



10 CLAVES PARA APROBAR EL MEJOR CURSO DE SEGURIDAD Y SALUD LABORAL DEL MUNDO: **EL IGC NEBOSH**

Por Arsenio Valbuena, formador de NEBOSH con una
tasa de más de 90% de alumnos aprobados

TABLA DE CONTENIDO



Introducción	01
1º Estudia en español	05
2º Elige tu modalidad de estudio	06
3º Conecta con los profesores	07
4º Aplícate al estudio	08
5º Practica los exámenes de ensayo del IG1 y prepárate para aprobar el examen final con éxito.	09
6º El día del examen del IG1: Gestión de la Seguridad y Salud. ¿Qué hacer?	10
7º Asiste a los Workshops de preparación de exámenes	12
8º Comienza cuanto antes a realizar el trabajo del IG2	13
9º Presenta el IG2	15
10º Mantén una actitud proactiva y busca retroalimentación continua	16
Sobre el autor	17
Más información	18

¿Has oído hablar del Nebosh?

No me extrañaría que sí.



Aunque están escritos para todo el mundo, son **recomendaciones, consejos y claves** geniales dirigidos especialmente a hispanohablantes, tanto para los estudiantes como para las empresas donde trabajan.

Nebosh (International General Certificate) es un curso de **Seguridad y Salud inglés**, un estándar aceptado a nivel mundial que supera ampliamente las fronteras del Reino Unido o el ámbito de las empresas de origen inglés, y supone un gran reto para muchos profesionales activos del sector, al igual que para los que se inician en esta profesión.

En las siguientes líneas encontrarás cómo superar este curso, tomando en cuenta las consideraciones previas y herramientas para afrontarlo con éxito a la primera (lo que te ahorrará tiempo, dinero y contratiempos).

A continuación, **te dejo tres (3) puntos** a considerar antes de matricularte en el IGC Nebosh. Te ayudarán a reflexionar y a tomar una mejor decisión a la hora de elegir con cuál modalidad de estudio te identificas.

01 MOTIVACIÓN

- ¿Qué te impulsa o qué te ha llevado a matricularte?
- ¿Es para ti un asunto de desarrollo profesional proactivo o algún requerimiento externo que te empuja a hacer este curso?
- ¿Es un requisito de la empresa en la que trabajas (podrías perder el empleo o no)?
- ¿Es un requisito del cliente para el

que trabaja mi empresa?

- ¿Es un plus para cambiar de empleo en sectores o lugares donde es apreciado y valorado, o es útil para emigrar a zonas o sectores donde se gana más dinero?
- ¿Quieres conocer el enfoque inglés de la OS&H, ya que es el que se impone mayoritariamente en las empresas World Class?

Identificar qué te motiva o el “porqué” ayuda desde el principio, ya que orienta los “para qué”. Así es más probable alcanzar los objetivos finales de resultados, define cuáles han de ser las metas intermedias de desempeño o hitos, y funda la estrategia de acciones operativas que inician este trabajo.



02 OBJETIVOS

Aprobar y aprender, ambos indispensables.

El objetivo principal es **aprobar** el examen, pero también debes centrarte en **aprender** el contenido de manera profunda. Este objetivo no se consigue plenamente solo aprobando el curso; para aprender todo lo que puede aportar el IGC Nebosh a tu formación como profesional de la Seguridad hay que hacer algo más que prepararse para el examen: tener una actitud abierta a

un enfoque de vanguardia, internacional, en el que debes dialogar y debatir. De ese debate individual o grupal saldrá una síntesis enriquecedora y un reordenamiento que yo llamo “cambio de perspectiva”.

Este punto de vista se basa en evidencias y lleva siendo practicado hace mucho, obteniendo buenos resultados lo que ha permitido mejorar la cultura de seguridad en las empresas más avanzadas de todo el mundo.

03 RECURSOS

En este caso nos referimos al tiempo disponible y las circunstancias personales.

🕒 TIEMPO DISPONIBLE

Es el recurso más importante para esta preparación. Planifica cuidadosamente el tiempo que dedicarás al estudio, tanto si es en directo como si es presencial, también las prácticas y las fechas de los exámenes para asegurarte de que tienes suficiente disponibilidad. El IGC NEBOSH requiere alrededor de 135 horas de estudio, y la mayoría de los estudiantes tardan entre 6 y 9

meses en prepararse adecuadamente. Datos reales que hemos calculado ya que el 90% de los egresados del IGC Nebosh dedicaron entre 70 y 150 horas totales al estudio.

👤 CIRCUNSTANCIAS PERSONALES

Es importante reflexionar sobre qué circunstancias personales te encuentras para poder saber si lograrás tu objetivo, ya que estas influyen mucho a la hora de escoger la modalidad de estudio. A veces la exigencia (de tener el IGC Nebosh) o turnos de trabajo que hacen difícil la programación y la conexión a internet

son tan apremiantes que no queda más remedio que hacer lo que se pueda.

Nota: Debes tener en cuenta que el periodo de matriculación varía, infórmate de esto antes de matricularte; por ejemplo, en nuestro centro de formación para el IGC Nebosh es de dos años; y hay cuatro convocatorias de examen en español/portugués al año.

¿Ya has reflexionado donde encajas leyendo los párrafos anteriores? Quizá ahora completes tu visión, con los siguientes **10 consejos que se basan en años de experiencia con el IGC Nebosh.**

La tasa de aprobados cuando se estudia el IGC NEBOSH en español, si este es tu idioma nativo, es cuatro veces superior a estudiarlo en inglés, aunque lo domines.

Empezar a plantearse los temas de prevención de riesgos desde el enfoque de un curso de origen inglés, desarrollado con referencias del HSE británico e internacional, es un proceso que hay que recorrer sí o sí; por lo tanto, busca que tu Centro de Formación Acreditado lo haya hecho.



Esto es sumamente relevante porque no se trata solo de una traducción, sino que más bien es un desglose sistematizado para el estudiante de habla hispana de conceptos nuevos o que no se corresponden exactamente con las prácticas, denominaciones y rutinas diarias en Iberoamérica. Por eso recomendamos el español. ¡Ah! El Certificado en papel se emite por NEBOSH en inglés, sin mención del idioma de estudio y examen ni de la modalidad de estudio.

ERRORES FRECUENTES

✗ Me matriculo en inglés y así aprendo idiomas mientras estudio.

✗ Me matriculo en inglés y así aprendo algo técnico en inglés mientras estudio.

✗ Me desenvuelvo bien en inglés en mi trabajo, por lo que estudiaré en inglés y realizaré mi examen en ese idioma.

2°

ELIGE TU MODALIDAD DE ESTUDIO

El curso NEBOSH consta de dos partes que se examinan por separado y, si lo prefieres, en fechas diferentes.

El **IG1**, que cubre la gestión de la seguridad y salud con un enfoque World Class; el examen es telemático y a libro abierto.

El **IG2**, que abarca siete capítulos sobre identificación de peligros, riesgos y técnicas de control. Siguiendo las líneas anteriores, debes seleccionar una modalidad de estudio que se ajuste a tu estilo de aprendizaje y a tus circunstancias personales.

Un centro de formación acreditado por NEBOSH debe ofrecer lo siguiente:



E-Learning: Apto para quienes planifican a largo plazo, son perseverantes y autodidactas, pero no recomendable para plazos cortos.



Presencial: Intensivo, con 8 o 10 horas diarias de dedicación. A veces es mejor: te reservas solo para esto. Muchos estudiantes encuentran esta modalidad más al alcance de sus posibilidades y es altamente demandada por su eficacia demostrada en tasas de aprobación.



Live Online/Live Streaming: Combina la modalidad presencial sin moverte de tu localización, ideal si tienes limitaciones de desplazamiento y aun así tienes tiempo para dedicarlo de forma sincrónica con las sesiones en directo. Ofrece resultados casi tan buenos como la modalidad presencial.

Nota: resérvate la posibilidad de UPGRADE en caso de que lo necesites: solo pagas la diferencia y ya estás en un curso presencial, por ejemplo.

ERRORES FRECUENTES

✗ No cambiar de modalidad si tienes la oportunidad o la necesidad.

✗ No utilizar los recursos que cada modalidad pone a tu disposición: si es e-Learning aprovecha su flexibilidad; si es sincrónico, céntrate en esos días.

Conoce a los profesores; ellos están a tu disposición y ofrecen tutorías por correo electrónico o videollamada (MS Teams o WhatsApp). Estas tutorías pueden ser tanto de orientación como académicas. Aquí podemos darte consejos sobre la planificación de tus estudios o exámenes y resolver tus dudas sobre el contenido del programa o los exámenes.

Un consejo: envíanos una foto tipo carnet. Ver nuestras caras nos vincula bidireccionalmente.

Lo peor que puedes hacer en momentos de abandono o desaliento es desconectarte de los tutores, porque también te desconectas del curso. Así que aprovéchalos y mantén una comunicación constante; esto puede brindarte la orientación que

ERRORES FRECUENTES

- ✘ Ya me las arreglo solo.
- ✘ No tengo tiempo para conectar con los profesores.
- ✘ Como no he estudiado, no sé para qué voy a concertar citas o tutorías.
- ✘ Creer que los tutores solo te resuelven dudas académicas y no pueden darte consejos experimentados para orientar tus estudios es un error.
- ✘ Ni me he enterado de que existen tutores a los que recurrir.
- ✘ ¿Cuál es el correo electrónico de mis tutores?
- ✘ No sé si debo conectar a través de la plataforma de teleformación, por correo electrónico o llamando por teléfono.
- ✘ Los tutores y yo tenemos horarios muy diferentes, así que renuncio a intentar encajarlos.

Sea cual sea la modalidad de impartición que hayas elegido, utiliza los recursos puestos a tu disposición (libros de texto, plataforma eLearning, videos, clases y tutorías). Estos son los medios que utilizamos para guiar el aprendizaje y el itinerario formativo. Cada cual tiene un perfil de estudiante, pero los que aprueban expresan el contenido, lo asimilan tras discutir, imaginar, comparar, consultar y preguntar.

Además, el Syllabus o los contenidos y objetivos del curso están basados en unos textos de referencia. Si tienes tiempo, es una gran idea consultarlos, leerlos o tenerlos a mano.



El IGC de NEBOSH reordena y transforma las respuestas de Seguridad y Salud a problemas históricos. Estudiarlo requiere "abrir la mente" y adoptar una perspectiva fresca. La humildad y la disposición para aprender son claves para aprovechar al máximo el curso. Los nuevos en la temática suelen aceptar mejor el enfoque NEBOSH, reorganizando su esquema mental desde cero.

ERRORES FRECUENTES

- ✗ Ya soy profesional de la Seguridad y Salud, por eso no necesito estudiar.
- ✗ Si apruebo NEBOSH, me confirma en mi línea; si suspendo o repruebo, NEBOSH está equivocado.
- ✗ Tengo un puesto importante en mi empresa y logro buenos resultados en Seguridad, por lo que no necesito mejorar.
- ✗ Este curso es tan fácil que no necesita estudiarse.
- ✗ ¡Sería malo que reprobara! Eso significaría un cuestionamiento de mi capacidad y se debería a un error fundamental de NEBOSH.

Este tipo de ensayo se basa en responder a preguntas sobre un escenario real, lo que te permitirá desarrollar la habilidad de responder de forma concisa y enfocada. No valen respuestas genéricas o meramente teóricas. Un consejo que vale oro: la destreza solo se adquiere con la práctica, así que ensaya exámenes similares al definitivo para que te desenvuelvas bien el día de la verdad. Sería una lástima que, habiendo adquirido los conocimientos, no superes la prueba por no ser hábil en este tipo de escritos.



Aquí no solo se evaluará tu desempeño en escribir sobre casos "reales", sino también si el enfoque NEBOSH ha calado en tu propia perspectiva. Recuerda que se aprueba con un mínimo de 45 puntos sobre 100 y que tu respuesta debe ser detallada y alineada con las directrices de NEBOSH.

Ten en cuenta que antes de examinarte deberás inscribirte con tiempo suficiente en la convocatoria elegida. Hay cuatro fechas al año en español: marzo, junio, septiembre y diciembre. Esa antelación deberá ser de al menos 50 días.

Recibirás dos correos electrónicos de NEBOSH: uno de confirmación con los datos de fecha y hora, y otro, pocos días antes del examen, con tus datos personales de acceso a la plataforma web de exámenes de NEBOSH para descargar tu escenario-preguntas y la plantilla de respuestas vía internet.

ERRORES FRECUENTES

- ✗ Nunca practicar un examen OBE del IG1 y darse cuenta muy tarde de que no sabe cómo afrontarlo.
- ✗ No leer las Guías de Orientación sobre cómo hacer el OBE del IG1.
- ✗ No inscribirse al examen dentro del plazo.
- ✗ Querer darse de baja del examen fuera del plazo.
- ✗ No ensayar nunca un examen.

El IG1 se examina de la siguiente forma:

Podrás acceder al examen desde las 11:00 am BST (British Summer Time) entrando en la plataforma de NEBOSH y descargando el archivo. Tendrás 24 horas para realizar el examen. Este periodo está diseñado para darte tiempo para leer y analizar las preguntas del examen.

Para responder, puedes consultar tu libro de texto y otros recursos, así como internet, pero no copiar ni hacer el examen en grupo o permitir que alguien lo haga por ti.



Te pillarían, pues hay que realizar una entrevista exclusivamente concertada a los pocos días de hacer el examen, donde debes "defender" tres preguntas. Además, se aplican filtros de IA al texto escrito por ti, y toda la cadena de "markers" y calificadores está muy atenta a esto.



Tus respuestas deben ser relevantes, concisas y enfocadas al tema. Una buena cantidad de palabras es en torno a 3,000, pero puede llegar hasta 4,000 sin excederse demasiado. Con menos palabras es difícil alcanzar la puntuación necesaria para aprobar. Por cierto, cuando te comunican las notas desde NEBOSH, PASS es aprobado y REFER es reprobado o suspendido.

Utiliza tu tiempo con sabiduría: trabaja a tu propio ritmo, pero no dejes todo para el último minuto. Completa y envía tu evaluación en PDF antes del plazo dado.

Sería de gran ayuda si ese día tienes apoyo técnico por parte de tu Centro de Estudio. No son pocos los alumnos que se comunican con su Centro de Estudios alarmados por

problemas de tipo técnico, así que no dejes de examinarte por estas dificultades, que siempre tienen solución.

ERRORES FRECUENTES

- ✗ No reservar al menos 8 horas para este examen.
- ✗ No aplicar la técnica de abordaje de este tipo de exámenes.
- ✗ No leer detenidamente las preguntas y contestar a lo que no te han preguntado.
- ✗ No hacer referencia al escenario en tus respuestas.
- ✗ No solicitar ayuda técnica si hay problemas de ese tipo.
- ✗ Subir a la plataforma de exámenes de NEBOSH un examen IGT equivocado o sin acabar, sin darse

ASISTE A LOS WORKSHOPS DE PREPARACIÓN DE EXÁMENES

Esta actividad es muy valorada por los estudiantes, ya que ofrece la resolución de dudas, consejos, orientación individualizada y reduce la ansiedad. Un taller corto de preparación (tres horas), realizado unas semanas antes del examen, te proporcionará técnicas y enfoques útiles que te harán sentir seguro de ti mismo y de tu preparación. este tipo de escritos.

Si se graban esos talleres, podrás consultarlos posteriormente.



ERRORES FRECUENTES

- ✗ No asistir y tampoco consultar la grabación de la sesión.
- ✗ Asistir en directo, pero no hacer preguntas ante las dudas.
- ✗ La grabación es demasiado larga y no la visualizo completa.
- ✗ Ver el workshop, pero no prestarle mucha atención.

8°

COMIENZA CUANTO ANTES A REALIZAR EL TRABAJO DEL IG2

No lo dejes para "el último día", ya que así los tutores no podrán orientarte y el trabajo puede presentar graves defectos.

El IG2 es una prueba que puede hacerse en cualquier momento, antes o después del IG1. En esta prueba se evalúa tu capacidad para identificar peligros en un entorno laboral determinado, tu habilidad para evaluar los riesgos para las personas y, finalmente, tu conocimiento sobre las técnicas más apropiadas y la jerarquía de controles que se deben aplicar para mantener esos riesgos por debajo del nivel aceptable.



El ejercicio no se realiza en un día determinado, sino que se puede desarrollar a lo largo del tiempo como una tarea particular. Tiene una estructura formal a la que debes ajustarte, ya que está diseñada para que los correctores puedan valorar el conocimiento de cada alumno.

Como docente, te ofrezco **dos consejos** para superar con éxito esta evaluación:

01

Empieza cuanto antes.

02

Elige un tema de evaluación apropiado para un examen.

Esto quiere decir que evites temáticas complejas o demasiado amplias. NEBOSH pretende saber cuán hábil eres para resolver los problemas que plantea la "metodología" de evaluación de riesgos, no cómo te desempeñas ante entornos muy complejos y especializados.

Al igual que la prueba del IG1, esta también necesita de ensayos y de que consultes con tus tutores para asegurarte de que vas en la dirección correcta.

Aunque muchas veces he pensado que presentar este examen era más fácil que el del IG1, dicho llanamente, los resultados demuestran que estoy equivocado. Por lo tanto, insisto en reforzar la idea en los estudiantes de que aprendan muy bien los contenidos del IG2 y que tengan en cuenta que si dedican menos de 16 horas a esta tarea puede costarles un mal resultado.

ERRORES FRECUENTES

- ✗ No leer las instrucciones formales de redacción y contenidos.
- ✗ No dedicarle tiempo, "a ver si pasa".
- ✗ No respetar su estructura formal.
- ✗ Empezar muy tarde, hacerlo a última hora.
- ✗ Abarcar temas muy amplios o complejos y "no saber salir del embrollo".
- ✗ No aplicar una lista de comprobación al final de la redacción para detectar carencias.

Ese trabajo no hay que subirlo a ninguna dirección URL ni utilizar claves; se envía, una vez finalizado, en formato PDF a una dirección de correo electrónico y con una nomenclatura específica del archivo. Es imprescindible fechar tanto el trabajo escrito del IG2 como enviarlo por correo electrónico dentro del rango (una semana antes y una semana después de la fecha oficial de convocatoria).

Algunos estudiantes han reprobado ese examen por tomarlo a la ligera, sobre todo por no profundizar lo suficiente en las soluciones técnicas de control de riesgos que proponen o bien por saltarse las reglas estructurales del examen. A veces, también por enviar el examen a una dirección de correo equivocada y no darse cuenta hasta que ya es demasiado tarde.



Si sigues estos consejos, tienes una alta probabilidad de superar este ejercicio a la primera.

Pero no siempre las cosas salen bien y, por fortuna, si no pasas a la primera, los correctores proporcionan feedback. Estos comentarios de los correctores y calificadores son muy valiosos, ya que podrías volver a presentar el mismo trabajo mejorado con los consejos de los profesores. Aprovecha también para darle un repaso general y dejarlo aún mejor.

ERRORES FRECUENTES

- ✖ Enviar el ejercicio fuera de plazo.
- ✖ Enviarlo a una dirección de correo equivocada.
- ✖ Enviar una versión no acabada del trabajo.

En primer lugar, felicidades por haber llegado hasta el final de este material. Espero sinceramente que te haya resultado útil y enriquecedor, y que puedas aplicar todos estos consejos a lo largo de tu preparación. La clave para alcanzar tus objetivos radica en mantener una actitud proactiva, no solo en el ámbito académico, sino también en tu vida personal y laboral.

La proactividad implica anticiparse a los problemas, tomar la iniciativa y asumir la responsabilidad de tu propio aprendizaje y desarrollo. Para optimizar tu rendimiento, aquí tienes algunos tips adicionales que pueden parecer básicos, pero tienen un impacto significativo: asegúrate de dormir lo suficiente, comer saludablemente y hacer ejercicio regularmente. Además, practica técnicas de manejo del estrés, especialmente en los días previos al examen. "NO ES BROMA", recuerda que un cuerpo y mente en buen estado son esenciales para rendir al máximo en tus estudios y durante los exámenes.

Es muy importante que trates de mantener un equilibrio entre el estudio, la vida personal y laboral para lograr tus objetivos.



Conecta con tus tutores, no seas "escurridizo" y participa activamente en workshops y discusiones del curso para intercambiar ideas y resolver dudas.

La retroalimentación te permitirá identificar áreas de mejora y ajustar tus estrategias de estudio de manera más eficaz. Además, considera realizar autoevaluaciones periódicas para medir tu progreso y asegurar que estás en el camino correcto hacia el éxito en el IGC NEBOSH.



SOBRE EL AUTOR

Arsenio Valbuena

NEBOSH-IOSH Tutor | Master´s degree in industry and mining |
GradIOSH | EuroOSHM | Sociologist



Especialista destacado en Seguridad y Salud Laboral, reconocido internacionalmente por su trayectoria en la capacitación de profesionales para el curso IGC NEBOSH. A lo largo de más de 10 años, ha capacitado a numerosos estudiantes, quienes han logrado tasas de aprobación excepcionalmente altas gracias a su enfoque y a la implementación de técnicas de enseñanza efectivas.

Su éxito se fundamenta en una planificación meticulosa, el uso intensivo de recursos educativos de calidad y un soporte continuo y personalizado para cada estudiante. Estos elementos han permitido que

sus alumnos no solo aprueben sus exámenes con altas calificaciones, sino que también se conviertan en líderes en el ámbito de la Seguridad y Salud Laboral. Muchos de ellos han obtenido puestos clave en empresas de prestigio, contribuyendo significativamente a la mejora de la cultura de seguridad a nivel global.

Su objetivo es proporcionar una formación que no solo prepare a los estudiantes para aprobar sus exámenes, sino que también los equiepe con las habilidades necesarias para hacer un impacto duradero en sus lugares de trabajo. Con frecuencia, las empresas World Class lo solicitan como formador y también a sus alumnos para puestos de responsabilidad.

Te invito a que seas tú uno de esos estudiantes comprometidos a prepararse, pero sobre todo a que no dejes pasar la oportunidad de avanzar y transformar tu futuro profesional.

Este es el momento ideal para invertir en tu desarrollo y convertirte en un referente en el campo de la Seguridad y Salud Laboral.

¿Y ahora qué puedes hacer?

¡Aprovecha al máximo los recursos de ELINOR!

MANTENTE AL DÍA

- Síguenos en LinkedIn para no perderte ninguna novedad, desde fechas de cursos hasta consejos prácticos. [ENLACE](#)
- Únete a la comunidad de LinkedIn de Elinor para conectar con otros estudiantes y profesionales, compartir experiencias y ampliar tus conocimientos

AMPLÍA TUS HORIZONTES

- Visita la web de Elinor y descubre la amplia gama de cursos presenciales y a distancia que te ofrecemos, inscríbete en el curso de tu preferencia y adquiere las habilidades y conocimientos que necesitas para alcanzar tus metas profesionales. [ENLACE](#)

Contacto

Móvil y WhatsApp

+34 687 69 52 65
+34 659 141 436

Teléfono

+34 984 08 99 46

Correo

internacionalelinor.es

Página web

www.elinorinternacional.com

LinkedIn

Elinorformacion



