



LECCIONES APRENDIDAS

Junio 2023

GUARDIANES
de la Seguridad y la Salud

Subdirección de Desarrollo del Talento Humano



¿QUÉ HACER SI SUFRES UN ACCIDENTE LABORAL?

- 1** Informa del accidente a tu jefe inmediato(a) o al(la) supervisor(a) del contrato.
- 2** Reporta el accidente a la ARL Positiva comunicándote al teléfono 601 6000811.
- 3** Tú, tu jefe inmediato(a) o supervisor(a) del contrato debe informar a la Subdirección de Desarrollo del Talento Humano, quienes autorizarán la atención y acompañarán el proceso.
- 4** Asiste a la IPS que te sea indicada por la ARL para que se te brinden las prestaciones asistenciales requeridas.
- 5** Atiende las llamadas de seguimiento que se harán desde la Subdirección de Desarrollo del Talento Humano y asiste a la citación de investigación del accidente de trabajo.

Recuerda:

Es importante estar atento(a) y reportar todo acto y condición insegura que se presente a nuestro alrededor:

ACTO INSEGURO



Es la acción u omisión del servidor(a) que origina un riesgo contra su seguridad y la de sus compañeros. Los actos inseguros constituyen el factor humano más importante que causa los accidentes en el ámbito laboral.

Ejemplos:

- Utilizar las sillas con ruedas o escritorios para realizar trabajos en alturas.
- No utilizar Elementos de Protección Personal.

CONDICIÓN INSEGURA

Son aquellas situaciones de riesgo que se presentan en el lugar de trabajo y que pueden llegar a generar accidentes de trabajo.



Ejemplos:

- Pisos húmedos, resbalosos o deteriorados.
- Alumbrado deficiente.
- Falta de señalización.

PARA REALIZAR UN REPORTE SE DEBE DILIGENCIAR EL FORMATO 08-FR-050 "AUTORREPORTE DE ACTOS Y CONDICIONES INSEGURAS Y CONDICIONES DE SALUD"

LECCIONES APRENDIDAS

Junio 2023

Subdirección de Desarrollo del Talento Humano

GUARDIANES
de la Seguridad y la Salud

Subdirección de Desarrollo del Talento Humano

LECCIONES APRENDIDAS

Julio 2023

GUARDIANES
de la Seguridad y la Salud

Subdirección de Desarrollo del Talento Humano



¿QUÉ HACER SI SUFRES UN ACCIDENTE LABORAL?

- 1** Informa del accidente a tu jefe inmediato o al supervisor del contrato.
- 2** Reporta el accidente a la ARL Positiva comunicándote al teléfono 601 6000811.
- 3** Tú, tu jefe inmediato o supervisor del contrato debe informar a la Subdirección de Desarrollo del Talento Humano, quienes autorizarán la atención y acompañarán el proceso.
- 4** Asiste a la IPS que te sea indicada para que se te brinden las prestaciones asistenciales requeridas.
- 5** Atiende las llamadas de seguimiento que se harán desde el área de Seguridad y Salud en el Trabajo y asiste a la citación de investigación del accidente de trabajo.

LECCIONES APRENDIDAS

Julio 2023

»» No te expongas ««

El Riesgo Público está asociado a circunstancias sociales, que generan situaciones de agresión intencional de personas contra otras personas, lo que puede poner en riesgo la vida y la integridad física y emocional.

Como garantes de la protección y defensa de los Derechos Humanos debemos actuar ante cualquier circunstancia que vulnere a las personas, sin embargo, recordemos que nuestra integridad y bienestar está primero.

¡Prevenir accidentes es tarea de todos!

GUARDIANES
de la Seguridad y la Salud

Subdirección de Desarrollo del Talento Humano



LECCIONES APRENDIDAS

Julio 2023

GUARDIANES
de la Seguridad y la Salud

Subdirección de Desarrollo del Talento Humano



EL ESTRÉS LABORAL

Es una realidad latente que afecta al bienestar físico-psicológico del trabajador y puede deteriorar el clima de trabajo.



¿QUÉ LO GENERA?

- * Sobrecarga laboral
- * Comunicación ineficaz
- * Inadecuado ambiente físico-laboral



¿CÓMO COMBATIRLO?

- * Ejercicio
- * Dieta equilibrada
- * Dormir bien
- * Trabajar 8 horas diarias
- * Meditar
- * Conversar con allegados

Subdirección de Desarrollo del Talento Humano

LECCIONES APRENDIDAS

Julio 2023

GUARDIANES
de la Seguridad y la Salud
Subdirección de Desarrollo del Talento Humano

Subdirección de Desarrollo del Talento Humano

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN ESCALERAS.



Las caídas en escaleras son la causa principal de lesiones involuntarias de los accidentes en oficinas, ocurriendo más lesiones graves cuando se baja una escalera que cuando se sube. Una combinación de deficiencias en el diseño, alumbrado, visibilidad y atención, son generalmente los culpables de los resbalones, tropiezos y caídas en escaleras.

RECOMENDACIONES PARA EVITAR ACCIDENTES EN ESCALERAS

1. Suba o baje tranquilamente sin prisa, evitando correr o empujar.
2. Utilice el apoya manos.
3. Apoye perfectamente el pie en toda la superficie del escalón, para evitar resbalones o torceduras.
4. Utilice preferiblemente calzado plano.
5. Suba y baje concentrado, sin hablar, chatear o entretenerse con el celular u otro medio de comunicación.
6. Evite subir o bajar de dos en dos, los peldaños.
7. Transite siempre por el lado derecho.
8. Suba o baje sin elemento que obstaculicen la visibilidad y ocupen las dos manos.
9. Si hay una situación repentina que llame su atención, suspenda la marcha y atienda el evento.
10. Evite subir y bajar con las manos en los bolsillos.
11. Reporte visibilidad limitada, pasamanos flojos, débiles e inexistentes.

MANTENGA OJOS Y MENTE EN EL DESPLAZAMIENTO, PRESTANDO ATENCIÓN A LA ESCALERA DURANTE TODO EL RECORRIDO

¿QUÉ HACER SI SUFRES UN ACCIDENTE DURANTE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS ORGANIZADAS POR LA ENTIDAD?

LECCIONES APRENDIDAS

Julio 2023

- 1 Solicita atención inmediata del personal de primeros auxilios del lugar donde se está desarrollando la actividad deportiva.
- 2 Informa a la Subdirección de Desarrollo del Talento Humano, quienes reportarán el accidente a la ARL y acompañarán el proceso.
- 3 Asiste a la IPS que te sea indicada para que se te brinden las prestaciones asistenciales requeridas.
- 4 Informa a tu jefe inmediato tu estado de salud.

GUARDIANES
de la Seguridad y la Salud

Subdirección de Desarrollo del Talento Humano

¡Prevenir accidentes es tarea de todos!

Subdirección de Desarrollo del Talento Humano

LECCIONES APRENDIDAS

Julio 2023



Tips para prevenir accidentes deportivos

RECUERDA



Es importante Conocer las reglas del deporte o actividad física que realizas. El juego limpio es fundamental, ayuda a prevenir la aparición de lesiones.



Utilizar siempre correctamente el equipo protector según el deporte a realizar y verificar su perfecto estado, así como usar el traje deportivo adecuado.



Revisar que estén en adecuadas condiciones las superficies de práctica del deporte o actividad física.



Realizar calentamiento para preparar la mente, el cuerpo, los músculos, la oxigenación, favorecer la flexibilidad, relajación y concentración.

¡Prevenir accidentes es tarea de todos!

GUARDIANES
de la Seguridad y la Salud

Subdirección de Desarrollo del Talento Humano