

Portafolio de Capacitaciones 2026





Pensando en las necesidades de tu empresa, así como en la salud y bienestar de tus colaboradores, presentamos nuestro Portafolio de capacitaciones 2026.



Salud y Bienestar

Manejo de estrés y terapia de descompresion	Presencial	Virtual	Duración (min)
Definición, causas, percepción, complicaciones, fases, pausa de descompresión (dinámica), principios para manejar el estrés.	x	x	60

Juegos mentales	Presencial	Virtual	Duración (min)
Dinámica visual que permite fijar, retener y reproducir todo lo que pasa por nuestra conciencia y hacer uso práctico de ello a posterior.		x	30

Trabajo en equipo	Presencial	Virtual	Duración (min)
Dinámica diseñada para que las personas se unan de manera comprometida para la realización de una actividad, logrando mejores y más efectivos resultados.	x		30



Salud y Bienestar

Hábitos de vida y trabajo saludable	Presencial	Virtual	Duración (min)
Definición, actividades que protegen la salud, elementos para una vida saludable, Salud en el trabajo, conclusión.	x	x	60

Higiene postural	Presencial	Virtual	Duración (min)
Definición, Malas posturas, estructura de la columna vertebral, enfermedades frecuentes, corrección de posturas, beneficios de las pausas activas.	x	x	60

Cuidado de los sentidos	Presencial	Virtual	Duración (min)
Higiene auditiva, cuidado de la voz, cuidado de la piel, cuidado de los ojos, cuidado del olfato.	x	x	60



Salud y Bienestar

NUEVO

Prevención de enfermedades osteomusculares

Presencial

Virtual

Duración (min)

Túnel del carpo, lumbalgia, hernia discal, manguito rotador, epicondilitis, síntomas, prevención, ejercicios.

x

x

60

Prevencion enfermedades cardiovasculares

Presencial

Virtual

Duración (min)

Presión arterial y sus alteraciones, infarto, ataque cerebrovascular, prevención.

x

x

60

NUEVO

Prevención cáncer de seno en hombres y mujeres

Presencial

Virtual

Duración (min)

Masas benignas, magnitud del problema, causas, factores de riesgo, autoexamen.

x

x

60



Salud y Bienestar

Prevención cáncer de próstata y testicular	Presencial	Virtual	Duración (min)
Descripción, Factores de riesgo, síntomas, prevención, oportuna detección.	x	x	60

Prevención de cáncer cuello uterino	Presencial	Virtual	Duración (min)
Virus del papiloma Humano, factores de riesgo, prevención, vacuna.	x	x	60

Prevención de cáncer gastro intestinal	Presencial	Virtual	Duración (min)
Tipos de cáncer gastrointestinal, prevención, factores de riesgo.	x	x	60



Salud y Bienestar

Prevención cáncer de piel	Presencial	Virtual	Duración (min)
Definición, tipos de cáncer, factores de riesgo, signos de alarma, prevención.	x	x	60

Prevención de enfermedades respiratorias y digestivas ira	Presencial	Virtual	Duración (min)
Altas y bajas, Epoc, factores de riesgo, intoxicaciones alimentarias, síntomas, complicaciones prevención.	x	x	60

Prevención diabetes	Presencial	Virtual	Duración (min)
Definición, tipos de diabetes, diagnóstico, complicaciones, niveles de la glucosa, factores de riesgo y prevención.	x	x	60



Salud y Bienestar

Prevención de adicciones	Presencial	Virtual	Duración (min)
Adicciones conductuales, adicciones químicas, factores de riesgo, prevención.	x	x	60

NUEVO	Bienestar integral femenino	Presencial	Virtual	Duración (min)
	Prevención cáncer de seno y cáncer de cérvix, signos de alarma, prevención, autoexamen, VPH, vacunación	x	x	60

NUEVO	Bienestar en la era digital	Presencial	Virtual	Duración (min)
	Tipo de usuarios digitales, hiperconexión, burnout tecnológico, detox digital, técnicas de bienestar físico y reducción de fatiga	x	x	60



Brigada de Emergencia

Para asegurar y garantizar un mejor aprendizaje, te sugerimos el 123 para tomar tus capacitaciones. Ten presente el número límite para tu empresa.

1) Primeros auxilios I	Presencial	Virtual	Duración (min)
Definición, objetivo de los primeros auxilios, valoración primaria (estado de conciencia, signos vitales, valoración Cefalocaudal), lipotimia, (generalidades rcp, inmovilización).	x	x	120

2) Reanimacion cardiopulmonar y manejo del desfibrilador externo automático (d.e.a. – d.e.s.a)	Presencial	Virtual	Duración (min)
Técnicas básicas en reanimación cardio pulmonar, obstrucción de la vía aérea por cuerpo extraño, manejo del desfibrilador externo automático D.E.A.-D.E.S.A (práctica con dorso).	x		120



Brigada de Emergencia

3) Manejo de heridas quemaduras y fracturas	Presencial	Virtual	Duración (min)
Definición y objetivos de los primeros auxilios, tipo de heridas, introducción a manejo de Hemorragias, clasificación de las fracturas instrucción a inmovilización y camillaje, tipos de quemaduras, clasificación y tratamiento.	x	x	120

Control de hemorragias	Presencial	Virtual	Duración (min)
Técnicas básicas en stop the bleed, tipos de sangrado, identificación de la hemorragia, vendaje compresivo, torniquetes tipos de torniquetes.	x	x	120

Primeros auxilios psicológicos	Presencial	Virtual	Duración (min)
Definición, objetivos, reacciones en situaciones de emergencia, crisis psicológica, pautas generales, reacciones emocionales, que debemos evitar.	x	x	60



Brigada de Emergencia

Inmovilizacion y camillaje	Presencial	Virtual	Duración (min)
Mecanismo del trauma Técnicas básicas en inmovilización, embalaje del paciente en camilla espinal larga (práctica) *considerar términos y condiciones.	x		120

Primeros auxilios II enfermedades de aparición súbita	Presencial	Virtual	Duración (min)
Infarto, ataque cerebrovascular, convulsiones, lesiones osteomusculares.	x	x	120

Primeros auxilios en el hogar y edad escolar	Presencial	Virtual	Duración (min)
Objetivos, prevención de caídas, intoxicaciones, heridas clasificación y manejo, hemorragias nasales, fiebre, convulsiones control y manejo, desmayo, mordeduras.	x	x	120



Brigada de Emergencia

Evacuación	Presencial	Virtual	Duración (min)
Definición, clasificación de las emergencias, consideraciones a tener en cuenta, cuando evacuar, características de la ruta de evacuación, señalización, fases de la evacuación, tipos de evacuación, punto de encuentro.	x	x	60

Qué hacer en caso de terremoto	Presencial	Virtual	Duración (min)
Qué es un terremoto, falla geológica, origen de los terremotos en Colombia, riesgo sísmico, qué hacer y no hacer antes durante y después de un terremoto, kit de emergencia.	x	x	60

Primeros Auxilios mordeduras, picaduras, ponzoñosos y accidente ofídico.	Presencial	Virtual	Duración (min)
Conocer el qué hacer y no hacer frente a mordeduras de perros, gatos, animales salvajes y humanas, así como actuar en el caso de contacto con ponzoñosos (abejas, alacranes) y accidente ofídico (mordeduras de serpientes y víboras).	x	x	120



Brigada de Emergencia

NUEVO Primeros Auxilios: Accidente de tránsito	Presencial	Virtual	Duración (min)
Pasos para el primer auxilio, valoración inicial, técnicas de movilización e inmovilización	x		120

NUEVO Evacuación y manejo de múltiples víctimas	Presencial	Virtual	Duración (min)
Reconocimiento de un evento de múltiples víctimas, Sistema básico de triage, identificación de zonas seguras para evacuación, técnicas de movilización	x		120



NUEVO

Capacitaciones presenciales

¡RECUERDA!

Para el correcto desarrollo de las capacitaciones es necesario:

Disponer de un espacio amplio, ya que sea aula, sala de capacitación o sala de juntas con correcta ventilación.

Equipo de proyección visual y sonido.

Mínimo 10 personas máximo 40 personas asistentes*.

En capacitaciones para brigadas de emergencia contar con botiquín, inmovilizadores (extremidades y cervical) y camilla, DEA (si aplica).



NUEVO

Capacitaciones virtuales

¡RECUERDA!

Para el correcto desarrollo de las capacitaciones es necesario:

Mínimo de 5 a máximo 40 personas asistentes.

Tener acceso a la plataforma Teams.

En capacitaciones para brigadas de emergencia contar con botiquín, inmovilizadores (extremidades y cervical) y camilla, DEA (si aplica).



Elige el tema de
tu interés y agéndate.

Escríbenos a:

capacitacion@emermedica.com.co

indicando:

Nombre y Nit de la empresa, persona de
contacto, dirección, teléfono y tema a capacitar.

**Aplican términos y condiciones.*