de limpieza para prevenir enfermedades transmisibles.

**Dirigido a:** personal de todos los niveles en cualquier tipo de empresa, adaptándose al perfil del grupo, jornada, escolaridad y exposición laboral para brindar orientación efectiva y accesible.

**Beneficios para el cliente:** Prevención de contagios, cumplimiento con normas sanitarias y protección del personal.

#### Aprendizajes clave:

- Lavado correcto de manos y uso de gel antibacterial.
- Uso adecuado de cubrebocas, guantes y batas.
- Manejo seguro de residuos contaminantes.
- Aplicación de protocolos de desinfección.



## Salud Ocupacional

### Estilos de Vida Saludables

**Descripción:** Se fomenta la adopción de hábitos saludables como buena alimentación, hidratación, descanso y actividad física.

**Dirigido a:** personal de todos los niveles en cualquier tipo de empresa, adaptándose al perfil del grupo, jornada, escolaridad y exposición laboral para brindar orientación efectiva y accesible.

**Beneficios para el cliente:** Mejora del rendimiento laboral, reducción de enfermedades crónicas y fortalecimiento del bienestar integral.

#### Aprendizajes clave:

- Identificar alimentos adecuados para la jornada laboral.
- Reconocer la importancia del descanso y la hidratación.
- Prevenir el sobrepeso y enfermedades cardiovasculares.
- Integrar actividad física en la rutina laboral.



## Salud Ocupacional

### Prevención de Enfermedades Laborales

**Descripción:** Se explican los riesgos físicos, químicos y biológicos presentes en el trabajo, así como medidas para prevenir enfermedades ocupacionales.

**Dirigido a:** personal de todos los niveles en cualquier tipo de empresa, adaptándose al perfil del grupo, jornada, escolaridad y exposición laboral para brindar orientación efectiva y accesible.

**Beneficios para el cliente:** Reducción de incapacidades, cumplimiento normativo y protección de la salud del personal.

#### Aprendizajes clave:

- Identificar riesgos específicos del entorno laboral.
- Reconocer síntomas tempranos de enfermedades ocupacionales.
- Aplicar medidas de control y señalización.
- Participar en programas de vigilancia epidemiológica.



## Salud Ocupacional

### Curso de Soporte Vital Cardíaco (Básico y Avanzado)

En PROSALUD GESTORES ofrecemos capacitación en Soporte Vital Cardíaco, desde el nivel básico hasta el avanzado, orientada a fortalecer la respuesta institucional ante emergencias médicas graves. Este programa incluye formación en RCP de alta calidad, uso de desfibrilador (AED), manejo de obstrucción de vía aérea, y *protocolos avanzados para paros cardiorrespiratorios, arritmias, eventos cerebrovasculares y cuidados post-reanimación.*

#### *Nivel Básico – Público en General*

Curso introductorio para todo el personal, enfocado en:

- RCP básica
- Uso del desfibrilador (DEA)
- Activación de protocolos internos

#### *Nivel Avanzado – Personal con Función Técnica*

*Dirigido a odontólogos, enfermería, parteras, cuidadores y brigadas internas.*

- RCP avanzada
- Uso de DEA
- Reconocimiento de emergencias cardíacas
- Coordinación con servicios médicos externos

*Curso respaldado por certificación médica internacional en ACLS, con 8 créditos AMA PRA Category 1, validando formación continua en atención de emergencias cardiovasculares.*



**PROSALUD**  
GESTÓRES

**Catálogo de**

**servicios**

Cursos | Asesorías | Pláticas | Talleres



[Contáctanos WhatsApp Business.](#)

[Toca aquí](#) 