



**AGROPECUARIA
YPF S.A.S
NIT: 900527482-4**



**UNIVERSIDAD
SANTOTOMAS**

MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	1 de 187

MANUAL DE CAPACITACIONES EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO EN LA EMPRESA AGROPECUARIA YPF SAS

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	1 de 187

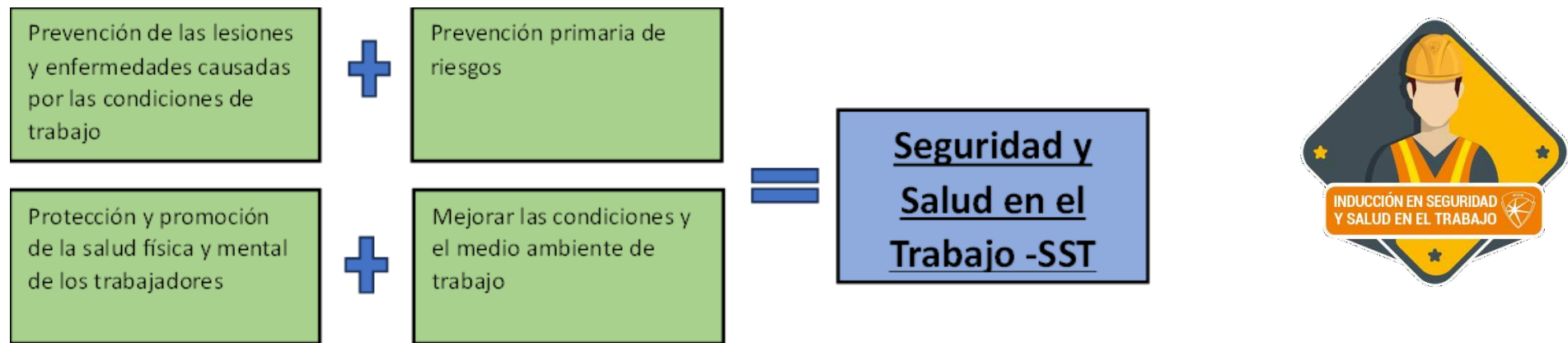
PROCESO	Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	PROCEDIMIENTO	Plan de Capacitación Anual
ACTIVIDAD	Capacitación Introducción a la seguridad y salud en el trabajo y al Sistema de Gestión de SST		
OBJETIVO	Realizar un abordaje inicial en la población trabajadora con el fin de generar conciencia sobre la importancia de la SST, las ventajas que tiene el SG-SST, las herramientas de prevención laboral con las que cuenta, y como este sistema articulado ayuda a mejorar el ambiente de trabajo, generar el bienestar, mejorar la calidad de vida laboral, la disminución de los accidentes laborales y el aumento de la productividad. Generar impactos positivos relacionando deberes y obligaciones de las partes contractuales con el fin de garantizar la integridad física y mental del colaborador sin afectar el desarrollo productivo de la compañía.		
ALCANCE	Este procedimiento aplica para todos los trabajadores de campo y administrativos de la empresa Agropecuaria YPF SAS		

CAPACITACIÓN	ACTIVIDADES	RESPONSABLES		FRECUENCIA	REGISTROS
		AREA	CARGO		
Introducción a la seguridad y salud en el trabajo y al Sistema de Gestión de SST	<p>El desarrollo de este módulo de capacitación comprenderá tres secciones de 1 hora cada una.</p> <ol style="list-style-type: none"> Seguridad y salud en el trabajo. Sistema de Gestión de seguridad y salud en el trabajo de la empresa Agropecuaria YPF SAS. Importancia de la SST en el desarrollo de las actividades labores. 	Dirección de Talento Humano y SST	Director administrativo de talento Humano y Coordinador de SST	Una vez cada seis meses.	Realizar un registro fotográfico junto con asistencia firmada. Grabar un pequeño video de la capacitación.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	1 de 187

CAPACITACIÓN INTRODUCCIÓN A LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO Y AL SISTEMA DE GESTIÓN DE SST

PRIMERA SECCIÓN: Seguridad y salud en el trabajo



La SST consiste en la mejora de las condiciones y los entornos de trabajo con el fin de garantizar el mantenimiento de la seguridad y la salud de los/as trabajadores/as durante su actividad laboral, y de proporcionar una indemnización si se produce una lesión relacionada con el trabajo. Se regula a escala internacional, regional y nacional. No se aplica únicamente a trabajos normalmente peligrosos, como el trabajo en altura o con productos químicos, sino a todos los lugares de trabajo, incluidas las oficinas.

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	1 de 187

La OIT es la organización multilateral que se ocupa de elaborar y supervisar el cumplimiento de las Normas Internacionales del Trabajo.

La OIT estima que 2,78 millones de trabajadores/as mueren cada año a causa de accidentes laborales y enfermedades relacionadas con el trabajo, y otros 374 millones sufren accidentes laborales no mortales. Esto equivale a 7 500 muertes por condiciones de trabajo inseguras e insalubres cada día, 6 500 de las cuales pueden atribuirse a enfermedades relacionadas con el trabajo, y 1 000 a accidentes laborales. (Organización Internacional del Trabajo, 2019)



Los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales tienen consecuencias devastadoras para los trabajadores, las empresas y comunidades y economías enteras. A pesar de las numerosas mejoras, la prevención de accidentes y enfermedades laborales sigue teniendo una importancia considerable a escala mundial.

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	1 de 187

Para realizar un trabajo seguro, es necesario considerar contar con información, capacitación y las medidas que aseguren atender los aspectos involucrados, como las herramientas que se utilizan, las máquinas que se operan, las condiciones ergonómicas y los agentes contaminantes ambientales o químicos. La salud laboral y la prevención de riesgos son un elemento imprescindible para que los empleados se encuentren satisfechos y motivados y, por consiguiente, sean productivos y rentables para la organización.

La prevención de riesgos laborales dispone de algunas medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo.

Que los trabajadores realicen aquellas actividades para las que, física y psicológicamente, están preparados para desempeñar sin ningún tipo de riesgo para su salud o seguridad



Que se instaure una Cultura Preventiva en la organización, promoviendo el establecimiento de un compromiso con la Seguridad en el trabajo, por todos los miembros de la empresa.



		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	1 de 187



Que se garantice el cumplimiento de los parámetros legales y requisitos normativos, evitando la producción de accidentes e imposición de sanciones



Que, a través, de una evaluación de riesgos, se identifique el estado preventivo de la empresa, implementando acciones que vayan dirigidas a eliminar los riesgos que puedan perturbar la seguridad de la empresa y los trabajadores.

Que, mediante los controles médicos pertinentes, se pueda vigilar el estado de salud de los trabajadores, teniendo en cuenta los potenciales riesgos que pueden derivar de la actividad que desarrollan.



Que se lleven a cabo actividades formativas dirigidas a prevenir las enfermedades profesionales y los accidentes laborales



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	1 de 187

SEGUNDA SECCIÓN: Sistema de Gestión de seguridad y salud en el trabajo de la empresa Agropecuaria YPF SAS



El Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST) abarca una disciplina que trata de prevenir las lesiones y las enfermedades causadas por las condiciones de trabajo, consiste en el desarrollo de un proceso lógico y por etapas, basado en la mejora continua, lo cual incluye la política, la organización, la planificación, la aplicación, la evaluación, la auditoría y las acciones de mejora con el objetivo de anticipar, reconocer, evaluar y controlar los riesgos que puedan afectar la seguridad y la salud en los espacios laborales. Tiene el objetivo de mejorar las condiciones laborales y el ambiente en el trabajo, además de la salud en el trabajo, que conlleva la promoción del mantenimiento del bienestar físico, mental y social de los empleados.

Figura 1: Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo



Tomado de: (Alcaldía de Santiago de Cali, 2018)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	1 de 187

Figura 2: Obligaciones de los Empleadores, Según Decreto 1072 del 2015.

Obligaciones de los Empleadores

seguridad y la salud de los trabajadores, acorde con lo establecido en la normatividad vigente. Dentro del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST en la empresa, el empleador tendrá entre otras, las siguientes obligaciones:

- 1** Definir, firmar y divulgar la política de Seguridad y Salud
- 2** Rendición de cuentas al interior de la empresa
- 3** Cumplimiento de los Requisitos Normativos Aplicables
- 4** Plan de Trabajo Anual en SST
- 5** Participación de los Trabajadores
- 6** Asignación y Comunicación de Responsabilidades
- 7** Definición y asignación de Recursos (financieros, técnicos y el personal necesario)
- 8** Gestión de los Peligros y Riesgos
- 9** Prevención y Promoción de Riesgos Laborales
- 10** Dirección de la Seguridad y Salud en el Trabajo SST en las Empresas
- 11** Integración de los aspectos de Seguridad y Salud en el Trabajo, al conjunto de sistemas de gestión, procesos, procedimientos y decisiones en la empresa

Tomado de: (Ministerio del Trabajo, GUÍA TÉCNICA DE IMPLEMENTACIÓN PARA MIPYMES)

El SG-SST debe ser liderado e implementado por el empleador, con la participación de los trabajadores, garantizando la aplicación de las medidas de Seguridad y Salud en el trabajo, el mejoramiento del comportamiento de los trabajadores, las condiciones y el medio ambiente laboral, y el control eficaz de los peligros y riesgos en el lugar de trabajo

Figura 3: Responsabilidad de los Trabajadores en el SG-SST

Responsabilidades de los Trabajadores

Los trabajadores tenemos las siguientes responsabilidades en cuanto a Seguridad y Salud en el Trabajo:

- 1** Procurar el cuidado integral de nuestra salud.
- 2** Suministrar información Clara, veraz y completa sobre nuestro estado de salud.
- 3** Cumplir las normas, reglamentos e instrucciones del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.
- 4** Informar oportunamente al empleador acerca de los peligros y riesgos latentes en nuestro sitio de trabajo.
- 5** Participar en las actividades de capacitación en seguridad y salud en el trabajo definido en el plan de capacitación del SG- SST.
- 6** Participar y contribuir al cumplimiento de los objetivos del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST.

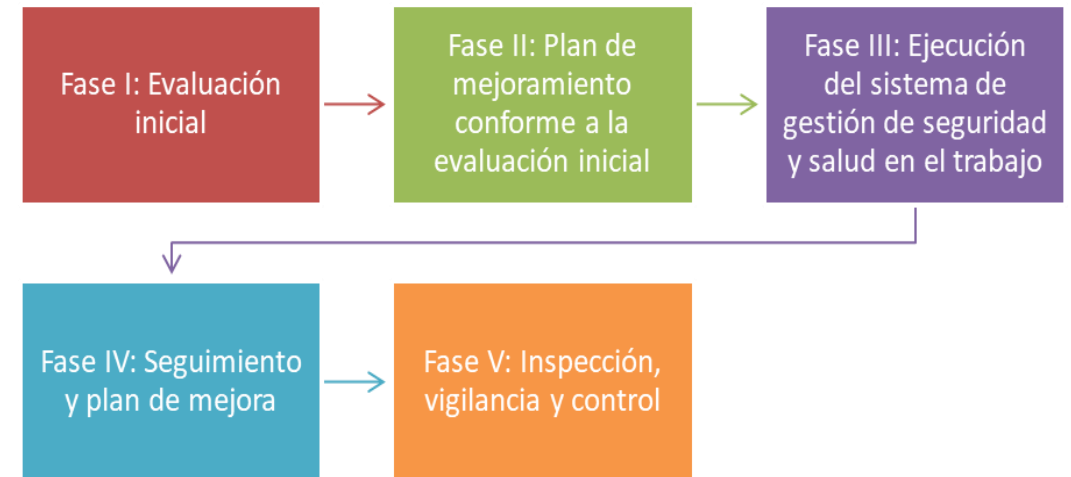
Tomado de: (Ministerio del Trabajo, GUÍA TÉCNICA DE IMPLEMENTACIÓN PARA MIPYMES)

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	1 de 187

Figura 4: Ciclo de Gestión del SG-SST.



FASES PARA EL DESARROLLO DEL SG-SST



Tomado de: (Organización Internacional del Trabajo, Ciclo de gestión de la SST, s.f.)

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	1 de 187

TERCERA SECCIÓN: IMPORTANCIA DE LA SST EN EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES LABORES.



Trabajar en un espacio seguro, tranquilo, saludable y confortable, es sin duda una necesidad para cualquier trabajador. Pero también es una obligación para las empresas y empleadores en general. Un empleado que no se sienta cuidado y protegido ante los accidentes, es muy difícil que se sienta satisfecho en su trabajo y con la suficiente sensación de bienestar. Por lo tanto, la salud laboral y la prevención de riesgos son un elemento imprescindible para que los empleados se encuentren satisfechos y motivados y, por consiguiente, sean productivos y rentables para las organizaciones



		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	11 de 187

La importancia de la seguridad y salud en el trabajo está representada por los beneficios que aporta a empleados y empleadores como:

- Se aumenta la productividad y rentabilidad de las empresas.
- Mejora del ambiente de trabajo, el bienestar y la calidad de vida laboral.
- Disminución de las tasas de ausentismo.
- Mejora no sólo de la salud, sino también del bienestar y satisfacción de los trabajadores.
- Reducción de las tasas de accidentalidad y mortalidad por accidentes de trabajo
- Se fomentan los vínculos y la fidelidad entre el trabajador y su empresa, evitando la rotación y reteniendo los profesionales con mayor talento.
- Se mejora el clima laboral, la motivación y la participación.
- Se mejora la imagen corporativa de la empresa tanto a nivel interno (entre los propios trabajadores) como externo (entre los clientes y la sociedad en general).
- La sociedad en su conjunto se beneficia con una disminución de los costes sociales, sanitarios y de seguridad social, así como en concepto de indemnizaciones por accidente.



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

OBSERVACIONES:	Se sugiere realizar una actividad dinámica que permita evaluar lo aprendido.
-----------------------	--

CONTROL DE CAMBIOS				
VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	REVISÓ	APROBÓ
01	16/06/2023	N/a	LINA DANIELA REYES PITTO	DANIEL FELIPE LOZADA TORRES

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PROCESO	Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	PROCEDIMIENTO	Plan de Capacitación Anual
ACTIVIDAD	Capacitación de identificación de riesgos laborales específicos en la industria de la palma de aceite		
OBJETIVO	Capacitar a los empleados sobre los riesgos laborales específicos que se presentan en la industria de la palma de aceite		
OBJETIVOS ESPECIFICOS	<ul style="list-style-type: none"> Comprender la importancia de la identificación de riesgos laborales en la industria de la palma de aceite. Familiarizarse con los riesgos laborales específicos asociados a la industria de la palma de aceite en Colombia y en la empresa. Conocer las herramientas para la identificación de los riesgos laborales en las diferentes zonas de trabajo. Aprender sobre las medidas de control y prevención para minimizar los riesgos laborales. 		
ALCANCE	Este procedimiento aplica para todos los trabajadores de campo y administrativos de la empresa Agropecuaria YPF SAS		

CAPACITACIÓN	ACTIVIDADES	RESPONSABLES		FRECUENCIA	REGISTROS
		AREA	CARGO		
Identificación de los riesgos laborales en la industria de la palma de aceite	<p>El desarrollo de este módulo de capacitación comprenderá cuatro secciones de 30 minutos cada una.</p> <ol style="list-style-type: none"> Introducción Importancia de la identificación de los riesgos laborales en la industria de palma de aceite Peligros y Riesgos laborales en la industria de palma de aceite y la empresa Agropecuaria YPF SAS Identificación de los riesgos laborales en la empresa Agropecuaria YPF SAS 	Seguridad y Salud en el Trabajo SST	Coordinador de SST	Una vez cada seis meses.	Realizar un registro fotográfico junto con asistencia firmada. Grabar un pequeño video de la capacitación.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CAPACITACIÓN IDENTIFICACION DE LOS RIESGOS LABORALES EN LA INDUSTRIA DE PALMA DE ACEITE

PRIMERA SECCIÓN: Introducción

La industria de palma de aceite es una de las secciones más importantes en el sector agrícola en todo el mundo, representando un crecimiento orgánico y significativo debido a su gran diversidad en el mercado en las últimas décadas. El producto de aceite de palma se utiliza en una alta gama de productos como alimentos procesados, cosméticos, detergentes y biocombustibles.



		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Según MPOC (2021), la producción mundial de aceite de palma ha experimentado un rápido crecimiento, alcanzando aproximadamente 77 millones de toneladas en 2020. La palma de aceite se cultiva principalmente en países tropicales, con Indonesia y Malasia como los principales productores, seguidos de cerca por Tailandia y Colombia.

Figura 5

Países que más aceite de palma producen



La industria de la palma de aceite en Colombia es un sector económico importante con un alto potencial de desarrollo. Según datos del Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural (MADR), Colombia es el cuarto productor mundial de aceite de palma, con una producción que ha aumentado constantemente en los últimos años (MADR, 2021)

Figura 6

Cultivo de palma de aceite en Colombia



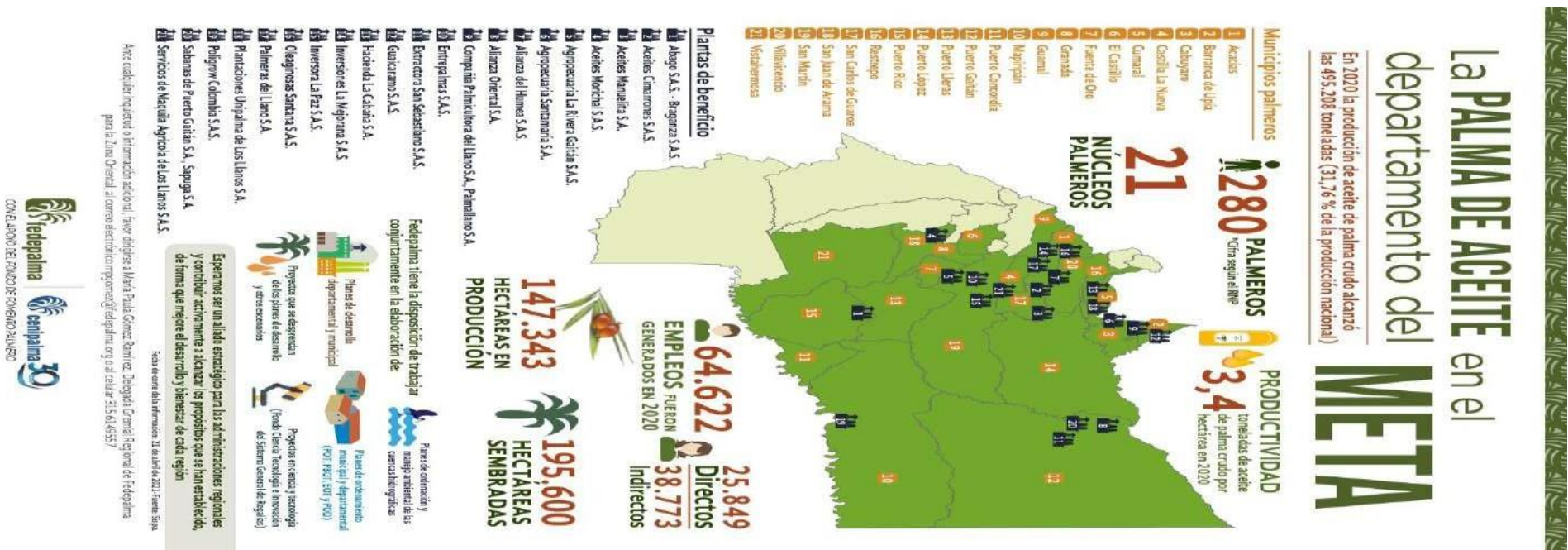
Tomado de (Monica, 2019)

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Importancia económica de la palma de aceite en Colombia (departamento del Meta)

Figura 7

Infografía de la palma de aceite en el departamento del meta



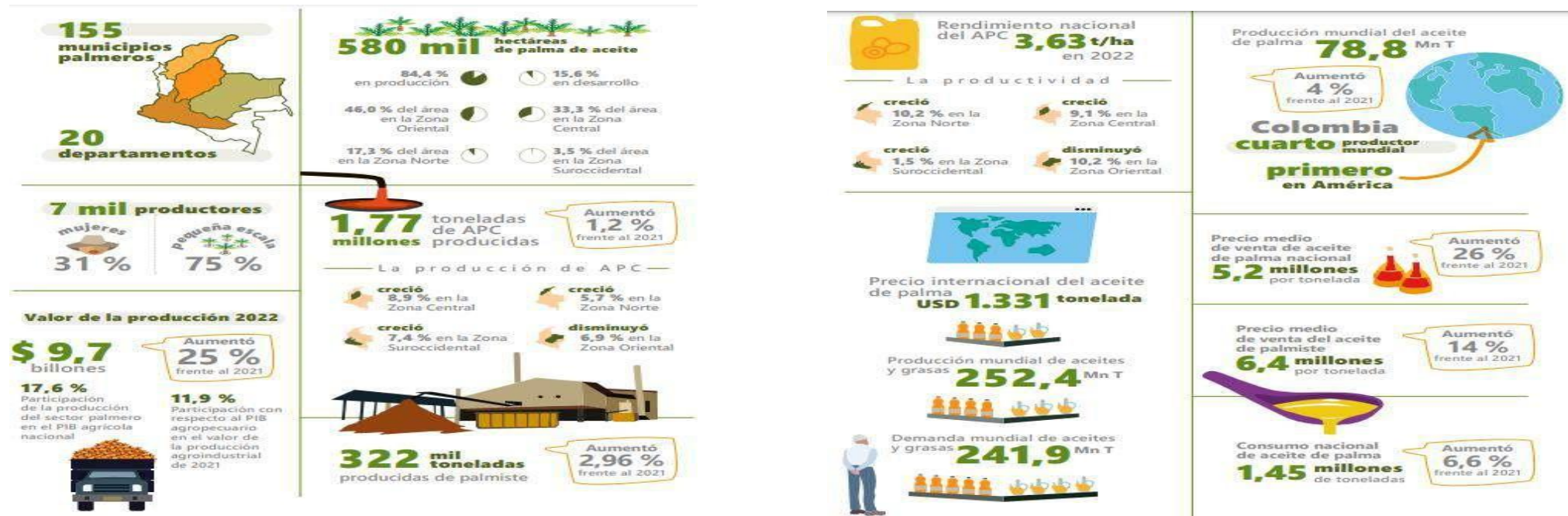
Tomado de (Federación Nacional de Cultivadores de Palma de Aceite., Fedepalma, 2021).

 <p>AGROPECUARIA YPF S.A.S NIT: 900527482-4</p>	 <p>UNIVERSIDAD SANTO TOMAS</p>	<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Datos estadísticos sobre la producción de palma de aceite en Colombia

Figura 8

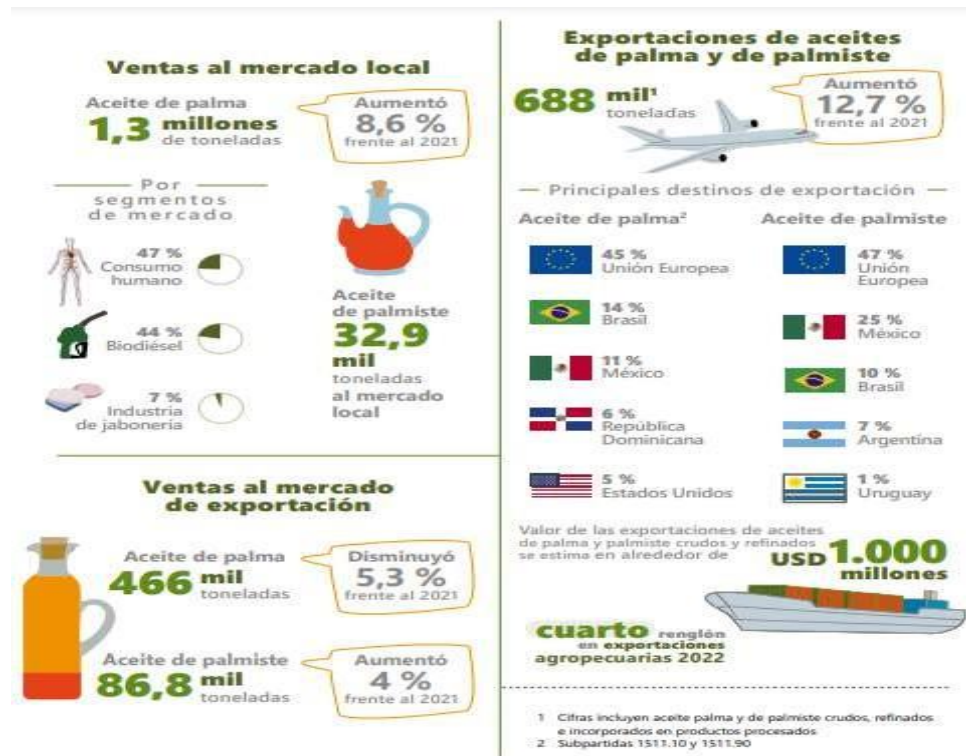
Desempeño del sector palmero 2022



Tomado de (Fedepalma, 2022)

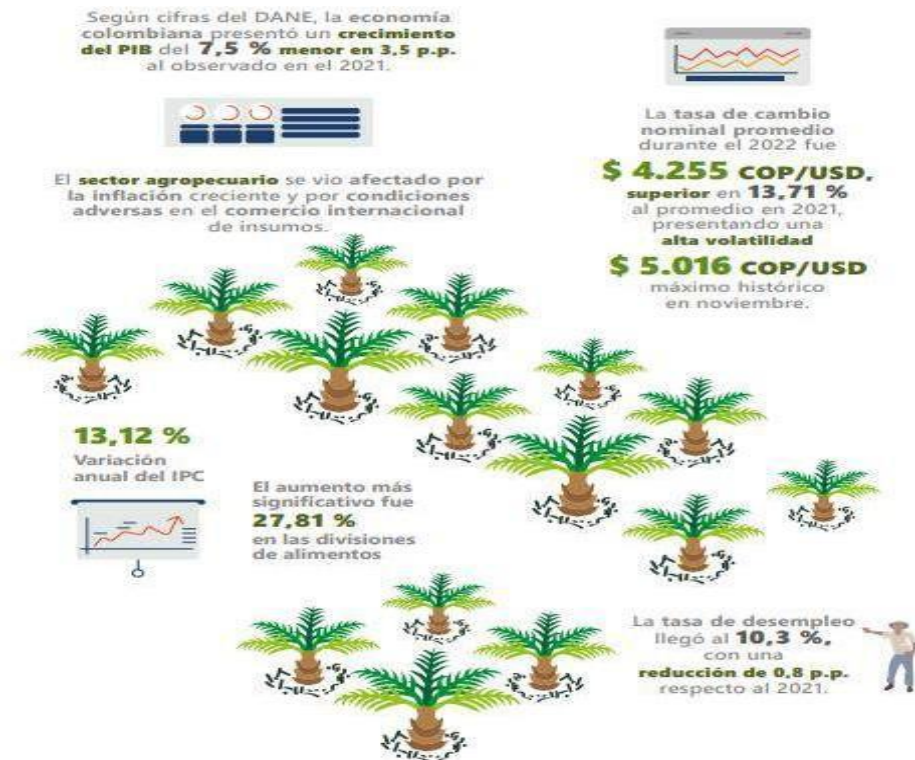
		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 9
Mercado nacional y exportaciones



Tomado de (Fedepalma, 2022)

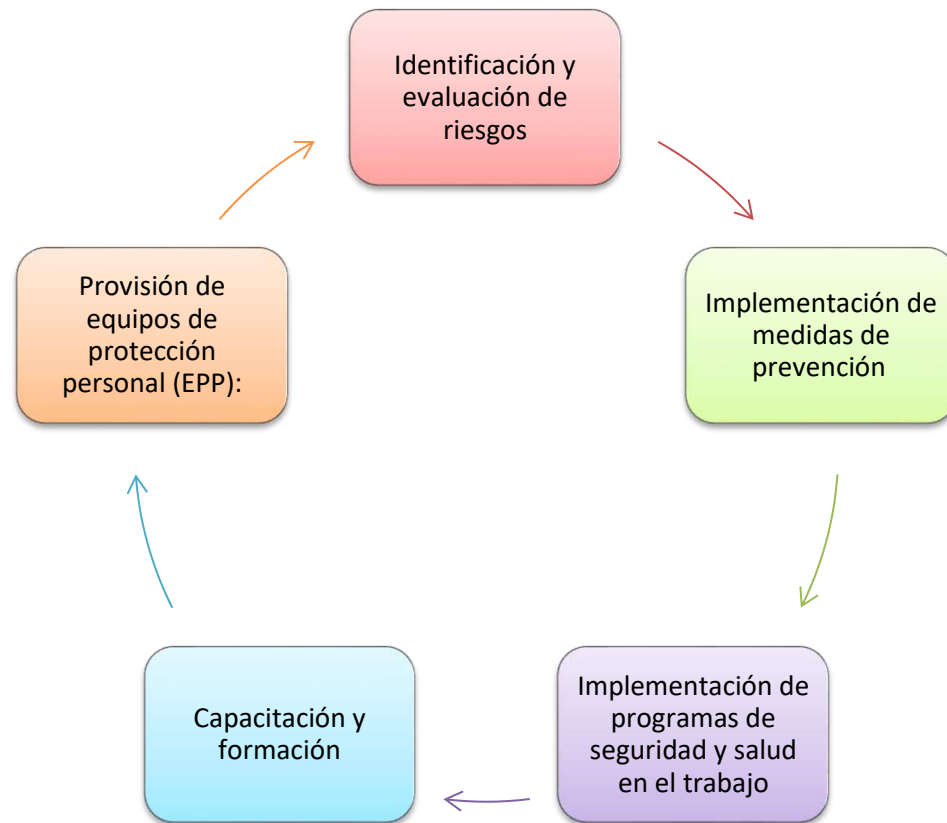
Figura 10
Entorno económico



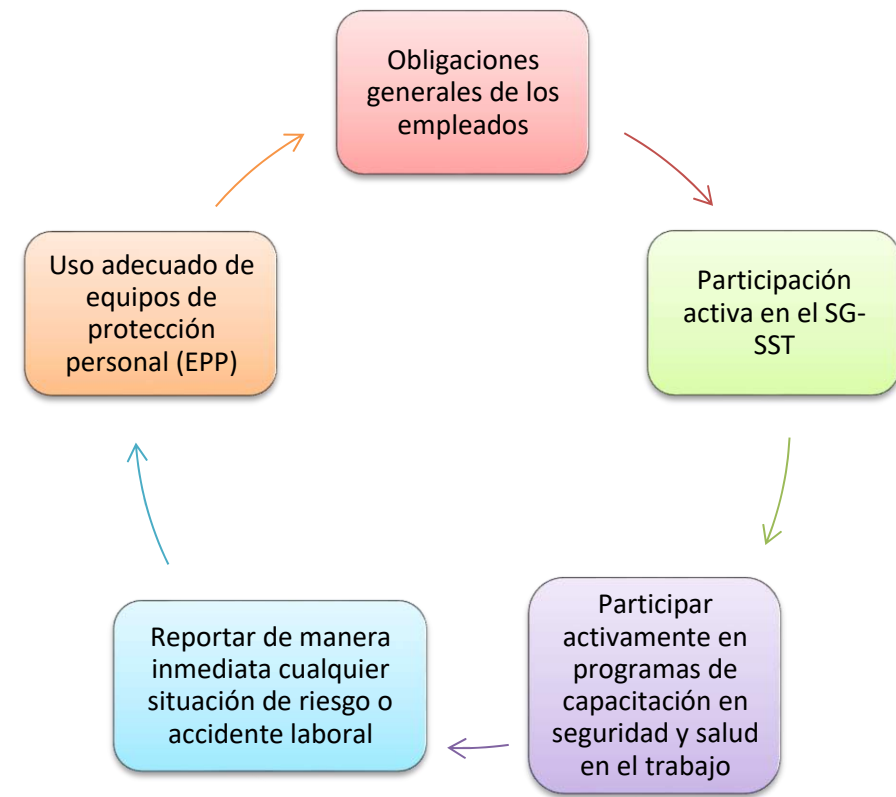
Tomado de (Fedepalma, 2022)

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Obligaciones y responsabilidad de los EMPLEADORES en Seguridad y Salud en el Trabajo**



- **Obligaciones y responsabilidad de los EMPLEADOS en Seguridad y Salud en el Trabajo**



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SEGUNDA SECCION: Importancia de la identificación de los riesgos laborales

- **Consecuencias de los riesgos laborales**

- 

Lesiones y enfermedades laborales
- 


Perdidas de vidas humanas
- 

Impacto en la productividad y eficiencia
- 


Responsabilidad legal y costos adicionales
- 

Impacto en la reputación y responsabilidad social

- **Beneficios de la identificación temprana de los riesgos laborales**

- 

Protección de la salud y seguridad de los trabajadores
- 

Reducción de accidentes y lesiones laborales
- 

Cumplimiento de la normatividad
- 

Mejora del clima laboral
- 

Ahorro de costos a largo plazo

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Marco legal en Colombia**

Decreto 1072 de 2015: Este es el reglamento general de seguridad y salud en el trabajo en Colombia. Establece las disposiciones para la identificación, evaluación y control de los riesgos laborales en todas las actividades económicas del país.

Resolución 0312 de 2019: Esta resolución establece los lineamientos técnicos para la identificación de peligros, evaluación y valoración de los riesgos laborales, así como para la determinación de los controles necesarios.

Resolución 2400 de 1979: Esta resolución, expedida por el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, establece las disposiciones mínimas de seguridad y salud en el trabajo. Contiene orientaciones sobre la identificación de riesgos, medidas preventivas y obligaciones de los empleadores y trabajadores.

Ley 1562 de 2012: Esta ley reformó el sistema de riesgos laborales en Colombia. Establece la obligación de los empleadores de identificar, evaluar y controlar los riesgos laborales, así como implementar programas de salud ocupacional y brindar capacitación a los trabajadores.

Resolución 2646 de 2008: Esta resolución establece las disposiciones para la prevención, diagnóstico, tratamiento, rehabilitación y seguimiento de los trastornos mentales relacionados con el trabajo. Incluye pautas para la identificación de factores de riesgo psicosocial en el entorno laboral.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SECCION TERCERA: Riesgos laborales en la industria de palma de aceite

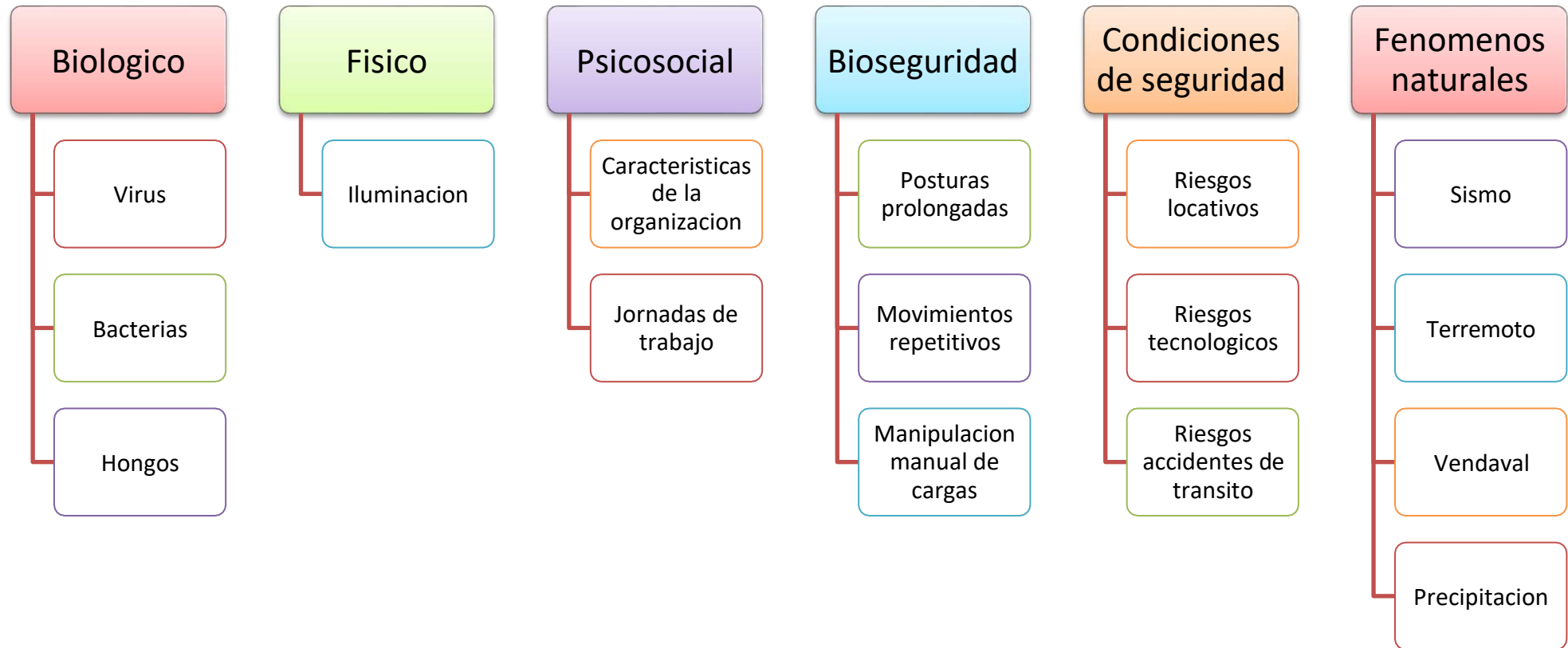
- **Clasificación de los riesgos**

						
<p>Biologico: Virus, bacterias, hongos, rickettsias, parásitos, picaduras, mordeduras, fluidos o excrementos.</p>	<p>Fisico: ruido, Iluminación, vibración, temperaturas extremas, Presión atmosférica, radiaciones ionizantes, radiaciones no ionizantes</p>	<p>Quimico: polvos orgánicos e inorgánicos, fibras, líquidos, gases y vapores, humos metálicos o no metálicos, material particulado</p>	<p>Psicosocial: Gestion organizacional, organizacion del trabajo, características del grupo social de trabajo, condiciones de la tarea, interfase personatarea, jornada de trabajo</p>	<p>Biomecanico: postura, esfuerzo, movimientos repetitivos, manipulación manual de cargas.</p>	<p>Condiciones de seguridad: Mecanico, electrico, locativo, tecnologico, accidentes de transito, publicos, trabajo en altura y espacios confinados</p>	<p>Fenomenos naturales: sismo, terremoto, vendaval, inundación, derrumbe, precipitación.</p>

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

• **Riesgos labores específicos en la empresa Agropecuaria YPF SAS**

AREA ADMINISTRATIVA

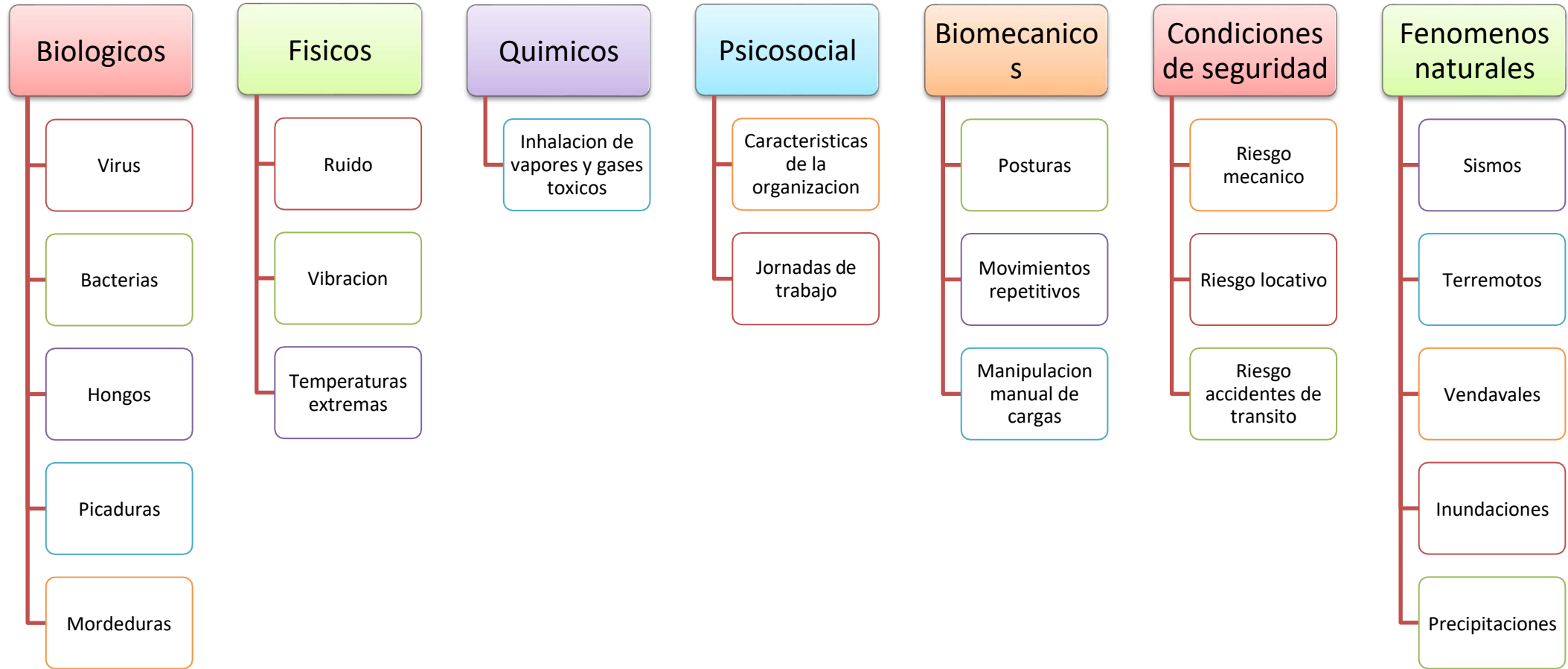




MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187






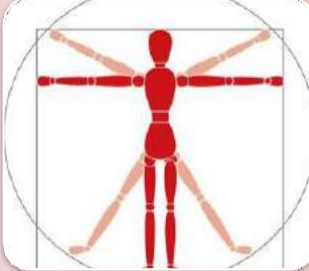
AREA DE CAMPO - FINCA



		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SECCION CUARTA: Identificación de los riesgos laborales

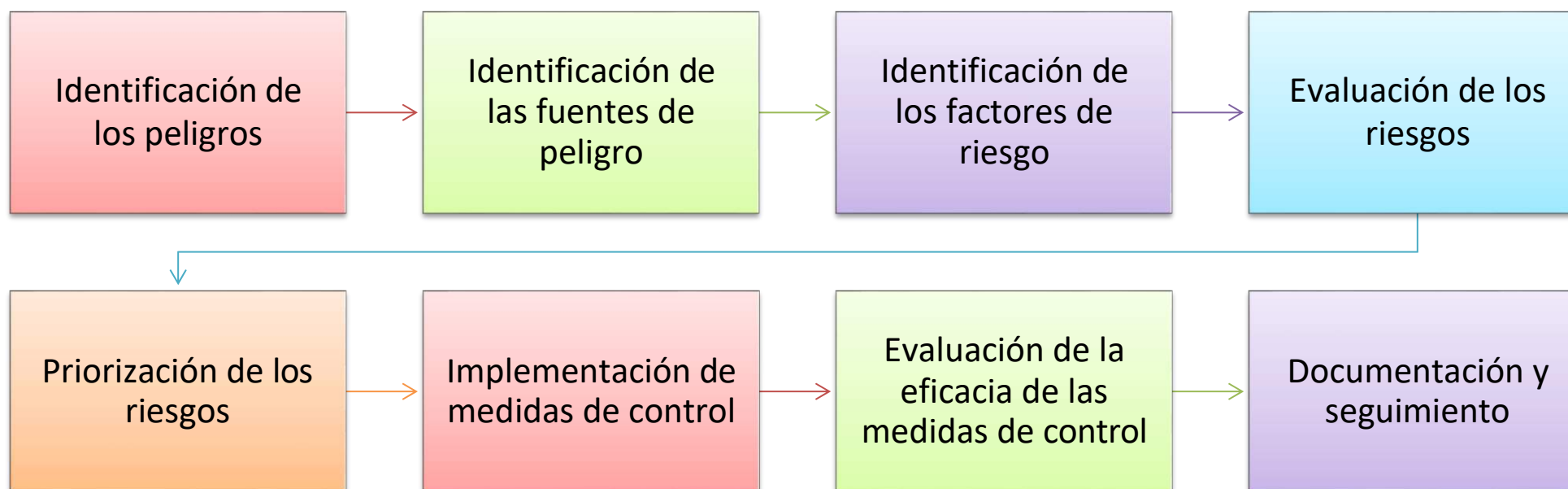
- **Métodos y herramientas para la identificación**

					
<p>Inspecciones de seguridad: Consiste en realizar visitas periódicas a los lugares de trabajo para identificar posibles riesgos y condiciones inseguras</p>	<p>Análisis de tareas: implica descomponer las tareas en pasos específicos y analizar los posibles riesgos asociados a cada uno de ellos</p>	<p>Observación directa: Consiste en observar directamente el trabajo realizado por los empleados para identificar riesgos potenciales</p>	<p>Encuestas y cuestionarios Se utilizan para recopilar información sobre las percepciones y experiencias de los trabajadores en relación con los riesgos laborales</p>	<p>Análisis de incidentes y accidentes Consiste en investigar los incidentes y accidentes ocurridos en el lugar de trabajo para identificar las causas y los factores de riesgo asociados</p>	<p>Análisis ergonómico Se enfoca en evaluar los factores ergonómicos que pueden afectar la salud y seguridad de los trabajadores, como la postura, el levantamiento de cargas, los movimientos repetitivos, entre otros.</p>

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Evaluación de riesgos laborales: Matriz GTC 45**

La evaluación de los riesgos laborales en la empresa Agropecuaria YPF SAS se realiza por medio de esta herramienta, la matriz GTC 45 también conocida como Guía Técnica Colombiana 45, es una herramienta ampliamente utilizada en la evaluación de riesgos laborales en diversos sectores, incluida la industria de la palma de aceite. Aunque la GTC 45 es una normativa colombiana, sus principios y enfoques son aplicables en diferentes contextos. A continuación, se presentarán los pasos para la aplicación de esta en la empresa.



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

OBSERVACIONES:	
-----------------------	--

CONTROL DE CAMBIOS				
VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	REVISÓ	APROBÓ
01	16/06/2023	N/a	LINA DANIELA REYES PITTO	DANIEL FELIPE LOZADA TORRES

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PROCESO	Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	PROCEDIMIENTO	Plan de Capacitación Anual
ACTIVIDAD	Prevención de Accidentes de Trabajo.		
OBJETIVO	Generar una cultura preventiva como compromiso por la seguridad, la promoción de la salud, el bienestar de todos los empleados creando conciencia de la importancia de evitar la ocurrencia de los accidentes de trabajo.		
ALCANCE	Este procedimiento aplica para todos los trabajadores de campo y administrativos de la empresa Agropecuaria YPF SAS		

CAPACITACIÓN	ACTIVIDADES	RESPONSABLES		FRECUENCIA	REGISTROS
		AREA	CARGO		
Prevención de Accidentes de Trabajo.	<p>El desarrollo de este módulo de capacitación comprenderá tres secciones de 30 minutos cada una.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Accidente de Trabajo. 2. Como evitar un Accidente de Trabajo. 3. Cultura Preventiva. 	SST	Líder y Coordinador de SST	Una vez cada dos meses.	Realizar un registro fotográfico junto con asistencia firmada. Grabar un pequeño video de la capacitación.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PRIMERA SECCIÓN: ACCIDENTE DE TRABAJO

¿Qué es un Accidente de Trabajo?



Todo suceso repentino que sobrevenga por causa o con ocasión del trabajo, y que produzca en el trabajador una lesión orgánica, una perturbación funcional o psiquiátrica, invalidez o la muerte



El que se produzca durante la ejecución de órdenes del empleador o durante la ejecución de una labor bajo su autoridad, aún fuera del lugar y horas de trabajo.



El que ocurra durante el traslado de los trabajadores desde su residencia a los lugares de trabajo o viceversa, cuando el transporte lo suministre el empleador.



El que se produzca por la ejecución de actividades recreativas, deportivas o culturales, cuando se actúe por cuenta o en representación del empleador, o en la empresa usuaria cuando se trate de trabajadores de empresas de servicio temporales que se encuentren en misión.



El que se presente durante el ejercicio de la función sindical, aunque el trabajador se encuentre en permiso sindical, siempre que el accidente se produzca en cumplimiento de dicha función.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

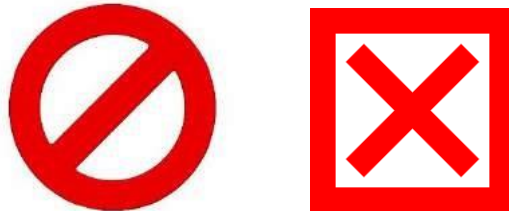
CLASIFICACIÓN DE LOS ACCIDENTES DEL TRABAJO SEGÚN LA FORMA DEL ACCIDENTE

- Caídas de personas con desnivelación, caídas desde alturas y en profundidades.
 - Caídas de personas que ocurren al mismo nivel.
 - Caídas de objetos
 - Derrumbe
 - Desplome (de edificios, de muros, de andamios, de escaleras, de pilas de mercancías).
 - Caídas de objetos en curso de manutención manual.
 - Pisadas sobre objetos.
 - Choques contra objetos inmóviles.
- (Organización Internacional del Trabajo, 2017)
- Choque o golpes contra objetos móviles.
 - Atrapada entre objetos móviles e inmóviles.
 - Esfuerzos físicos excesivos al levantar, empujar, manejar, lanzar objetos o tirar de ellos.
 - Falsos movimientos.
 - Exposición a, o contacto con, temperaturas extremas (Calor, Frio)
 - Contacto con sustancias u objetos ardientes o muy fríos.
 - Exposición a, o contacto con, la corriente eléctrica.
 - Exposición a, o contacto con, sustancias nocivas o radiaciones.
 - Otros.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Cuando este sucede por fuera de las instalaciones de trabajo, durante horario no laboral, en medio de permisos remunerados o sin remunerar, durante la asistencia de citas médicas u otros permisos otorgados por el empleador y que no sean provenientes de una actividad de trabajo.

Cuando el accidentado realiza labores por su cuenta sin previa autorización de su jefe inmediato.



Accidentes debidos a dolo del accidentado: se considera que hay dolo cuando el trabajador de manera consciente, voluntaria y maliciosa se provoca un accidente para obtener las prestaciones que se derivan del mismo.



Los que sean debidos a fuerza mayor extraña al trabajo. Se entiende fuerza mayor aquella actividad que es realizada pero no tiene nada que ver con el con las actividades para las que fue contratado



Los que sean debidos a imprudencia del accidentado, la persona debe haber actuado de manera contraria a las normas, instrucciones u órdenes de forma reiterada y notoria en materia de seguridad e higiene.

Si el trabajador corre por su cuenta con el desplazamiento de su casa al trabajo o del trabajo a su casa no es considerado accidente de

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SEGUNDA SECCIÓN: COMO EVITAR UN ACCIDENTE DE TRABAJO.

En la mayoría de los casos, los accidentes de trabajo suceden debido a las condiciones peligrosas que existen en los equipos, maquinarias, herramientas de trabajo e instalaciones, así como por la actitud o actos inseguros de los trabajadores al realizar sus actividades

CONDICIONES PELIGROSAS

- Métodos de trabajo y procedimientos de trabajo incorrectos
- Defectos en los equipos, maquinarias, herramientas de trabajo e instalaciones
- Incorrecta colocación de los materiales o productos en las áreas de trabajo
- Maquinarias y herramientas en mal estado
- Instalaciones con deficiente mantenimiento
- Falta de orden y limpieza en las áreas de trabajo



ACTOS INSEGUROS

- Provocar situaciones de riesgo que ponen en peligro a otras personas
- Usar de manera inapropiada las manos u otras partes del cuerpo
- Llevar a cabo actividades u operaciones sin previo adiestramiento
- Operar equipos sin autorización
- Limpiar, engrasar o reparar maquinaria cuando se encuentra en movimiento

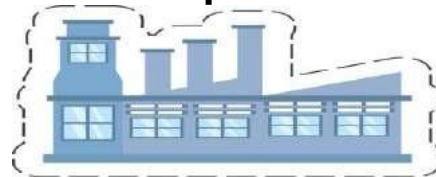
- No usar el equipo de protección personal



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CLAVES PARA REDUCIR EL NÚMERO DE ACCIDENTES LABORALES

Empresa



- 1.** Conocer los riesgos que pueden estar asociados a cada puesto de trabajo.
- 2.** Adoptar todas aquellas medidas preventivas necesarias que logren poner freno al riesgo.
- 3.** Desarrolla un manual de actuación para tener previsto y establecido un protocolo en caso de que ocurran accidentes.
- 4.** Brindar constante capacitación al personal sobre los riesgos a los que están expuestos, como actuar ante una emergencia, y cultura preventiva.
- 5.** Permitir y generar espacios de descanso donde las personas trabajadoras puedan acudir para desconectar y tomar pausas activas.

Empleado



- 1.** Informar a la empresa de cualquier riesgo no percibido por el sistema preventivo que pueda suponer un peligro para su salud.
- 2.** Usar los elementos de protección Personal de forma correcta.
- 3.** Los espacios de trabajo deben mantener un protocolo de higiene y orden básico y estricto para evitar riesgos innecesarios
- 4.** Conocer los riesgos que pueden estar asociados a su cargo y desarrollo de sus funciones.
- 5.** Tomar conciencia de lo que están haciendo en cada momento para evitar distracciones y posibles lesiones. Todos los trabajadores deben ser conscientes en todo momento de los movimientos, tareas y acciones que conlleva su trabajo.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 11: Recomendaciones Generales para la Prevención de Accidentes Laborales.



RECOMENDACIONES PARA PREVENIR ACCIDENTES LABORALES

- 1 Aplicar técnicas, procedimientos y prácticas de prevención.
- 2 Trabajar bajo los métodos y procedimientos adecuados
- 3 Hacer uso de maquinaria, equipo y herramientas manuales, eléctricas, neumáticas o portátiles, con los dispositivos de seguridad instalados
- 4 Colocar o almacenar de manera correcta los materiales o productos que se procesan en el centro de trabajo

EVITAR COMPORTAMIENTOS O ACTOS INSEGUROS

- 5 No realizar Actividades u operaciones sin previo adiestramiento
- 6 No operar equipos sin autorización
No quitar o bloquear dispositivos de seguridad
- 7 No Jugar o hacer bromas en el trabajo.
Limpiar, engrasar o reparar maquinaria en movimiento
- 8 Utilizar herramientas inadecuadas.
No usar equipo de protección indicado.

Tomado de: (SIRCON SEGUROS, 2021)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

TERCERA SECCIÓN: CULTURA PREVENTIVA



Cultura Preventiva: Es el conjunto de actitudes y creencias positivas, compartidas por todos los miembros de una empresa sobre salud, riesgos, accidentes, enfermedades y medidas preventivas.

Cultura de la prevención: La del compromiso por la seguridad, la promoción de la salud y el control total de pérdidas se fundamenta en el compromiso y la participación

Objetivo: El principal objetivo es promover la seguridad y salud mediante el liderazgo visible y ejemplar. Esto es posible gracias a que toda la empresa está concienciada e integra la filosofía preventiva en el día a día. De esta forma, los trabajadores pueden desarrollar sus actividades en un ambiente de trabajo seguro.



Importancia: La cultura preventiva apoya a la prevención de accidentes laborales, protegiendo la integridad en materia de seguridad y salud a todos los niveles.

Su implantación mejora la productividad y el posicionamiento de la empresa, reduciéndolos costes derivados de la “no seguridad”, y ofreciendo entornos más seguros y saludables.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

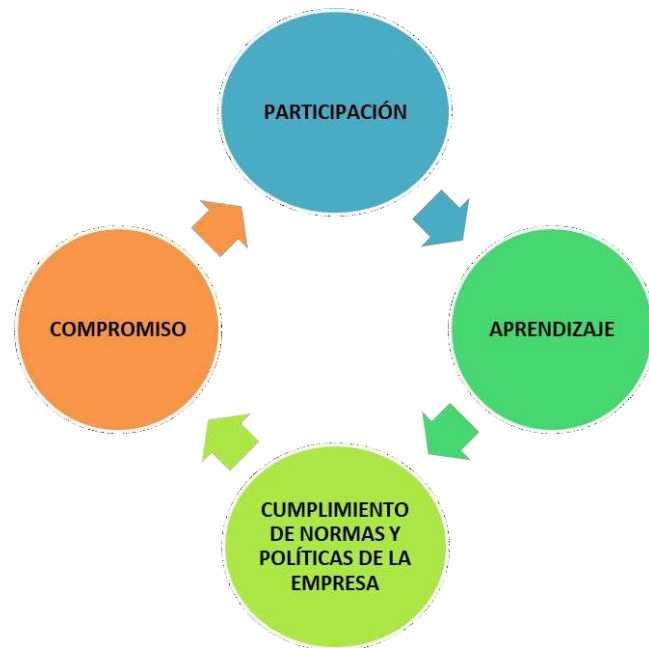
PRINCIPIOS DE LA CULTURA PREVENTIVA - EMPRESA

- Prestar atención a las condiciones de trabajo. Las relaciones con los trabajadores tienen que ser la prioridad, y por esto, deben asegurarse las condiciones de trabajo de forma segura y saludable. Las condiciones de trabajo son el conjunto de variables que determinen la calidad de la vida laboral. Puede ser factor de riesgo y generar daños laborales de todo tipo, por el contrario, contribuyen al bienestar y la salud de las personas y las empresas.
- Interés especial. La satisfacción en el trabajo como uno de los principales objetivos de una política acertada en este campo, se debe ver los resultados que se quieren conseguir, así como alcanzar de forma complementaria un buen clima laboral.
- Innovación y mejora de forma continua. La necesidad de adaptación de la organización a los continuos cambios y exigencias requiere que se desarrolle de forma plena la capacidad de innovación en todos los ámbitos. Los recursos a la investigación y desarrollo en la organización son esenciales.
- Participar y trabajar en equipo. La participación de los empleados es fundamental en la buena marcha de la empresa. Las personas demandan participar en todas aquellas decisiones que de alguna forma les afectan. Sus opiniones deben ser consideradas, y de ser posible aplicadas.
- Formación continua. La formación es el instrumento fundamental para que las personas mejoren sus aptitudes y actitudes en el trabajo, y es necesario en el proceso de cambio. El lugar de trabajo debería ser el medio adecuado para desarrollar los conocimientos y habilidades necesarias, siempre que la organización ponga los medios adecuados y las propias actividades laborales sean fuente de aprendizaje.
- Calidad integral de productos, servicios y procesos. La organización debe tener una clara orientación a sus clientes para conseguir la satisfacción de sus necesidades y expectativas

Tomado de: (NUEVA ISO 45001:2018, 2021)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PRINCIPIOS DE LA CULTURA PREVENTIVA - TRABAJADORES



Compromiso: Cuando todos los trabajadores tienen la cultura preventiva inculcada, el equipo estará comprometido y alineado para ir juntos a por el mismo objetivo.

Participación: La participación de los trabajadores es de vital importancia. Los empleados deben trabajar junto con la dirección para establecer medidas preventivas y prever situaciones de riesgo en el trabajo.

Aprendizaje: La constante formación de los trabajadores hará que conozcan correctamente el uso de los equipos, sus riesgos, las herramientas de seguridad, actuaciones específicas, etc.

Cumplimiento de Normas y Políticas de la empresa: Las políticas y reglas de una empresa juegan un papel muy importante, dado que sirven como guía y lineamiento para que se cumplan objetivos de negocio y para impartir orden frente a la conducta de los trabajadores, cumplir con las normas establecidas permite que se trabaje en un ambiente seguro.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

OBSERVACIONES:	Se sugiere realizar una actividad dinámica que permita evaluar lo aprendido.
-----------------------	--

CONTROL DE CAMBIOS				
VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	REVISÓ	APROBÓ
01	16/06/2023	N/a	LINA DANIELA REYES PITTO	DANIEL FELIPE LOZADA TORRES

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PROCESO	Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	PROCEDIMIENTO	Plan de Capacitación Anual
ACTIVIDAD	Capacitación sobre el uso adecuado de los elementos de protección personal		
OBJETIVO	Capacitar a todos los empleados de la empresa Agropecuaria YPF SAS sobre el uso adecuado de los elementos de protección personal.		
OBJETIVOS ESPECIFICOS	<ul style="list-style-type: none"> • Comprender la importancia del uso adecuado de los Elementos de Protección Personal (EPP) en el entorno laboral de la industria de la palma de aceite. • Identificar y familiarizarse con los diferentes tipos de EPP utilizados en la industria de la palma de aceite. • Conocer los procedimientos adecuados para el cuidado, mantenimiento y almacenamiento de los EPP. • Entender las consecuencias de no utilizar o utilizar incorrectamente los EPP en términos de seguridad y salud laboral. 		
ALCANCE	Este procedimiento aplica para todos los trabajadores de campo y administrativos de la empresa Agropecuaria YPF SAS		

CAPACITACIÓN	ACTIVIDADES	RESPONSABLES		FRECUENCIA	REGISTROS
		AREA	CARGO		
Uso adecuado de los elementos de protección personal	<p>El desarrollo de este módulo de capacitación comprenderá cuatro secciones de 30 minutos cada una.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introducción 2. Tipos de elementos de protección personal EPP 3. Lineamiento para el uso adecuado de los elementos de protección personal EPP 4. Consecuencias de no utilizar o de utilizar incorrectamente los elementos de protección personal EPP 	Seguridad y Salud en el Trabajo SST	Coordinador de SST	Una vez cada seis meses.	Realizar un registro fotográfico junto con asistencia firmada. Grabar un pequeño video de la capacitación.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CAPACITACIÓN USO ADECUADO DE LOS ELEMENTOS DE PROTECCION PERSONAL

PRIMERA SECCION: Introducción

- **Que son los elementos de protección personal y para qué sirven**

Los elementos de protección personal son dispositivos o equipos diseñados para salvaguardar la integridad física de las personas de peligros y riesgos inherentes de las actividades a realizarse.

Figura 12

Equipos de protección personal



Tomado de (Safety Culture, 2022)

Los EPP se utilizan en una amplia gama de sectores y actividades laborales, como la construcción, la industria manufacturera, la minería, la salud, la agricultura, la industria química, entre otros. Su objetivo principal es minimizar los riesgos y mantener la integridad física de los trabajadores, proporcionándoles una barrera de protección frente a diferentes amenazas o situaciones peligrosas.

Figura 13

Tipos de elementos de protección personal



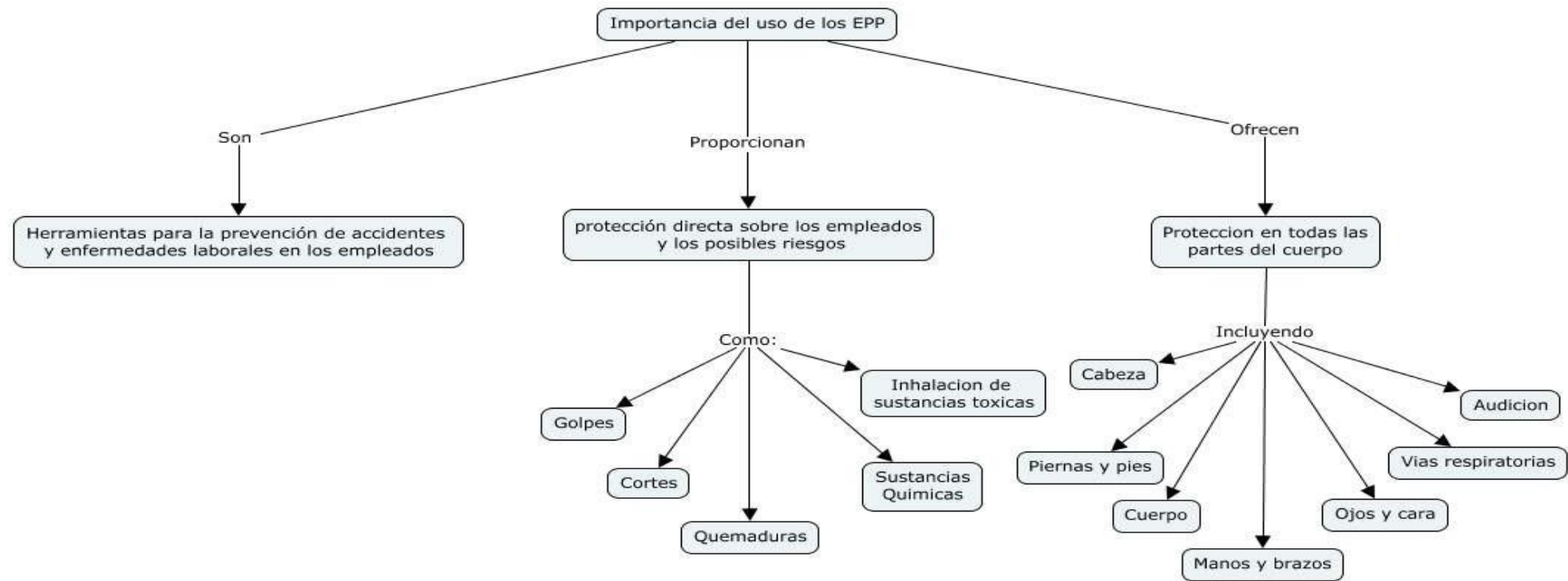
Tomado de (Gruas y maniobras, 2022)

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Importancia de utilizar los EPP para prevenir accidentes y enfermedades laborales.**

Figura 14

Importancia de los EPP



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SEGUNDA SECCION: Tipos de elementos de protección personal

- Equipos de protección para la cabeza



Casco de seguridad



Sombrero de seguridad

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Equipos de protección para los ojos y la cara



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Equipos de protección respiratoria



Respiradores
desechables



Mascaras media
cara



Mascara cara
completa

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Equipos de protección auditiva



Tapones para los oídos



Orejeras o protectores auditivos tipo casco

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Equipos de protección para manos y brazos



Guantes de seguridad



Mangas de protección

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Equipos de protección para los pies y piernas



Botas de seguridad



Botas de caucho



Polainas de seguridad



Pantalones de seguridad

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Equipos de protección corporal



Ropa de trabajo



Delantal industrial

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Elementos de protección personal para cada proceso en la empresa Agropecuaria YPF SAS**

				
<p style="text-align: center;">Sombrero de seguridad o casco de seguridad:</p> <p style="text-align: center;">Cosecha y poda, sanidad, operario de maquinaria, desbejuque, auxiliar de jacto, cabo, administrador</p>	<p style="text-align: center;">Gafas de seguridad:</p> <p style="text-align: center;">Cosecha y poda, Operador de maquinaria, auxiliar de jacto, desbejuque, mecanico</p>	<p style="text-align: center;">Gafas de proteccion quimica:</p> <p style="text-align: center;">Fertilizacion, sanidad, tratamiento de pc, plateo quimico, polonizador, adsorcion</p>	<p style="text-align: center;">Respirador desechable:</p> <p style="text-align: center;">Fertilizacion, sanidad, operario de maquinaria, auxiliar de jacto</p>	<p style="text-align: center;">Respirador de media cara:</p> <p style="text-align: center;">Tratamiento de pc, plateo quimico, polonizar, adsorcion</p>

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187



Orejeras:
Operario de maquinaria,
auxiliar de jacto



Guantes de seguridad:
Todos los procesos



Botas de seguridad:
Todos los procesos



**Ropa de trabajo
(camisa manga larga y pantalón):**
Todos los procesos



Delantal de seguridad:
Tratamiento de pc, plateo químico,
polonizar, adsorción

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

TERCERA SECCION: Lineamiento para el uso adecuado de los elementos de protección personal

GAFAS DE SEGURIDAD

<p style="text-align: center;">Selecciona las gafas adecuadas</p> <ul style="list-style-type: none"> Elegir las gafas de seguridad adecuadas para la tarea específica que vas a realizar 	<p style="text-align: center;">Ajuste adecuado</p> <ul style="list-style-type: none"> Ajusta las patillas de las gafas para que se adapten correctamente a tu rostro 	<p style="text-align: center;">Comodidad</p> <ul style="list-style-type: none"> Las gafas de seguridad deben ser cómodas de llevar durante períodos prolongados 	<p style="text-align: center;">Limpieza</p> <ul style="list-style-type: none"> Antes de iniciar tus labores, utiliza un paño suave y limpio para limpiar las lentes 	<p style="text-align: center;">Uso constante</p> <ul style="list-style-type: none"> Cuando estés realizando tareas que requieran el uso de gafas de seguridad, manténlas puestas en todo momento 	<p style="text-align: center;">Almacenamiento adecuado</p> <ul style="list-style-type: none"> Después de usar las gafas de seguridad, guárdalas en un estuche adecuado o en un lugar seguro para protegerlas de posibles daños 	<p style="text-align: center;">Inspección regular</p> <ul style="list-style-type: none"> Realiza inspecciones periódicas de las gafas de seguridad para asegurarte de que no haya grietas, rayones u otros daños que puedan comprometer su eficacia
--	--	---	---	--	--	---

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CASCO DE SEGURIDAD

<p style="text-align: center;">Selecciona el casco adecuado</p> <ul style="list-style-type: none"> Asegúrate de elegir un casco que cumpla con las normas de seguridad aplicables a tu entorno o actividad. 	<p style="text-align: center;">Ajuste correcto</p> <ul style="list-style-type: none"> Ajusta las correas o el sistema de sujeción interno del casco para que se ajuste de forma segura y cómoda en tu cabeza. 	<p style="text-align: center;">Posición correcta</p> <ul style="list-style-type: none"> Coloca el casco de forma que proteja la parte superior de la cabeza y la frente. 	<p style="text-align: center;">Correas de sujeción</p> <ul style="list-style-type: none"> Ajusta las correas de sujeción de manera adecuada. Las correas deben pasar por debajo de la barbilla y formar una "V" debajo de las orejas. 	<p style="text-align: center;">Mantenimiento adecuado</p> <ul style="list-style-type: none"> Inspecciona regularmente el casco en busca de grietas, daños o desgaste. Si encuentras alguna señal de deterioro, reemplaza el casco de inmediato. 	<p style="text-align: center;">Uso constante</p> <ul style="list-style-type: none"> Usa el casco en todo momento cuando estés expuesto a riesgos que requieran protección. 	<p style="text-align: center;">Reemplazo oportuno</p> <ul style="list-style-type: none"> Si el casco ha estado involucrado en un impacto severo, incluso si no muestra signos de daño externo, es importante reemplazarlo.
---	---	--	---	---	--	--

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

RESPIRADOR DESECHABLE

<p style="text-align: center;">Selección del respirador adecuado</p> <ul style="list-style-type: none"> Asegúrate de elegir un respirador que cumpla con las normas de seguridad aplicables y que esté diseñado para protegerte contra los contaminantes presentes en tu entorno de trabajo 	<p style="text-align: center;">Inspección antes de usar</p> <ul style="list-style-type: none"> Antes de ponerse el respirador, inspecciona visualmente si hay daños, como grietas, deformaciones o bandas elásticas desgastadas 	<p style="text-align: center;">Ajuste adecuado</p> <ul style="list-style-type: none"> Asegúrate de que el respirador se ajuste correctamente a tu cara. Coloca la parte frontal del respirador sobre la nariz y la boca, y tira de las bandas elásticas o las correas para ajustarlo de manera segura 	<p style="text-align: center;">Verificación de sellado</p> <ul style="list-style-type: none"> Realiza una prueba de ajuste para verificar si el respirador está bien ajustado. Coloca las manos sobre el respirador y exhala suavemente. 	<p style="text-align: center;">No toques el respirador durante su uso</p> <ul style="list-style-type: none"> Evita tocar el respirador una vez que esté colocado correctamente en tu cara. Si necesitas ajustarlo o acomodarlo, lávate las manos o usa un desinfectante de manos antes de hacerlo. 	<p style="text-align: center;">Duración de uso</p> <ul style="list-style-type: none"> Sigue las recomendaciones del fabricante o las pautas de seguridad de tu lugar de trabajo en cuanto a la duración máxima de uso del respirador 	<p style="text-align: center;">Retirada adecuada</p> <ul style="list-style-type: none"> Para quitarte el respirador, evita tocar la parte frontal del mismo. Desengancha las bandas elásticas o las correas sin cruzarlas por delante y evita que el respirador entre en contacto con superficies contaminadas.
---	---	---	--	--	--	---

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

RESPIRADOR DE MEDIA CARA

Selección del respirador adecuado

- Asegúrate de elegir un respirador de media cara que cumpla con las normas de seguridad aplicables y que sea adecuado para los contaminantes presentes en tu entorno de trabajo

Inspección antes de usar

- Antes de colocarte el respirador, inspecciona visualmente si hay daños, como grietas o deformaciones. Verifica que las válvulas de exhalación e inhalación estén limpias y funcionando correctamente

Limpieza y ajuste del arnés

- Asegúrate de que el arnés del respirador esté limpio y en buenas condiciones. Ajusta las correas de manera que el respirador se selle adecuadamente en tu rostro.

Verificación de sellado

- Para verificar si el respirador está bien ajustado y sellado, colócate el respirador y realiza una prueba de ajuste. Cubre el área de la salida de la válvula de exhalación con las manos y exhala suavemente.

Uso de los cartuchos/filtros adecuados

- Asegúrate de utilizar los cartuchos o filtros correctos según el tipo de contaminante al que estás expuesto

Mantenimiento adecuado

- Realiza un mantenimiento regular del respirador de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Limpia el respirador después de cada uso y asegúrate de que esté almacenado adecuadamente en un lugar limpio y seco.

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

OREJERAS

Selección de las orejeras adecuadas

- Asegúrate de elegir orejeras que cumplan con las normas de seguridad aplicables y que estén diseñadas para el nivel de ruido al que estarás expuesto

Ajuste correcto

- Coloca las orejeras sobre las orejas de manera que las almohadillas cubran completamente el oído externo. Asegúrate de que las orejeras se ajusten de forma firme pero cómoda alrededor de las orejas.

Inspección antes de usar

- Antes de utilizar las orejeras, inspecciona visualmente si hay daños, como desgaste excesivo, grietas en las almohadillas o deterioro de las bandas de sujeción.

Uso constante

- Mantén las orejeras puestas durante todo el tiempo en el que estés expuesto al ruido intenso. Evita quitártelas en situaciones de ruido repentino o intermitente, ya que estos eventos pueden ser igualmente dañinos para tus oídos.

Cuidado

- Limpia regularmente las almohadillas de las orejeras siguiendo las instrucciones del fabricante. Almacénalas en un lugar limpio y seco cuando no las estés utilizando

Mantenimiento

- Revisa periódicamente las orejeras para asegurarte de que estén en buen estado y reemplázalas si muestran signos de desgaste o deterioro.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

GUANTES DE SEGURIDAD

Selección de los guantes adecuados

- Asegúrate de elegir guantes que sean apropiados para el tipo de trabajo o actividad que vas a realizar. Considera los riesgos específicos, como sustancias químicas, cortes, abrasiones, calor, frío, etc.

Talla y ajuste adecuados

- Los guantes deben tener un ajuste adecuado para tus manos. Elige la talla correcta para asegurarte de que los guantes no estén demasiado ajustados ni demasiado sueltos.

Inspección antes de usar

- Antes de utilizar los guantes, inspecciona visualmente si hay daños, como agujeros, rasgaduras o desgaste excesivo. Verifica que los guantes no tengan costuras deshilachadas o defectuosas.

Aplicación correcta

- Coloca los guantes correctamente en cada mano. Asegúrate de que estén bien ajustados en los dedos, la palma y la muñeca.

Limitaciones de uso

- Utiliza los guantes solo para las tareas y riesgos para los que han sido diseñados. Algunos guantes pueden no ser adecuados para ciertos productos químicos o riesgos específicos. Consulta las recomendaciones del fabricante y las fichas de seguridad

Retirada adecuada

- Retira los guantes de forma adecuada para evitar la contaminación cruzada y el contacto con sustancias peligrosas. Retíralos agarrando la parte exterior del guante y deslizándolos suavemente hacia abajo, evitando tocar el exterior contaminado. Luego, retira el otro guante de la misma manera.

Limpieza y almacenamiento

- Limpia los guantes según las instrucciones del fabricante y las regulaciones aplicables. Almacénalos en un lugar limpio y seco cuando no los estés utilizando para evitar daños o contaminación

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

BOTAS DE SEGURIDAD

Selección de las botas adecuadas

- Asegúrate de elegir botas de seguridad que cumplan con las normas de seguridad aplicables y sean adecuadas para el entorno de trabajo o actividad que vas a realizar. Considera los riesgos específicos, como impactos, caídas de objetos, riesgos eléctricos, sustancias químicas, etc.

Talla correcta

- Selecciona la talla adecuada para asegurarte de que las botas se ajusten correctamente a tus pies. Un ajuste adecuado evita que las botas estén demasiado apretadas o demasiado sueltas, lo que podría dificultar la movilidad o causar molestias.

Ajuste y amarre

- Asegúrate de que las botas estén bien ajustadas y amarradas correctamente. Utiliza los cordones o cierres proporcionados para asegurar las botas de manera segura.

Inspección antes de usar

- Antes de utilizar las botas, inspecciona visualmente si hay daños, como grietas, desgaste excesivo o deterioro de las suelas. Verifica que los elementos de protección, como las punteras o los refuerzos, estén en buen estado.

Mantenimiento adecuado

- Limpia las botas regularmente y de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Inspecciona las suelas para asegurarte de que estén limpias y sin obstrucciones que puedan causar resbalones o tropiezos. Almacena las botas en un lugar limpio y seco cuando no las estés utilizando para evitar daños o deterioro.

Reemplazo oportuno

- Las botas de seguridad tienen una vida útil limitada. Si las botas han estado involucradas en un impacto severo, tienen daños visibles o muestran signos de desgaste excesivo, es importante reemplazarlas para mantener la protección adecuada.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

ROPA DE SEGURIDAD

Selección de la ropa adecuada

- Asegúrate de elegir la ropa de trabajo que cumpla con las normas de seguridad aplicables y sea adecuada para el entorno de trabajo. La ropa debe estar diseñada para proteger contra los riesgos comunes, como calor, fuego, sustancias químicas, raspaduras, cortes y protección solar.

Ajuste adecuado

- Asegúrate de que la ropa de trabajo tenga un ajuste adecuado para permitir la movilidad y evitar la restricción de movimiento. No debe ser demasiado ajustada ni demasiado suelta, ya que esto puede causar molestias o aumentar el riesgo de enganche en maquinaria.

Protección contra ramas y espinas

- La ropa de trabajo debe ser resistente a la abrasión y proteger contra raspaduras, cortes o punciones causados por ramas afiladas o espinas de la palma de aceite.

Protección contra el calor

- Debido a las condiciones calurosas y húmedas en las plantaciones de palma de aceite, es importante utilizar ropa ligera y transpirable que permita la circulación de aire.

Protección contra productos químicos

- En la industria de la palma de aceite, se utilizan productos químicos como fertilizantes, herbicidas o pesticidas. Si estás expuesto a estas sustancias, utiliza prendas que ofrezcan resistencia a los productos químicos y evita la exposición directa de la piel.

Limpieza y mantenimiento

- Lava y cuida regularmente la ropa de trabajo siguiendo las instrucciones del fabricante. Reemplaza las prendas dañadas o desgastadas para mantener la protección adecuada.

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

DELANTAL DE PROTECCION

Selección del delantal adecuado

- Asegúrate de elegir un delantal que sea apropiado para los riesgos presentes en tu entorno de trabajo. Considera factores como la exposición a sustancias químicas, calor, llamas, chispas, salpicaduras de líquidos, etc.

Ajuste correcto

- Coloca el delantal sobre la ropa de trabajo de manera que cubra completamente la parte frontal del cuerpo. Asegúrate de que el delantal sea lo suficientemente largo para cubrir las piernas y las rodillas.

Protección adicional

- Si el delantal no cubre completamente los brazos, considera el uso de mangas o protectores de brazos adicionales para brindar protección adicional en esta área vulnerable.

Inspección antes de usar

- Antes de utilizar el delantal, inspecciona visualmente si hay daños, como rasgaduras, perforaciones o desgaste excesivo. Verifica que los cierres estén funcionando correctamente.

Limpieza y mantenimiento

- Limpia y cuida el delantal según las instrucciones del fabricante. Si está expuesto a sustancias químicas, asegúrate de lavarlo de acuerdo con los procedimientos de limpieza recomendados para evitar la contaminación cruzada.

Almacenamiento

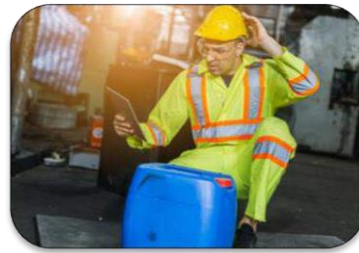
- Almacena el delantal en un lugar limpio y seco cuando no lo estés utilizando.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CUARTA SECCION: Consecuencias de no utilizar o de utilizar incorrectamente los elementos de protección personal EPP en la industria de palma de aceite



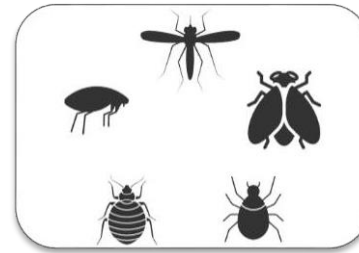
Lesiones por herramientas o maquinarias



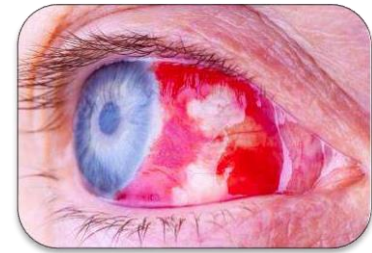
Exposicion a sustancias quimicas



Accidentes por caidas



Enfermedades transmitidas por vectores



lesiones oculares



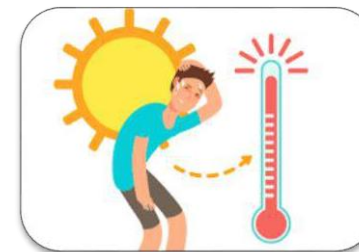
Enfermedades respiratorias



Cortes, heridas o introduccion de las espinas de la palma



Perdida de capacidad auditiva



Insolacion o golpes de calor

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

OBSERVACIONES:	
-----------------------	--

CONTROL DE CAMBIOS				
VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	REVISÓ	APROBÓ
01	16/06/2023	N/a	LINA DANIELA REYES PITTO	DANIEL FELIPE LOZADA TORRES

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PROCESO	Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	PROCEDIMIENTO	Plan de Capacitación Anual
ACTIVIDAD	Procedimientos de Seguridad en el manejo de animales, Herramientas, Maquinaria y equipos.		
OBJETIVO	Prevenir la ocurrencia de incidentes, accidentes de trabajo y enfermedades laborales en los trabajadores de campo que tienen contacto con animales, herramientas, maquinaria y equipos; mediante la implementación de procedimientos de seguridad que deben desarrollar durante el desarrollo de sus actividades, y con ello proteger el bienestar de las personas y los animales.		
ALCANCE	Este procedimiento aplica para todos los trabajadores de campo.		

CAPACITACIÓN	ACTIVIDADES	RESPONSABLES		FRECUENCIA	REGISTROS
		AREA	CARGO		
Procedimientos de Seguridad en el manejo de animales, Herramientas, Maquinaria y equipos.	<p>El desarrollo de este módulo de capacitación comprenderá tres secciones de una hora y media cada una.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Procedimientos de Seguridad en el manejo de animales. 2. Procedimientos de Seguridad en el manejo de Herramientas. 3. Procedimientos de Seguridad en el manejo de Maquinaria y equipos 	SST	Líder y Coordinador de SST	Se debe realizar con la inducción del trabajador de campo y como refuerzo cada seis meses.	Realizar un registro fotográfico junto con asistencia firmada. Grabar un pequeño video de la capacitación.

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PRIMERA SECCIÓN: PROCEDIMIENTOS DE SEGURIDAD EN EL MANEJO DE ANIMALES

Búfalo

Búfalo (*Bubalus bubalis*). Es un gran bóvido que alcanza los 1.8 m de altura y 1.200 kg de peso en el caso de los machos. Las hembras son más pequeñas y nunca superan los 1.000 kg. Gran parte del cuerpo está desprovisto de pelo o es muy rígido y de muy corta longitud, siendo su color variable desde el blanco hasta el negro. Los cuernos están aplanados y se curvan hacia atrás, con las puntas muy separadas, llegando a 1.2 m de separación máxima entre una punta y la otra. es un bovino doméstico, gregario, dócil, de temperamento tranquilo, sensitivo, inteligente, reservado, de hábito nocturno; semiacuático, rústico, longevo y resistente a varias enfermedades.



Son herbívoros y su alimento preferido es la hierba, el pasto y plantas acuáticas. En algunos casos, comen arbustos y árboles cuando no pueden encontrar hierbas para comer.

En Colombia el búfalo es utilizado generalmente para el trabajo en plantaciones de palma africana en temporada de cosecha, un macho puede llegar a arrastrar hasta 800 kilogramos de peso lo que representa una disminución en costos de maquinaria, el búfalo es una herramienta altamente eficiente como animal de trabajo pues tiene la capacidad de transportar cualquier tipo de carga siempre y cuando esté apegado con los implementos, sus pezuñas son amplias y sus articulaciones son flexibles por lo que no se entierran en época de invierno o en terrenos inestables, además, compactan menos los suelos. Son dóciles,

versátiles y tienen una excelente memoria. Capacidad para resistir una larga jornada de trabajo en condiciones climáticas exigentes como las de los cultivos de palma.

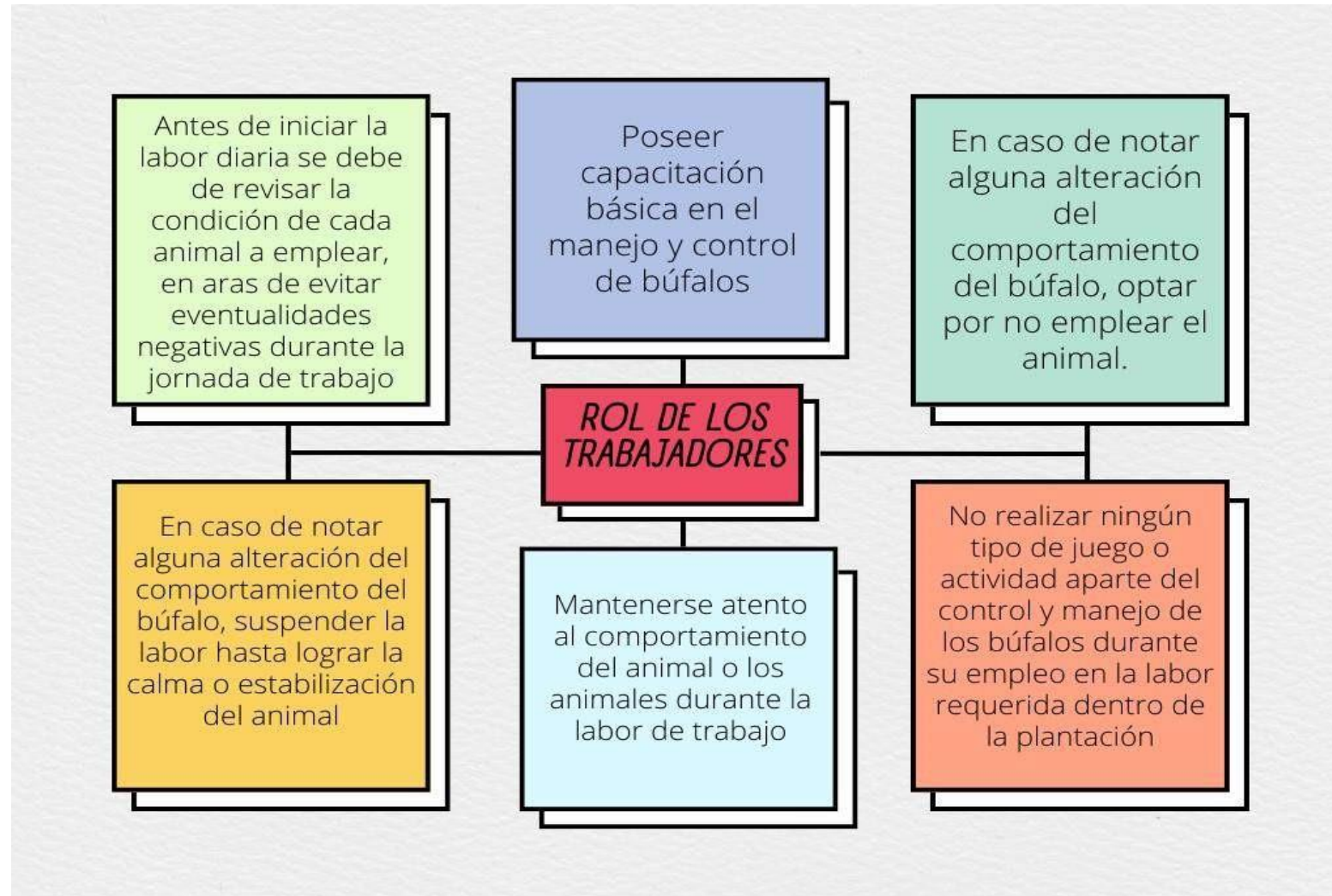
Los búfalos son utilizados casi exclusivamente para la labor de la cosecha. En menor medida son utilizados para el transporte de insumos, de fertilización y de sanidad. Esto obedece a que durante la etapa de desarrollo de la palma (desde la siembra, hasta los siete años), es muy difícil mecanizar porque las hojas de las palmas se entrecruzan a baja altura.





MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Se procede a dar salida al búfalo o manada según se requiera, evitando acelerar el paso del animal(es), pero controlando que los animales se mantengan juntos (si se retira la manada) o separando del grupo el búfalo seleccionado, el equipo conservará una distancia prudente (2 o 3 metros) sobre los animales mientras estos salen del corral. (en caso de ser un solo búfalo se tratará de evitar que cambie de rumbo)

Procedimiento de seguridad para manejo de BÚFALO en cosecha

Figura 15: Procedimiento de Seguridad para manejo de Búfalo en Cosecha

Cada trabajador deberá tomar su búfalo revisarlo y equiparlo para el trabajo seleccionado y procederá a iniciar la labor



Se preparan para iniciar labores de cosecha, una vez se tiene el fruto cortado (pasos a seguir en la siguiente imagen)

Verificar que el personal porte los elementos de protección personal correspondientes para esta actividad.

Ningún integrante del equipo se acercará a la puerta o broche mientras los animales estén haciendo paso o salida

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 16: Procedimiento de Seguridad para manejo de Búfalo en Cosecha

Cuando el carromato se encuentre en el tope de su capacidad, el cargador en compañía del recolector de fruta suelta, se movilizan con el búfalo hacia el centro de acopio para iniciar con el descargue de los racimos de fruta fresca

Se avanza detrás del búfalo, indicando los sitios de parada donde se encuentra ubicados racimos de fruta fresca para su recolección.

Tener en cuenta que la capacidad máxima del peso de carromato varía desde los 700 kg a 800 kg.

El recolector realiza desplazamiento del búfalo caminando hasta llegar al lote donde inicia la cosecha.

Realizar amarre del carromato al búfalo.



Cuando se presenten daños en el recolector de fruta, debe sostener el lazo del búfalo.

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 17: Procedimiento de Seguridad para manejo de Búfalo en Cosecha

Una vez finalizada la jornada laboral se debe caminar con el búfalo hasta la zona del corral y proceder a desaperarlo

Se procede a ingresar la manada evitando acelerar el ingreso, pero controlando que los animales se mantengan juntos

El operador de puerta debe procede a cerrar el broche o puerta del corral y asegurar el pasador para evitar que la puerta sea empujada por los animales

Verificar que el corral tenga agua y alimento, antes de dar ingreso a los animales



Se debe realizar un conteo de los animales para constatar que todos se encuentren dentro del corral al finalizar la jornada de trabajo

Al llegar a la zona del corral, se debe mantener la manada o el búfalo a 3 metros de la capacidad de apertura de la puerta de ingreso al corral evitando la cercanía al operador de puerta

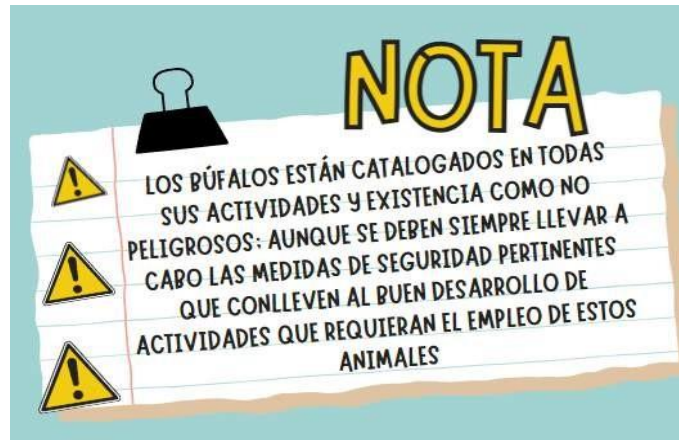
El operador de puerta debe abrir de manera total el broche o puerta del corral y asegurar que no se cierre o mueva, mientras el resto del equipo mantiene la distancia de los animales

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Plan de Reacción frente a Emergencias con BÚFALO



En el plan de reacción es importante tener en cuenta las directrices y los pasos a seguir en caso de ocurrir una emergencia que pueda ocasionar lesiones o que ponga en riesgo la vida de las personas o de los animales, teniendo en consideración que las principales emergencias son: escapes, ataques de animales a personas, ataques de animales externos, desastres naturales etc.



PROTOCOLO DE REACCIÓN FRENTE A ATAQUE DEL BÚFALO A VISITANTES O TRABAJADORES

El búfalo es un animal muy noble y tranquilo, por su talla el movimiento es lento, se debe mantener atención sobre su estado de calma.

En cuanto a los ataques no se presenta un registro de este en criadero o en estado doméstico, esta estadística es nula; pero aun así no debe descartarse la posibilidad de presentarse. Las causas de ataques pueden ser la pérdida de la identidad y el aprendizaje de comportamientos incorrectos mostrando siempre su cuerpo de costado mostrando así su poderío, en estos casos es importante mantener la calma y retirarse lentamente **SIN CORRER JAMÁS** y en silencio, extendiendo sus brazos en forma de cruz generando así una barrera entre el animal y la persona afectada.

La comprensión del comportamiento de los animales ayudara a reducir accidentes, no hay forma de conseguir que los animales sean altamente seguros, pero el uso de principios de comportamiento animal permite reducir los riesgos.

En caso de presentarse un ataque debe activarse el siguiente protocolo:

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

1. Alejar al animal de la persona atacada, mediante el empleo de sonidos de ordenes acompañado de movimientos de los brazos que llamen la atención del animal, emplear sogas o varas, pero siempre manteniendo distancia sobre el mismo.
2. Retirar la persona afectada del sitio del siniestro para prestarle la atención necesaria.
3. Determinar el grado de afectación del individuo, prestar primeros auxilios (en caso de presentar gravedad, se debe desplazar a un centro médico).
4. Alejar al animal de lugares edificados o concurridos.
5. Permitir que el animal se calme en un sitio abierto, concederle 10 minutos de libertad.
6. Conformar un equipo de captura de 2 a 5 persona según se requiera.
7. Verificar el uso y porte de todos los elementos de protección personal para la actividad.
8. Alistar todos los elementos de contención física como sogas, lazos de ahorque, cabezal en cuerda o cuero, vara. Los equipos de inmovilización deben ser implementados por personal calificado y entrenado para tal labor ya que el uso inadecuado puede ocasionar severas lesiones al animal o al operario.

Estos elementos deben ser accesibles rápidamente y estar debidamente ubicados sin convertirse en obstáculos; además se deben ubicar extintores y determinar las vías de escape, esto con el fin de minimizar riesgos.
9. Acercarse de manera lenta y prevenida al animal después de observar su estado de calma (por ejemplo: debe estar quieto, bebiendo agua o pastando).
10. Mantener una distancia prudente de mínimo 3 metros.
11. Iniciar el enlace del animal por la cabeza empleando la soga o lazo de ahorque.
12. Una vez enlazado, de ser posible, ponerle el cabezal para manejarlo mejor.
13. Llevar al animal a un lugar de aislamiento donde se pueda evaluar su comportamiento.



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Recomendaciones para trabajar con BÚFALO



1. Poseer la capacitación y entrenamiento en el manejo de búfalos.
2. Evitar realizar movimientos bruscos o violentos junto al animal.
3. Jamás emplear la violencia como medio de mando para con el búfalo.
4. Mantener siempre a la vista el animal cuando trabaja con él.
5. Mantener siempre una distancia prudente con el animal mientras este camina para evitar lesiones.
6. En caso de ver actitudes anormales en el búfalo como agitación repentina, poca quietud, o cualquier actitud que no hace parte de su comportamiento normal, alejarse o mantenerse a una distancia prudente permitiendo que el animal cambie su estado de ánimo.
7. Si su actitud es la anteriormente mencionada y el búfalo está suelto, pero con algún lazo sobre su cuerpo, atarlo a una cerca o árbol; si está amarrado mantenerlo así; si es posible encerrarlo en un recinto de aislamiento, llevarlo a cabo para evitar que se comprometa la manada.
8. Hacer un registro de la anomalía presentada con el animal para llevar a cabo un control.



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SEGUNDA SECCIÓN: PROCEDIMIENTOS DE SEGURIDAD EN EL MANEJO DE HERRAMIENTAS

HERRAMIENTAS DE TRABAJO

Son un conjunto de instrumentos elaborados con el fin de permitir a los trabajadores el desarrollo de tareas especializadas al entorno a cuál pertenecen, con el fin de mejorar el procedimiento que se lleva a cabo para su realización

Las herramientas usadas en el desarrollo de las labores del cultivo de palma son:

<u>CINCEL</u>	<u>PALÍN</u>	<u>MACHETE</u>	<u>GANCHO MALAYO</u>	<u>BARRETÓN</u>	<u>PALA</u>	<u>TIJERAS DE PODAR</u>
						

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Principales Riesgos

Las lesiones que se presentan en operarios de herramientas son generalmente graves y afectan con mayor frecuencia las manos por estar expuestas al riesgo durante su manipulación. También pueden causar lesiones en otras partes del cuerpo como en los ojos, brazos, tórax y abdomen.

- Golpes, pinchazos o cortes en manos.
- Lesiones oculares por partículas provenientes de los objetos con los que se trabaja o de la propia herramienta.
- Golpes en diferentes partes del cuerpo por despido de la herramienta o material con el que se está trabajando.
- Esguinces por sobreesfuerzos
- Microtraumatismos repetitivos
- Muerte por caída de herramientas desde altura





AGROPECUARIA
YPF S.A.S
NIT: 900527482-4



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS

MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Medidas para un Manejo Seguro de Herramientas

- Revise las herramientas antes de ser utilizadas Inspeccionar cuidadosamente mangos, filos, zonas de ajuste, partes móviles, cortantes y susceptibles de proyección.
- Cualquier defecto o anomalía será comunicado lo antes posible a su jefe superior, área de taller y área de SST.
- Use las herramientas para la labor que fue destinada, ya que cada una de ellas tiene un uso específico. Teniendo en cuenta los procedimientos establecidos y las normas de seguridad para el uso correcto de cada una de ellas.
- Siempre que vaya a utilizar las herramientas utilice guantes y gafas de seguridad para evitar accidentes por proyección de partículas.
- Utilice los elementos de protección personal cuando este manipulando todo tipo de herramientas
- Mantener las herramientas limpias y sin grasa.
- No se deben utilizar herramientas torcidas o deformadas.
- Las manos deben ser situadas siempre fuera de la posible trayectoria de la herramienta.
- Los filos de las herramientas cortantes no deben estar desgastados.
- Almacene las herramientas en cajas, estuches, armarios o paneles en forma ordenada y clasifíquelas según su uso.
- No excederse en la fuerza al momento de utilizar las herramientas.





MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187

- Se prohíbe lanzar herramientas; deben entregarse en mano.
- Para transportarlas utilice cajas de herramientas con compartimientos con el fin de mantenerlas en orden.
- Use sistemas de protección para herramientas cortopunzantes; ejemplo: forros.
- El trabajo siempre debe hacerse mirando la herramienta. Es decir, sin descuidar los movimientos, la fuerza o la fricción que se esté aplicando.
- Aquellas que se encuentren defectuosas deben ser retiradas y solicitar su cambio y/o reparación.
- El mantenimiento y reparación debe ajustarse al procedimiento para recuperación de Herramienta deteriorada,

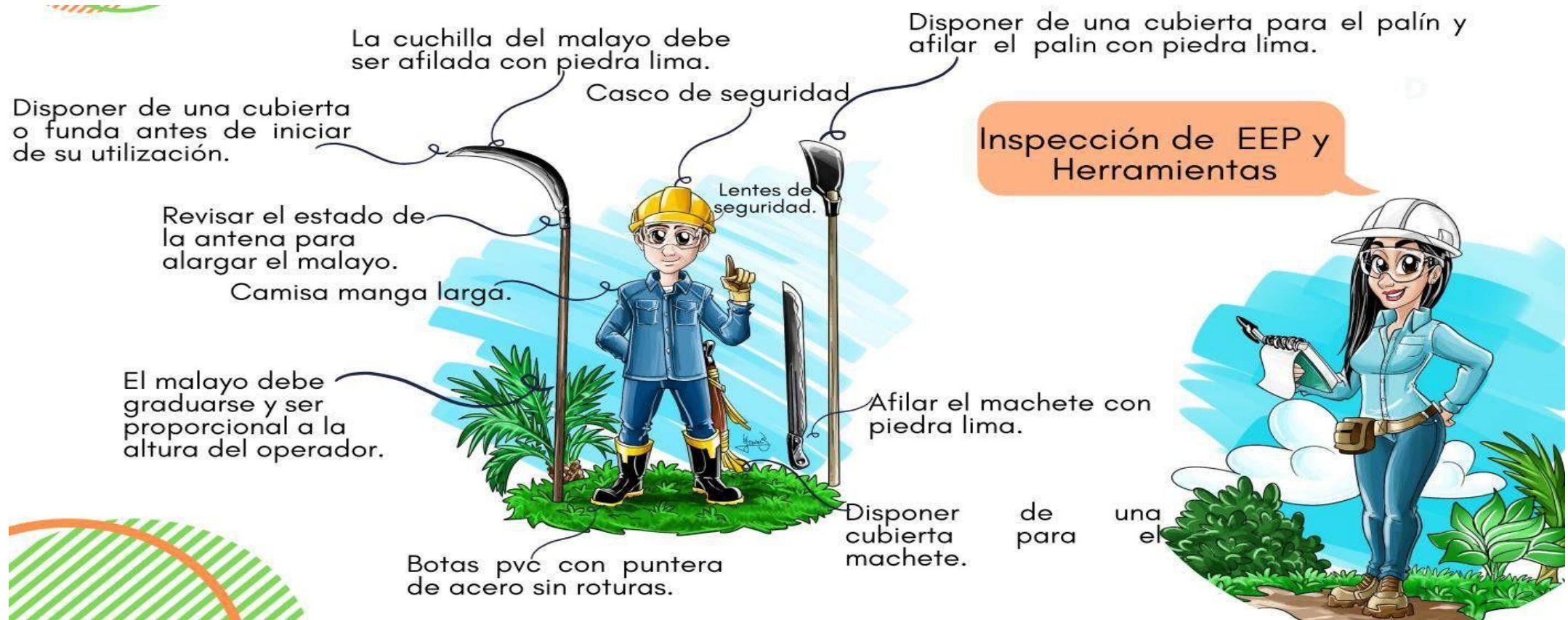
según el programa de inspecciones de herramientas.

- Observar el terreno donde se va a trabajar con la herramienta.
- Prestar atención a los obstáculos que puedan existir, peligro de tropezar.



		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 18: Inspección de EPP Y Herramientas



Tomado de: (BIOAGRO, 2020)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

TERCERA SECCIÓN: PROCEDIMIENTOS DE SEGURIDAD EN EL MANEJO DE MAQUINARIA Y EQUIPOS

Maquinaria Agrícola

En el sector agrícola existe, un número importante de accidentes laborales: Golpes, Caídas a distinto y mismo nivel, atrapamientos y sobreesfuerzos son algunas de las formas más frecuentes en que se producen los accidentes en esta actividad, en la que el tractor o la maquinaria agrícola es el principal agente causante de accidentes mortales.



En la mayoría de maquinaria agrícola encontramos una serie de elementos que, por su peso, su velocidad o sus características intrínsecas (cuchillas, cadenas...) conllevan un peligro para los usuarios e incluso para personas que se encuentren alrededor, el tractor por sí solo ya es una fuente de riesgo, ya sea por los trabajos en pendiente, una velocidad excesiva, o una incorrecta utilización de los dispositivos.

Las causas de la mayor peligrosidad del trabajo en el campo son diversas: el agricultor trabaja sólo, convive con la máquina desde pequeño, por lo que deja de percibir su peligrosidad potencial, las tareas agrícolas son de temporada, por lo que, si bien hay periodos de descanso, en las campañas se trabaja de manera intensiva para acabar dentro de los límites que la naturaleza impone; la

capacitación y la formación profesional siguen muy por detrás los avances de la tecnología.

En consecuencia, se asumen unos riesgos innecesarios, especialmente en lo que se refiere al uso de tractores y máquinas agrícolas, con lo que los accidentes llegan con demasiada facilidad. (Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, s.f.)

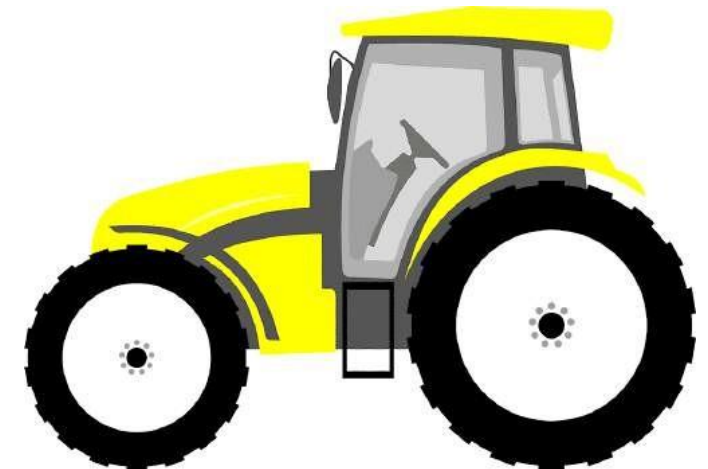



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

POR QUÉ ES IMPORTANTE LA SEGURIDAD DE LA MAQUINARIA

- Las personas pueden ser golpeadas y lesionadas por partes en movimiento de maquinaria o material eyectado. Partes del cuerpo pueden verse arrastradas o atrapadas entre rodillos, correas o poleas de transmisión.
- Los bordes afilados pueden provocar cortes y lesiones graves, las piezas afiladas pueden causar heridas punzantes o pinchazos, y las partes con superficies rugosas pueden causar fricción o abrasión.
- Las personas pueden resultar aplastadas entre partes que se mueven al unísono o hacia una parte fija de la máquina, la pared o un objeto, y sufrir desgarros o roturas por dos partes que se mueven una por delante de otra.
- Partes de la máquina, materiales y emisiones (como vapor o agua) pueden estar a temperatura lo suficientemente alta o baja para causar quemaduras o escaldaduras, y la electricidad puede provocar descargas eléctricas o quemaduras.
- También pueden producirse lesiones si la maquinaria ya no es fiable o está defectuosa o cuando se utiliza incorrectamente por inexperiencia o falta de formación.
- El uso prolongado de maquinaria expone a los trabajadores a fatiga, estrés y ansiedad, pérdida auditiva inducida por el ruido, trastornos musculoesqueléticos (TME), lesiones por esfuerzo repetitivo (RSI), vibraciones mano-brazo que pueden dar

lugar a síndrome de Raynaud, enfermedad de los dedos muertos, etc



			Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Tractor Agrícola

Medidas preventivas para uso y manejo de tractor

1. Comprobar que la máquina está completa, que no le falta ninguna pieza, que todas las protecciones están instaladas y que no tiene ningún fallo. El término 'protecciones' incluye protectores, dispositivos de bloqueo, controles a dos mandos, luces de seguridad y alfombras de seguridad, entre otros.
2. Formación de operadores que manejen el tractor a labor a desarrollo y apero que va a permitir su conducción.



3. Recuerde que el tractor es un vehículo industrial, no es un turismo: no debe transportar personas.



4. Antes de trabajar en el campo, revisar dicho campo para que esté libre de escombros, obstáculos, trincheras y huecos que puedan causar que el tractor se voltee.
5. Estar siempre sentado mientras se conduce y No bajarse ni subirse al tractor si está en marcha. Nunca saltar del tractor.
6. El tractor debe disponer de peldaños y asideros que se utilizarán para subir y bajar y que han de estar limpios y en buen estado de conservación.
7. El tractor debe estar equipado con barras protectoras de volcamiento. Ajustarse el cinturón de seguridad.



AGROPECUARIA
YPF S.A.S
NIT: 900527482-4



UNIVERSIDAD
SANTO TOMAS

MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187





AGROPECUARIA
YPF S.A.S
NIT: 900527482-4



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS

MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187

- 8.** Usar siempre los elementos de protección personal, gafas de seguridad, protección auditiva y calzado de antideslizante.



- 9.** Verificar la perfecta colocación de los espejos y que no existan ángulos muertos.

- 10.** NO llevar cadenas colgantes, ropa suelta, anillos o pelo largo suelto que puedan enredarse en los componentes en movimiento.

- 11.** Evitar que se derramen sustancias inflamables sobre las partes con temperaturas elevadas, como pueden ser el motor o el tubo de escape.

- 12.** Llevar un extintor en el tractor, verificando periódicamente su estado.



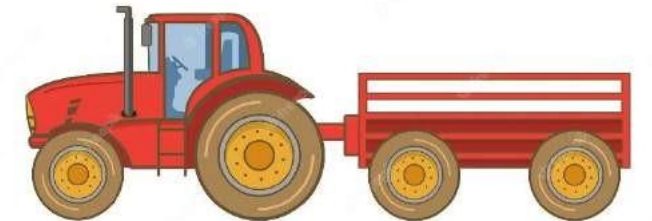
- 13.** No abandonar el tractor hasta tener la seguridad de que está completamente inmóvil.

- 14.** Al finalizar la labor asegurarse de que se haya desenganchado el apero, apagado el motor y quitado la llave antes de bajarse del tractor.

- 15.** Llevar una hoja de vida de la máquina de manera actualizada, con toda la información de mantenimientos, cambios de aceite y observaciones del tractor.

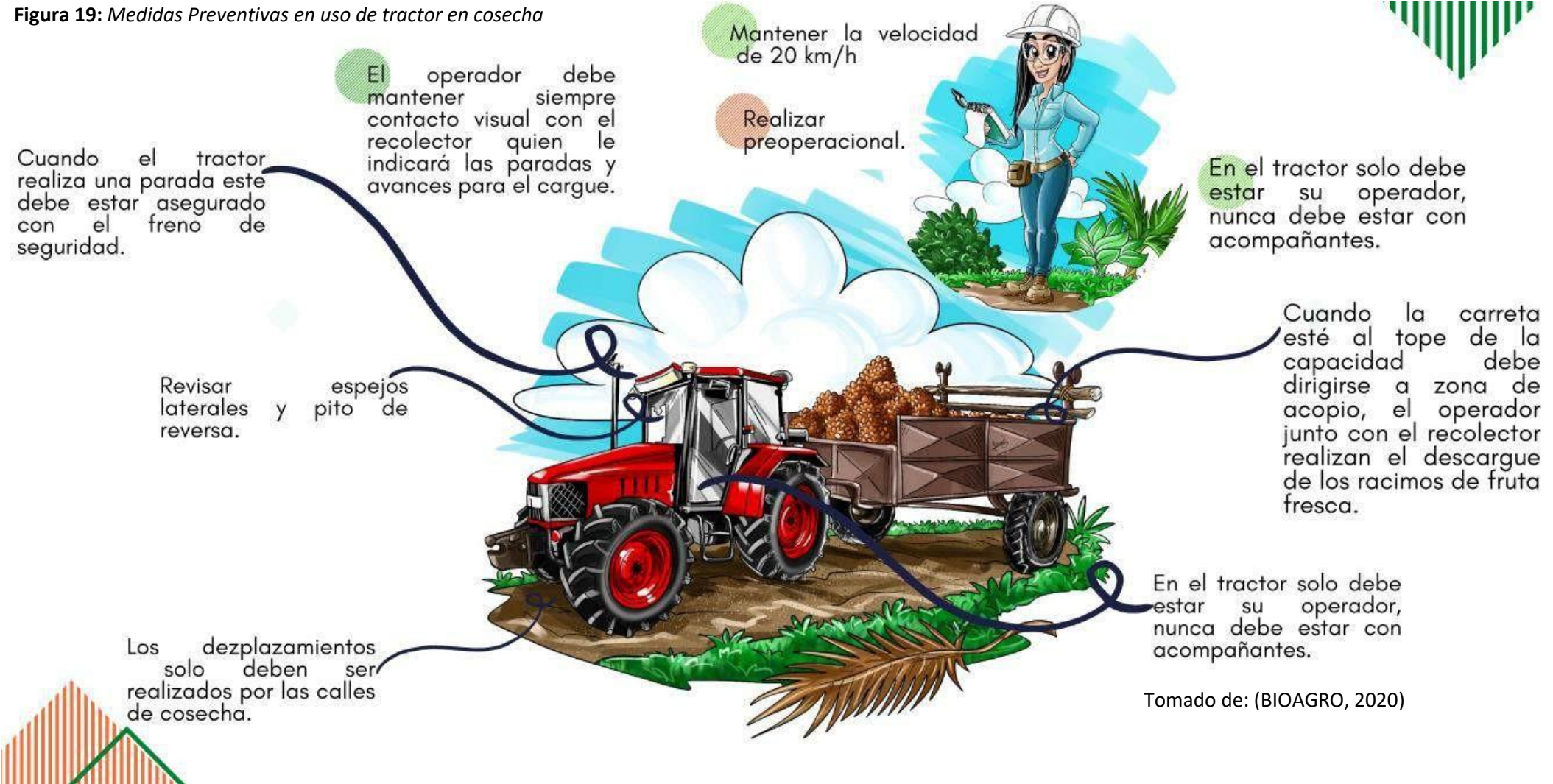
- 16.** Reportar ante el área de taller y al área de SST cualquier anomalía presentada o detectada.

- 17.** No maneje ninguna máquina si ha consumido alcohol o drogas o ha tomado medicamentos que puedan causar somnolencia. No maneje ninguna máquina si tiene sueño o se siente cansado o indisposto



		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 19: Medidas Preventivas en uso de tractor en cosecha



Tomado de: (BIOAGRO, 2020)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Guadaña

Herramienta para realizar cortes de pasto a ras de tierra, formado por un juego de cuchillas o de cintas, sujetas a un mango que forma ángulo con el plano de la hoja y es accionada por un motor.



Figura 20: Equipos de Protección Personal para uso de Guadaña



Tomado de: (ARL SURA , s.f.)

Riesgos asociados al uso de guadaña

- Heridas
- Golpes
- Laceraciones
- Amputaciones
- Desórdenes musculoesqueléticos
- Hipoacusia
- Quemaduras
- Trastornos por vibración
- Patologías pulmonares

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

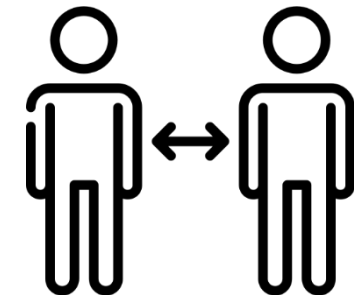
Medidas preventivas para uso y manejo de Guadaña

- ❖ Antes de empezar, compruebe siempre que todo el aparato a motor se encuentra en condiciones adecuadas para su funcionamiento.
- ❖ El botón de stop debe funcionar correctamente.
- ❖ Antes de encender la máquina, busque y retire de la zona de trabajo piedras, cristales rotos, clavos, alambres o cualquier otro objeto peligroso, para evitar que la herramienta de corte se bloquee o salga disparada.
- ❖ Antes de utilizar la guadañadora retire anillos, pulseras, reloj, entre otros.
- ❖ Antes de manipular la guadañadora póngase los elementos de protección personal.



- ❖ El operario debe de conocer correctamente la naturaleza y funcionamiento del equipo.
- ❖ La guadañadora debe tener la totalidad de sus partes móviles protegidas, de tal modo que éstas sean inaccesibles a movimientos voluntarios o involuntarios de la persona que la maneja.
- ❖ Si el corte sale lateralmente, se debe instalar una protección que resguarde lateralmente el filo en todo su recorrido (mampara).

- ❖ Siempre que la barra de corte no se halle trabajando, se debe poner un resguardo de protección que impida el contacto con la parte filosa.
- ❖ Por ningún motivo introduzca sus manos a la zona de corte mientras la máquina esté en operación.
- ❖ Por ningún motivo se deben retirar la guarda o protector del equipo de corte.
- ❖ Mantenga en buen estado el amortiguador de vibraciones y el silenciador.
- ❖ Mantenga alejadas del área de trabajo a personas y animales. La distancia mínima de seguridad es de 15 metros.





MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187

- ❖ Detenga inmediatamente la máquina y la herramienta de corte si se acerca una persona o un animal. El usuario será responsable de los peligros y accidentes que puedan acaecer y que puedan afectar a otras personas o sus bienes.
- ❖ Cuando se disponga a trabajar con este equipo motorizado, deberá encontrarse en un buen estado físico, descansado y sano.
- ❖ Este equipo motorizado no deberá ser utilizado bajo la influencia de alcohol, drogas ni medicamentos que puedan influir en la capacidad de reacción.



- ❖ No efectúe modificaciones en los dispositivos de seguridad y de mando existentes.
- ❖ No fume en el lugar donde vaya a trabajar con el aparato ni donde vaya a repostar combustible.



- ❖ Si el motor aún está caliente no se debe llenar el depósito de combustible, ya que existe peligro de incendio.
- ❖ Peste atención a problemas de estanqueidad. No empiece a trabajar si percibe que se sale el combustible. Esto supondría un peligro para su vida porque podría causarle quemaduras

- ❖ Para el transporte en largas distancias, coloque siempre el protector de cuchillas en las herramientas de corte metálicas.
- ❖ No trabaje jamás con el equipo dentro de recintos cerrados. Si el espacio libre es pequeño, o si se está en depresiones o canaletas, asegúrese de que haya siempre una renovación suficiente del aire durante el trabajo.
- ❖ Agarre firmemente la máquina con ambas manos y mantenga una posición segura y estable, mantenga siempre la herramienta de corte por debajo del nivel de la cadera.
- ❖ Mantenga cualquier parte de su cuerpo alejada de la herramienta de corte.
- ❖ Trabaje con precaución, reflexionando bien y con toda tranquilidad. No ponga en peligro a otras personas.- Cuide de que haya una buena luz y visibilidad

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

OBSERVACIONES:	<p>Se sugiere realizar una actividad dinámica que permita evaluar lo aprendido, capacitar constantemente a los operadores de maquinaria agrícola y realizar un adecuado plan de mantenimiento de la maquinaria.</p>
-----------------------	---

CONTROL DE CAMBIOS				
VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	REVISÓ	APROBÓ
01	16/06/2023	N/a	LINA DANIELA REYES PITTO	DANIEL FELIPE LOZADA TORRES

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PROCESO	Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	PROCEDIMIENTO	Plan de Capacitación Anual
ACTIVIDAD	Capacitación de ergonomía para mejorar la salud y la productividad en la empresa Agropecuaria YPF SAS		
OBJETIVO	Capacitar a los empleados sobre la ergonomía en la industria de palma de aceite y como esta ayuda a mejorar la salud y la productividad		
OBJETIVOS ESPECIFICOS	<ul style="list-style-type: none"> Comprender los conceptos básicos de la ergonomía y su importancia en el entorno laboral de la industria de la palma de aceite. Identificar los riesgos ergonómicos más comunes en las tareas relacionadas con la palma de aceite y la empresa. Aprender Estrategias para mejorar la ergonomía en la industria de la palma de aceite Promover la productividad y eficiencia a través de la aplicación de principios ergonómicos. 		
ALCANCE	Este procedimiento aplica para todos los trabajadores de campo y administrativos de la empresa Agropecuaria YPF SAS		

CAPACITACIÓN	ACTIVIDADES	RESPONSABLES		FRECUENCIA	REGISTROS
		AREA	CARGO		
Ergonomía para mejorar la salud y la productividad en la empresa Agropecuaria YPF SAS	<p>El desarrollo de este módulo de capacitación comprenderá cuatro secciones de 30 minutos cada una.</p> <ol style="list-style-type: none"> Introducción a la ergonomía Riesgos ergonómicos en la industria de la palma de aceite Estrategias para mejorar la ergonomía en la industria de la palma de aceite Prevención y promoción ergonómica 	Seguridad y Salud en el Trabajo SST	Coordinador de SST	Una vez cada seis meses.	Realizar un registro fotográfico junto con asistencia firmada. Grabar un pequeño video de la capacitación.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CAPACITACIÓN EN ERGONOMIA PARA MEJORAR LA SALUD Y LA PRODUCTIVIDAD EN LA EMPRESA

PRIMERA SECCION: Introducción a la ergonomía

"La ergonomía es el estudio de cómo las personas interactúan con su entorno. Se ocupa de la adaptación del entorno a las necesidades de las personas y de la adaptación de las personas al entorno. La ergonomía puede ayudar a mejorar la seguridad, la salud, la comodidad y la productividad." (Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional, 2023)

Figura 21

¿Qué es la ergonomía?

¿Qué es la ergonomía?



OBJETIVOS DE LA ERGONOMIA

- Minimizar los riesgos de lesiones y accidentes laborales
- Optimizar los procesos de trabajo y los sistemas para mejorar la eficiencia y la productividad
- Mejorar las condiciones de trabajo, tanto físicas como psicosociales
- Diseñar sistemas, productos y entornos que se ajusten a las capacidades, habilidades y características de los usuarios
- Prevenir enfermedades ocupacionales, como lesiones musculoesqueléticas y trastornos relacionados con el estrés o el trabajo repetitivo

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Tomado de (Prevencion Quesada, 2021)

- **Beneficios de la aplicación de la ergonomía**



Figura 22

Aplicación de ergonomía en el levantamiento de cargas



Tomado de (LANPRE FORMACION, 2022)

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SEGUNDA SECCION: Riesgos ergonómicos en la industria de palma de aceite



Levantamiento manual de cargas pesadas:
 Los trabajadores pueden verse obligados a levantar y transportar cargas pesadas, como sacos de frutas o herramientas. Esto puede dar lugar a lesiones en la espalda, los hombros y las extremidades si no se siguen las técnicas adecuadas de levantamiento y manipulación de cargas.



Posturas incómodas:
 Los trabajadores pueden verse obligados a adoptar posturas incómodas durante largos períodos de tiempo, como agacharse, arrodillarse o estirarse repetidamente. Esto puede causar fatiga muscular, dolor y problemas musculoesqueléticos a largo plazo.

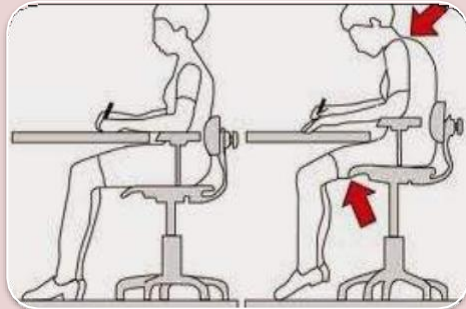


Repetitividad de movimientos:
 Las tareas repetitivas, como la recolección de frutas o la poda de palmas, pueden llevar a movimientos repetitivos que pueden causar lesiones por esfuerzo repetitivo (LER) o trastornos musculoesqueléticos (TME), como tendinitis o síndrome del túnel carpiano.



Vibraciones:
 El uso de herramientas o maquinaria que generan vibraciones, como las motosierras, las máquinas de poda o tractores, pueden causar trastornos vasculares y musculoesqueléticos, como la enfermedad de Raynaud o neuropatías.

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187



Diseño inadecuado de estaciones de trabajo:

Las estaciones de trabajo mal diseñadas, como las sillas o mesas de trabajo que no se ajustan correctamente a la altura y postura del trabajador, pueden provocar problemas posturales y musculoesqueléticos.



Movimientos repetitivos de mano y muñeca:

Algunas tareas, como la manipulación de herramientas manuales o la recolección de frutas, pueden requerir movimientos repetitivos de la mano y la muñeca, lo que aumenta el riesgo de desarrollar trastornos musculoesqueléticos en estas áreas.



Fatiga:

Las largas jornadas laborales, el trabajo físicamente exigente y las condiciones climáticas adversas pueden llevar a la fatiga física y mental de los trabajadores, lo que aumenta el riesgo de errores y lesiones.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

TERCERA SECCION: Estrategias para mejorar la ergonomía en la industria de la palma de aceite

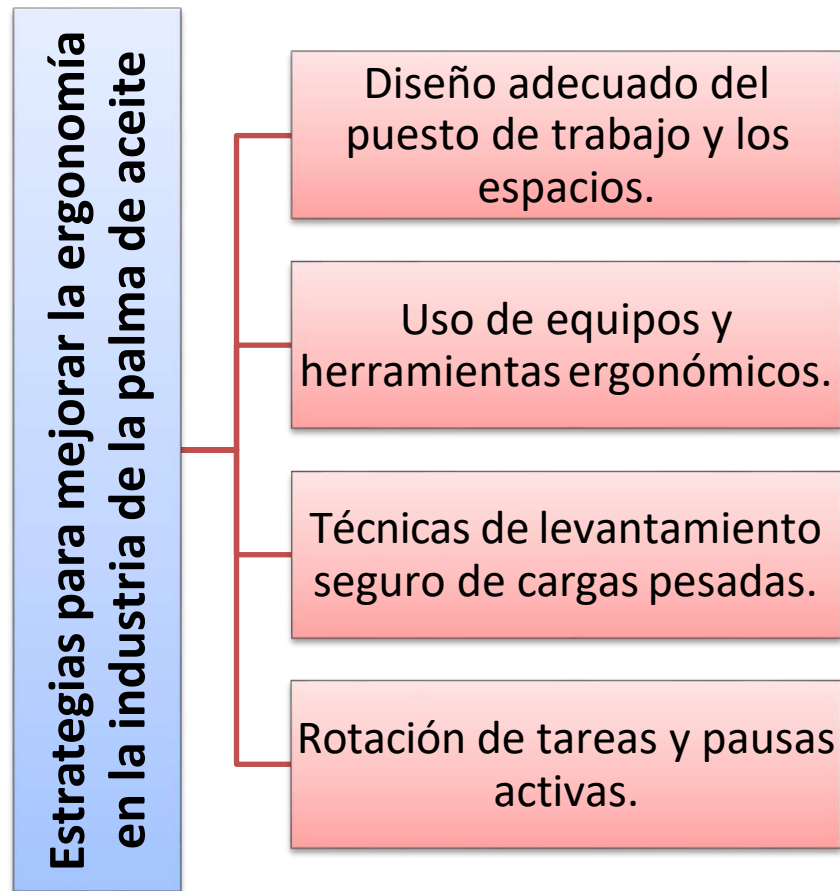


Figura 23

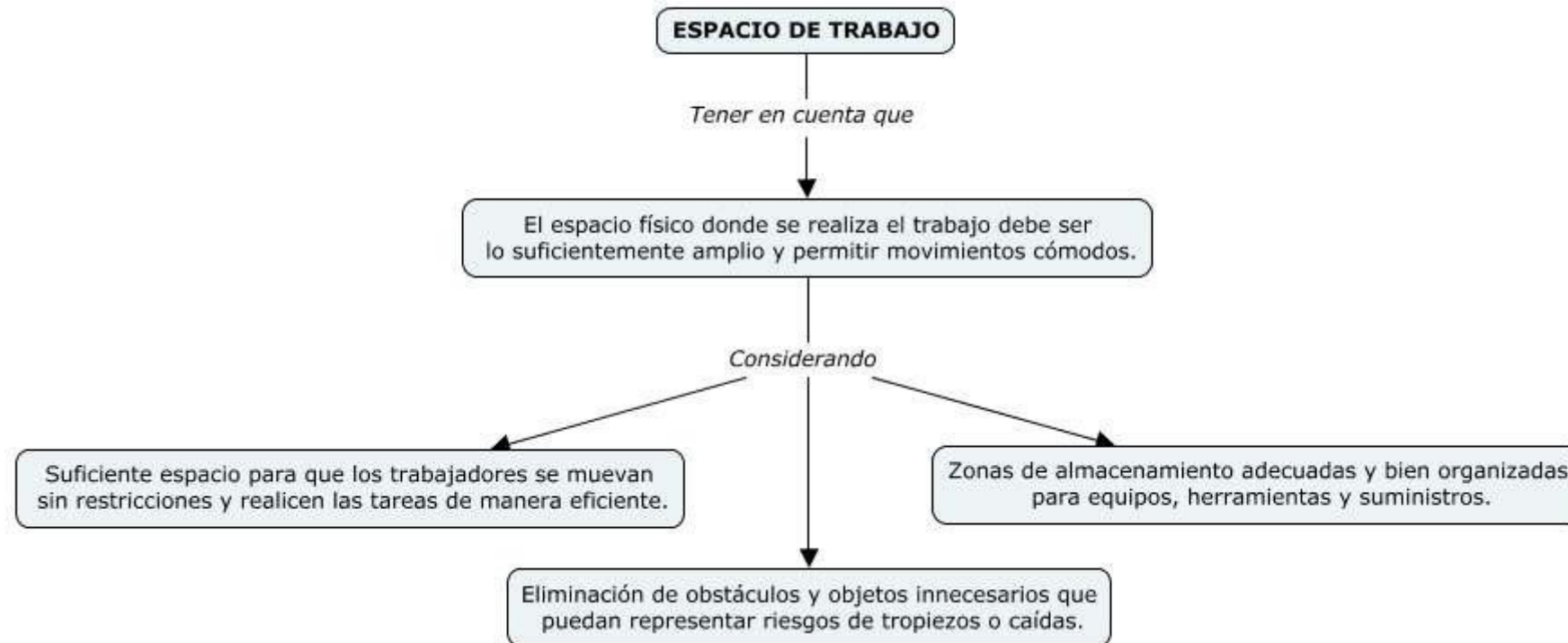
Estrategias de reducción de riesgo ergonómico



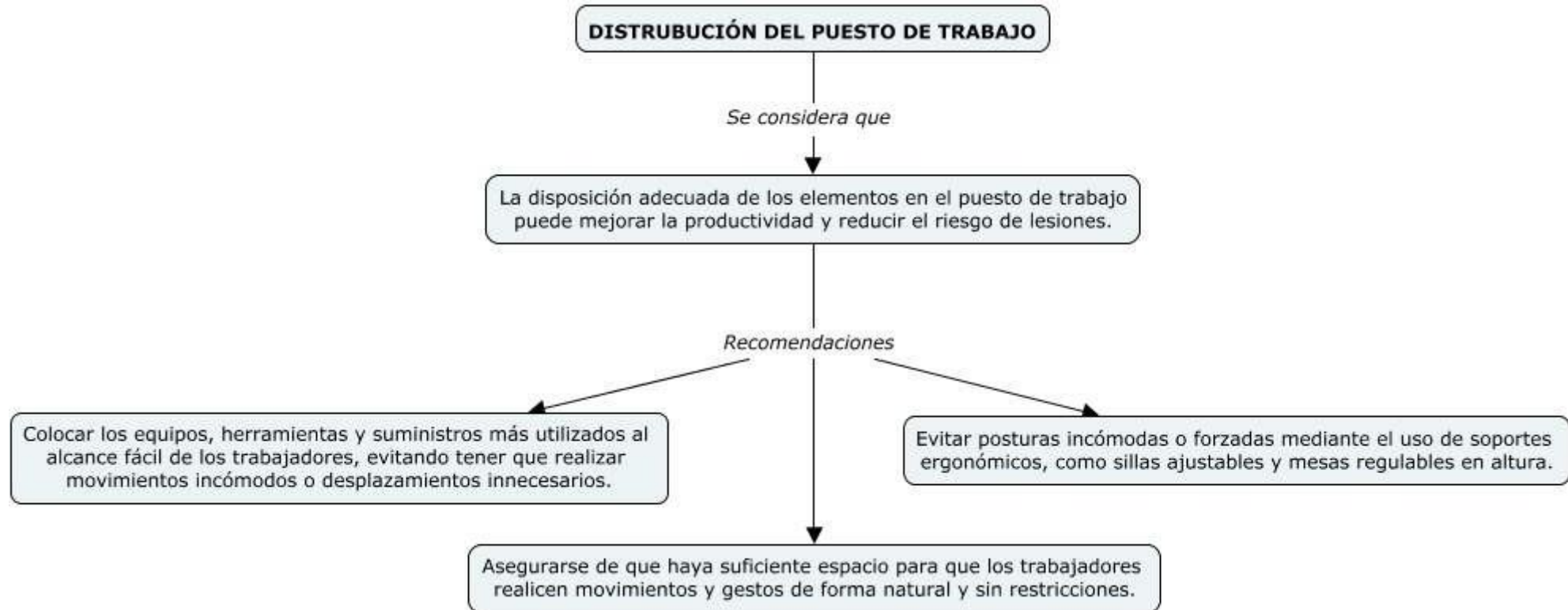
Tomado de (CENSOPAS, 2022)

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Diseño adecuado del puesto de trabajo y los espacios**



Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187





AGROPECUARIA
YPF S.A.S
NIT: 900527482-4



UNIVERSIDAD
SANTO TOMAS

MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187





AGROPECUARIA
YPF S.A.S
NIT: 900527482-4



UNIVERSIDAD
SANTO TOMAS

MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187

VENTILACIÓN Y CLIMATIZACIÓN

Se conoce que

El clima y la ventilación adecuados en el entorno de trabajo son importantes para el confort y el bienestar de los trabajadores

Se debe tener en cuenta

Proporcionar sistemas de ventilación adecuados para mantener el aire limpio y fresco, en áreas con alta concentración de polvo o productos químicos.

Controlar la temperatura y la humedad para crear un ambiente de trabajo cómodo y seguro, evitando el sobrecalentamiento o la exposición a condiciones extremas.

ACCESIBILIDAD Y SEGURIDAD

Se establece que

Los puestos de trabajo deben ser accesibles y seguros para todos los trabajadores.

Considerando

Asegurar la accesibilidad para personas con discapacidades o necesidades especiales, proporcionando rampas, pasillos anchos y equipos adaptados.

Implementar medidas de seguridad, como señalización clara, extintores de incendios, salidas de emergencia y equipos de protección personal adecuados.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Uso de herramientas y equipos ergonomicos**



Máquinas y equipos de recolección: Para la cosecha de frutos de palma de aceite, se pueden utilizar máquinas y equipos especializados que ayuden a los trabajadores a realizar la tarea de manera más eficiente y segura. Estos equipos pueden incluir cosechadoras y podadoras de frutos que reducen la necesidad de trabajo manual intensivo.



Herramientas de poda ergonómicas: Para realizar la poda de las palmas de aceite, es importante utilizar herramientas de poda que estén diseñadas ergonómicamente para reducir la tensión y el esfuerzo en los brazos y las manos de los trabajadores. Estas herramientas pueden tener mangos cómodos y antideslizantes, y mecanismos de corte que requieran menos fuerza.



Mochilas pulverizadoras: En la industria de la palma de aceite, es común el uso de mochilas pulverizadoras para la aplicación de pesticidas o fertilizantes. Se deben utilizar mochilas pulverizadoras con correas acolchadas y ajustables para distribuir el peso de manera más uniforme y reducir la tensión en la espalda y los hombros.



Herramientas manuales con mangos ergonómicos: Las herramientas manuales, como azadones o palas, pueden tener mangos ergonómicos que se adapten mejor a la forma de la mano y reduzcan el riesgo de lesiones musculares y articulares.



AGROPECUARIA
YPF S.A.S
NIT: 900527482-4



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS

MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código

GD-SGSST-CAP-01

Versión

01

Fecha Aprobación

15/06/2023

Página

12 de 187



Guantes ergonómicos: Los trabajadores que manejan productos químicos o realizan tareas de manipulación de objetos pesados pueden utilizar guantes ergonómicos que ofrezcan protección y agarre adecuados, al tiempo que permitan un movimiento natural de las manos.



Rampas y carros de transporte: Para mover cargas pesadas o voluminosas, se pueden utilizar rampas y carros de transporte que faciliten el movimiento y reduzcan la necesidad de levantar objetos de forma manual.



Sillas y asientos ergonómicos: En los espacios de trabajo donde los trabajadores deben pasar mucho tiempo sentados, es importante proporcionar sillas y asientos ergonómicos que ofrezcan soporte lumbar, ajuste de altura y otras características que promuevan una postura saludable.



Estaciones de trabajo ajustables: Si es posible, se deben utilizar estaciones de trabajo ajustables en altura para que los trabajadores puedan realizar sus tareas de pie o sentados, según sea necesario, evitando posturas estáticas prolongadas.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Técnicas de levantamiento seguro de cargas pesadas**

1. **Evaluar la carga:** Antes de levantar una carga pesada, evalúa su peso y tamaño. Asegúrate de que puedas manejarla de forma segura y considera si necesitas ayuda o algún equipo de levantamiento.

2. **Usar equipo de protección:** Siempre que sea necesario, utiliza equipo de protección personal, como guantes y zapatos de seguridad, para evitar lesiones en las manos y los pies.

3. **Mantener una postura adecuada:** Al levantar la carga, mantén la espalda recta y los hombros hacia atrás. Evita encorvar la espalda o girar el cuerpo mientras levantas.

4. **Flexionar las rodillas:** Dobla las rodillas para agacharte y llegar a la carga, en lugar de doblar la cintura. Esto te ayudará a mantener una posición más estable y reducirá la tensión en la espalda.

5. **Agarrar la carga correctamente:** Sujeta la carga con ambas manos y asegúrate de tener un buen agarre antes de levantarla. Si es posible, utiliza asas o agarraderas en la carga para facilitar el levantamiento.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

6. Levantar con las piernas: Al levantar la carga, utiliza la fuerza de las piernas para empujar hacia arriba, en lugar de depender únicamente de la espalda. Mantén la carga cerca de tu cuerpo mientras la levantas.

7. Evitar giros: Evita girar el cuerpo mientras levantas la carga. En su lugar, mueve los pies en la dirección en la que necesitas llevar la carga.

8. Pide ayuda cuando sea necesario: Si la carga es demasiado pesada o voluminosa para que la levantes por ti mismo, pide ayuda a otro trabajador o utiliza equipo de levantamiento, como una carretilla o un montacargas.

9. No levantar en movimiento: Evita levantar una carga pesada mientras caminas. Coloca la carga en una posición estable antes de moverte.

10. Descansar si es necesario: Si sientes que la carga es demasiado pesada o que estás fatigado, no dudes en pedir ayuda o tomar un descanso antes de continuar.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 1

Procedimiento correcto de levantamiento manual de cargas



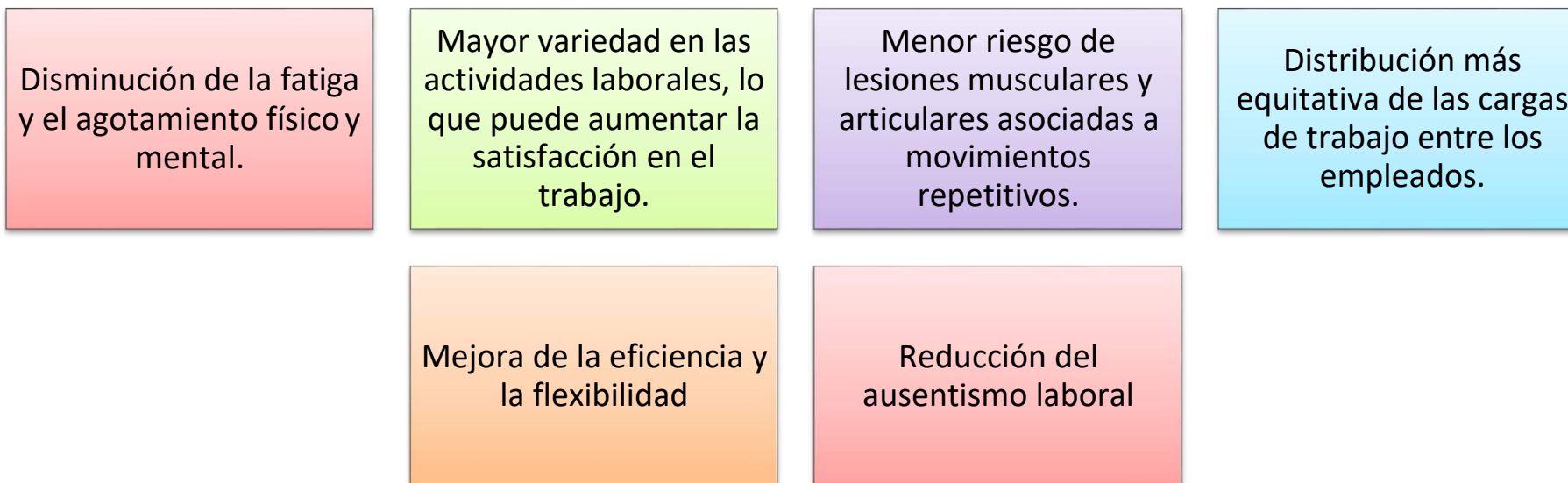
Tomado de (Andes monta cargas, 2021)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Rotación de tareas y pausas activas**

Rotación de tareas: La rotación de tareas implica alternar las actividades laborales que realiza un trabajador a lo largo de su jornada. Esto se hace para evitar que una persona realice una misma tarea de forma repetitiva durante largos periodos de tiempo. Al rotar las tareas, los músculos y articulaciones utilizados se relajan, lo que reduce el riesgo de desarrollar lesiones por esfuerzo repetitivo (LER) y otros problemas musculares.

Ventajas de la rotación de tareas



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Pausas activas: Las pausas activas son breves descansos programados durante la jornada laboral en los que los trabajadores realizan ejercicios y estiramientos específicos para relajar y estirar los músculos y articulaciones. Estas pausas tienen como objetivo prevenir la fatiga y la rigidez, mejorar la circulación sanguínea y reducir la tensión acumulada en el cuerpo. Algunos ejemplos de pausas activas aplicables en la empresa son:

Estiramientos de brazos y hombros: Levanta los brazos por encima de la cabeza y estira los dedos hacia el techo. Luego, cruza los brazos frente al pecho y estira los hombros, alternando los brazos.

Estiramiento de cuello: Inclina suavemente la cabeza hacia un lado, sosteniendo durante unos segundos, luego hacia el otro lado. También puedes rotar lentamente el cuello en sentido horario y antihorario.

Estiramientos de espalda: Siéntate derecho en una silla y gira el torso hacia un lado, sosteniendo con una mano el respaldo de la silla para estirar la espalda. Repite hacia el otro lado.

Estiramientos de piernas: Párate junto a tu silla y coloca una pierna hacia adelante, flexionando la rodilla. Mantén el talón de la otra pierna en el suelo y estira la pantorrilla. Repite con la otra pierna.

Ejercicios de muñecas y dedos: Extiende los brazos frente a ti y realiza movimientos circulares con las muñecas en ambos sentidos. Luego, abre y cierra los puños varias veces para relajar los dedos.

Ejercicio de respiración profunda: Siéntate en una silla con los pies en el suelo y las manos en las rodillas. Respira profundamente, llenando los pulmones de aire, y luego exhala lentamente. Repite varias veces para relajarte y reducir el estrés.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CUARTA SECCION: Prevención y promoción ergonómica



Evaluación ergonómica:
Realizar evaluaciones ergonómicas en los diferentes puestos de trabajo para identificar riesgos potenciales y áreas de mejora. Estas evaluaciones pueden incluir análisis de tareas, observaciones de trabajadores y mediciones de factores físicos como posturas, fuerzas y movimientos repetitivos.



Diseño ergonómico de equipos y herramientas: Priorizar la adquisición y el uso de equipos y herramientas ergonómicos que se ajusten a las características físicas de los trabajadores. Asegurarse de que los equipos sean fáciles de manejar y operar para reducir la fatiga y el riesgo de lesiones.



Capacitación en ergonomía:
Proporcionar capacitación a los trabajadores sobre principios ergonómicos y cómo aplicarlos en su trabajo diario. Enseñarles cómo mantener posturas adecuadas, cómo levantar cargas de manera segura y cómo utilizar los equipos ergonómicos de forma correcta.



Rotación de tareas: Fomentar la rotación de tareas para evitar movimientos repetitivos y reducir la carga física en áreas específicas del cuerpo. Esto puede ayudar a prevenir lesiones por esfuerzo repetitivo y mejorar la productividad al tener empleados versátiles en diferentes áreas de trabajo.



**AGROPECUARIA
YPF S.A.S**
NIT: 900527482-4



**UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS**

MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187



Pausas activas y ejercicios de estiramiento: Promover la práctica de pausas activas y ejercicios de estiramiento durante la jornada laboral. Estas actividades ayudan a aliviar la tensión muscular y mejorar la circulación sanguínea, reduciendo así la fatiga y el estrés físico.



Diseño de estaciones de trabajo ajustables: Donde sea posible, proporcionar estaciones de trabajo ajustables en altura para permitir a los trabajadores encontrar una posición cómoda y ergonómica mientras realizan sus tareas.



Fomentar una cultura de seguridad y salud ocupacional: Crear una cultura empresarial que priorice la seguridad y salud ocupacional. Fomentar la comunicación abierta entre empleados y empleadores para informar sobre problemas ergonómicos y buscar soluciones conjuntas.



Revisión periódica y mejora continua: Realizar revisiones periódicas de las prácticas ergonómicas implementadas y buscar constantemente formas de mejorar y optimizar el ambiente de trabajo para garantizar la prevención de lesiones y promover la salud de los trabajadores.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

OBSERVACIONES:	
-----------------------	--

CONTROL DE CAMBIOS				
VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	REVISÓ	APROBÓ
01	16/06/2023	N/a	LINA DANIELA REYES PITTO	DANIEL FELIPE LOZADA TORRES

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PROCESO	Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	PROCEDIMIENTO	Plan de Capacitación Anual
ACTIVIDAD	Manejo Seguro de Productos Químicos.		
OBJETIVO	Prevenir la ocurrencia de incidentes, accidentes de trabajo y enfermedades laborales en los trabajadores que hacen uso de productos químicos; mediante la implementación de lineamientos y prácticas seguras en la manipulación de sustancias químicas durante el desarrollo de sus actividades, y con ello proteger el bienestar de las personas, el medio ambiente y las instalaciones.		
ALCANCE	Este procedimiento aplica para todos los trabajadores de campo que hacen uso de productos químicos.		

CAPACITACIÓN	ACTIVIDADES	RESPONSABLES		FRECUENCIA	REGISTROS
		AREA	CARGO		
Manejo Seguro de Productos Químicos.	<p>El desarrollo de este módulo de capacitación comprenderá tres secciones de una hora cada una.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Riesgo Químico. 2. Productos agroquímicos usados en la palma de aceite. 3. Medidas Preventivas para el manejo de productos químicos. 	SST	Líder y Coordinador de SST	Se debe realizar con la inducción del trabajador que va a hacer uso de productos químicos y como refuerzo cada tres meses.	Realizar un registro fotográfico junto con asistencia firmada. Grabar un pequeño video de la capacitación.

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PRIMERA SECCIÓN: RIESGO QUÍMICO



Riesgo químico es aquel que se deriva del uso o la presencia de sustancias químicas peligrosas. Una sustancia es peligrosa cuando presenta una o varias de las características siguientes:

- Es peligrosa para la salud.
- Puede provocar incendios y explosiones.
- Es peligrosa para el medio ambiente

Está constituido por elementos y sustancias que, al entrar al organismo, mediante inhalación, absorción cutánea o ingestión puede provocar intoxicación, quemaduras, irritaciones o lesiones sistémicas, dependiendo del grado de concentración y el tiempo de exposición.

En el sector palmero, en campo es frecuente la exposición no controlada a agentes químicos o residuos de los mismos, a través de: uso de plaguicidas, fertilizantes e insecticidas, por ejemplo, en actividades de pre- vivero y mantenimiento (control sanitario); la presencia de polvos inorgánicos como cenizas y material particulado como arena, que puede producir efectos respiratorios o efectos sistémicos (intoxicación) sobre la salud de los individuos; además de las consecuencias sobre el medio ambiente. (Cely Diana, 2020)



Estos efectos llamados contaminación química que producen estas sustancias tienen un potencial impresionante de generar cambios, en muchos de los casos, a corto plazo y otros a mediano plazo, llegando incluso a ser irreversibles.

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Factores del Riesgo químico

POR INHALACIÓN	POR INGESTIÓN	POR CONTACTO	EXPOSICIÓN OCULAR
			
<p>Estos productos pueden esparcirse por el aire y penetrar en el sistema respiratorio, afectando directamente los alvéolos pulmonares y luego pasar a la sangre. Según la naturaleza del componente químico, la inhalación de productos químicos podrá causar efectos de diferente gravedad, afectando mayormente los órganos como el hígado, los riñones y el cerebro.</p>	<p>Las sustancias químicas pueden ser ingeridas por accidente o por desconocimiento trayendo consecuencias graves: algunas inmediatas en especial aquellas causadas por sustancias corrosivas; otras después que pasan por el tracto digestivo; y otras después que se metabolizan por el organismo.</p>	<p>Cuando se tiene contacto directo con la piel y la sustancia química; produciendo intoxicación por absorción cutánea, siempre y cuando el producto tóxico pueda atravesar la piel y esparcirse por todo el organismo.</p>	<p>Cuando se tiene contacto con gases, vapores o polvos químicos directamente en los ojos; produciendo una lesión epitelial de la córnea o queratitis. Estos efectos pueden ser al instante o retardados.</p>

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Riesgo por agentes químicos

Los agentes que generan riesgos químicos son aquellos que por sus características o composición puedan dañar a las personas, el medio ambiente y los bienes. Estas sustancias o preparados considerados peligrosos se clasifican en tres grupos básicos:

Riesgos que se generan a causa de sus propiedades fisicoquímicas

Explosivos: productos químicos que pueden explotar por una llama o aquellos que son sensibles a explotar por choques o fricciones; por ejemplo, la nitroglicerina.

Comburentes: sustancias químicas que tienen la capacidad de incendiar otras sustancias, facilitando el incendio e impidiendo el combate del fuego; por ejemplo, el oxígeno, el peróxido de hidrógeno.

Extremadamente inflamables: sustancias químicas y preparados líquidos que tienen un punto de inflamación entre los 21°C y los 55°C; por ejemplo, el hidrógeno.

Inflamables: productos químicos que pueden calentarse e inflamarse sin empleo de energía o cuando entran en contacto con el agua o el aire húmedo y desprenden gases inflamables en grandes cantidades; por ejemplo, el benceno, la acetona, etc.

Corrosivos: productos químicos que tienen la capacidad de destruir tejidos vivos y materiales inertes; por ejemplo, el ácido clorhídrico.

Riesgos para la salud humana

Irritantes: sustancias y preparados no corrosivos, pero que al tener contacto prolongado o repetido con la piel puede provocar reacciones inflamatorias; por ejemplo, el cloruro de calcio.

Asfixiantes: los que impiden la llegada de oxígeno a los tejidos del organismo.

Neumoconióticos: aquellos productos que se acumulan en los pulmones; por ejemplo, el polvo de carbón, algodón, PVC.

Narcóticos: productos químicos que causan inconsciencia; por ejemplo, el cloroformo, los éteres.

Cancerígenos: productos que generan tumores malignos; por ejemplo, el benceno, el tolueno.

Sistémicos: los productos químicos que afectan un órgano de forma selectiva; por ejemplo, el uranio.

Radiactivos: los que emiten radiaciones nocivas para el ser humano. Pueden ser ionizantes, no ionizantes, radioisótopos.

Riesgos para el medio ambiente

Las sustancias químicas consideradas como peligrosas para el medio ambiente son aquellas que teniendo contacto con el mismo afectan inmediatamente o a futuro los componentes de los ecosistemas generan riesgos para el medio ambiente acuáticos y no acuáticos, la flora, la fauna, los organismos del suelo, las abejas, la capa de ozono.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SÍMBOLOS UTILIZADOS EN LA IDENTIFICACIÓN DE LAS SUSTANCIAS QUÍMICAS

Figura 25: Símbolos Utilizados en la Identificación de las Sustancias Químicas



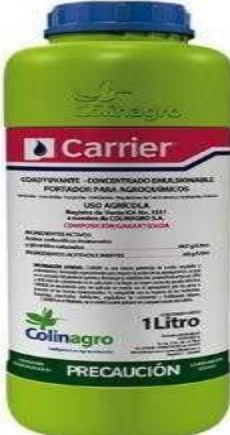
GHS01 PELIGRO FÍSICO	BOMBA EXPLOTANDO  EXPLOSIVO <ul style="list-style-type: none"> Explosivos Peróxidos orgánicos Autorreactivos sustancias o mezclas que reaccionan espontáneamente	GHS02 PELIGRO FÍSICO	LLAMA  INFLAMABLE <ul style="list-style-type: none"> Gases, líquidos y sólidos inflamables, pirofóricos, producen calentamiento espontáneo, contacto con agua desprenden gases inflamables, explosivos insensibilizados, aerosol 	GHS03 PELIGRO FÍSICO	LLAMA SOBRE CÍRCULO  OXIDANTE <ul style="list-style-type: none"> Gases comburentes Líquidos comburentes Sólidos comburentes Aerosol comburente
GHS04 PELIGRO FÍSICO	BOTELLA DE GAS  GASES A PRESIÓN <ul style="list-style-type: none"> Gas comprimido Gas licuado Gas licuado refrigerado Gas disuelto 	GHS05 FÍSICO - SALUD	CORROSIÓN  CORROSIVO <ul style="list-style-type: none"> Corrosión cutánea Serio daño ocular Lesión ocular grave Corrosivo para metales 	GHS06 PELIGRO SALUD	CALAVERA Y TIBIAS CRUZADAS  TOXICIDAD AGUDA <ul style="list-style-type: none"> Toxicidad aguda (severa) por ingestión, inhalación, vía cutánea
GHS07 AMBIENTE - SALUD	SIGNO DE EXCLAMACIÓN  <ul style="list-style-type: none"> Irritante para la piel Irritante para los ojos Sensibilizador dermal Toxicidad aguda nociva Toxicidad específica en determinados órganos Peligro para la capa de ozono 	GHS08 PELIGRO SALUD	PELIGRO PARA LA SALUD  <ul style="list-style-type: none"> Carcinogenicidad Mutagenicidad de células germinales Toxicidad para la reproducción-fertilidad Toxicidad específica en determinados órganos Peligro por aspiración 	GHS09 PELIGRO AMBIENTE	MEDIOAMBIENTE  PELIGRO PARA MEDIO AMBIENTE ACUÁTICO <ul style="list-style-type: none"> Toxicidad acuática a corto plazo (aguda) Toxicidad acuática a largo plazo (crónica)

CODIFICACIÓN DE PICTOGRAMAS SGA 2015 V6 – ADOPTADO DECRETO 1496 DE 2018

Tomado de: (Área Metropolitana del Valle de Aburrá , s.f.)

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SEGUNDA SECCIÓN: PRODUCTOS AGROQUÍMICOS USADOS EN LA PALMA DE ACEITE

<u>FUSILADE</u>	<u>GRAMOXONE</u>	<u>CARRIER</u>
		
<p>Herbicida selectivo. Eficaz para el control de la mayoría de las malezas gramíneas anuales y perennes Peligros para la salud Posible riesgos: perjudicial para los bebés en gestación. Este material causa irritación después de contacto con la piel y ojos. Peligroso si es ingerido, puede causar daños a los pulmones si es ingerido. Los vapores pueden causar somnolencia y mareos. Peligros para el ambiente en caso de accidente (derrame/escape) Muy tóxico para organismos acuáticos. Puede causar efectos adversos duraderos para el medio ambiente acuático</p>	<p>Herbicida de contacto No selectivo. Eficaz para el control de todo tipo de malezas Peligros para la salud NO PONERLO EN UN RECIPIENTE DE COMIDA O BEBIDA. Muy tóxico por inhalación. Tóxico por contacto con la piel y si es ingerido. Puede ser fatal, con muerte posible, días o semanas después de la exposición. Ligeramente irritante para la piel. Irritante moderado para los ojos. Irritante para el sistema respiratorio. Los síntomas de la exposición pueden incluir hemorragia nasal. Tóxico: peligro de efectos irreversibles muy serios si se ingiere. Peligros para el ambiente en caso de accidente (derrame/escape) Muy tóxico para los organismos acuáticos, puede causar efectos adversos duraderos en el ambiente acuático.</p>	<p>Es un Coadyuvante no iónico, usado para proteger (encapsulador) los agroquímicos durante el viaje (portador) desde su envase hasta el objetivo; encapsula las partículas del producto, protege los agroquímicos de malas aguas, controla la evaporación, evita el lavado, reduce pérdidas ocasionadas por fotodescomposición y deriva. Límites de exposición: No hay límites establecidos. Efectos por sobre exposición: Inhalación: Causa leve irritación. Ojos: Posiblemente irritación. Ingestión: puede causar náuseas, vómitos y diarreas. Piel: puede causar irritación, ardor.</p>




		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

<u>CERRERO</u>	<u>BELT</u>	<u>MALATHION</u>	<u>RIDOMIL</u>
			
<p>Es un herbicida foliar post-emergente que requiere de la presencia de luz y hojas activas, actúa por contacto con las hojas Nocivo en caso de ingestión Puede ser nocivo en contacto con la piel Provoca lesiones oculares graves Tóxico en caso de inhalación Puede irritar las vías respiratorias Provoca daños en los órganos tras exposiciones prolongadas o repetidas Muy tóxico para los organismos acuáticos.</p>	<p>Es un insecticida del grupo de las Diamidas con un poderoso efecto antialimentario que controla eficazmente una cantidad importante de larvas de lepidópteros aún en los estados más avanzados en una gran diversidad de cultivos</p> <p>Revisión de la Emergencia No sensibilizante.</p>	<p>Insecticida que actúa por contacto, inhalación e ingestión, sobre el sistema nervioso de los insectos Nocivo: Riesgo de efectos graves para la salud en caso de Exposición prolongada e ingestión. Muy tóxico para los organismos acuáticos, puede provocar a largo plazo efectos negativos en el medio ambiente acuático. Medianamente Tóxico</p>	<p>es un fungicida sistémico que está especialmente indicado para el control de hongos Puede provocar una reacción cutánea alérgica. Nocivo si se inhala. Susceptible de provocar cáncer. Puede perjudicar la fertilidad o dañar al feto. Puede provocar daños en los órganos (Tiroides, Sistema nervioso) tras exposiciones prolongadas o repetidas. Muy tóxico para los organismos acuáticos, con efectos nocivos duraderos.</p>

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

<u>METSULFURON</u>	<u>REDUX</u>	<u>MAJESTIC</u>	<u>RIDOMIL</u>
			
<p>Herbicida sistémico no hormonal con efecto residual para el control selectivo de malezas de hoja ancha en aspersión foliar total. Irritante ocular, leve irritante dérmico. No sensibilizante</p>	<p>Es un agente acidificante y amortiguador del pH del agua. Disminuye la descomposición química que sufren los plaguicidas cuando el agua para aspersión tiene un pH elevado. Es un agente acondicionador de agua para aspersión. Se aplica en mezcla de campo con plaguicidas. Puede ser nocivo en caso de ingestión Puede ser nocivo si se inhala Puede ser nocivo en contacto con la piel, Provoca irritación de nariz y garganta y dolor de cabeza.</p>	<p>Es un insecticida organofosforado altamente sistémico con acción de contacto e ingestión, sobre insectos cortadores, chupadores y raspadores numerosos cultivos. Es medianamente tóxico; sin embargo, se recomienda. "No comer, beber o fumar durante las operaciones de mezcla y aplicación. Es peligroso si se ingiere.</p>	<p>es un herbicida líquido soluble, desarrollado como selectivo de gramíneas en aplicaciones post-emergentes especialmente en lotes donde el uso continuado de otros herbicidas ha seleccionado malezas resistentes. Efectos potenciales para la salud. Contacto con los ojos: Severa irritación. Contacto con la piel: Severa irritación. Ingestión: Nocivo. Inhalación: Respiración dificultosa</p>

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

<u>FURADAN</u>	<u>LORSBAN</u>	<u>ROUNDUP</u>
		
<p>Es un insecticida nematocida sistémico de amplio espectro para el control de nematodos e insectos. ALTAMENTE TOXICO. Los efectos de la sobreexposición a este producto se pueden generar a partir de su ingestión o absorción a través de la piel. Condiciones como aumento de temperatura y humedad pueden coadyuvar en la absorción de este producto a través de la piel y por ende, aumentar su nivel de toxicidad. Los síntomas de la sobreexposición incluyen dolor de cabeza, aturdimiento, debilidad, calambres abdominales, náuseas, exceso de salivación, transpiración, visión borrosa, lagrimeo, pupilas fijas, color azul loso en la piel, convulsiones, tremores y coma.</p>	<p>Es un insecticida organofosforado de amplio espectro y recomendado para el control de plagas en diversos cultivos. Efectos adversos en salud: Puede causar moderada irritación con daño temporal de la córnea. Puede causar irritación, resecamiento y descamación de la piel. La ingestión de cantidades importantes puede causar serios daños, incluso la muerte. Si es aspirado (entrada de líquido a los pulmones), puede provocar daño a los mismos e incluso la muerte por neumonitis química. Puede causar irritación de las vías respiratorias y depresión del sistema nervioso central (dolores de cabeza, vértigo/mareos, somnolencia, falta de coordinación).</p>	<p>Es un herbicida no selectivo, de aplicación post-emergente y acción sistémica, recomendado para el control de la mayoría de las malezas anuales y perennes en crecimiento activo. Peligroso si es inhalado. Evite respirar vapor o aspersión. Causa daño temporal a los ojos. Evitar contacto con la piel y la ropa.</p>

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

TERCERA SECCIÓN: MEDIDAS PREVENTIVAS PARA EL MANEJO DE PRODUCTOS QUÍMICOS.

Figura 26: Control del Riesgo Químico

Recomendaciones para evitar intoxicaciones con plaguicidas



1 Transporte
los plaguicidas deben ir separados de los alimentos



3 Equipos de protección



4 ¿Qué se hace con los envases?
Nunca más se utilizan. Se deben lavar 3 VECES, perforarlos para no volver a usarlos y guardarlos en bolsas cerradas hasta que sean retirados.



2 Almacenamiento
Almacenar los herbicidas separados de los fungicidas e insecticidas



Guardar el sobrante en el envase on la tapa asegurada

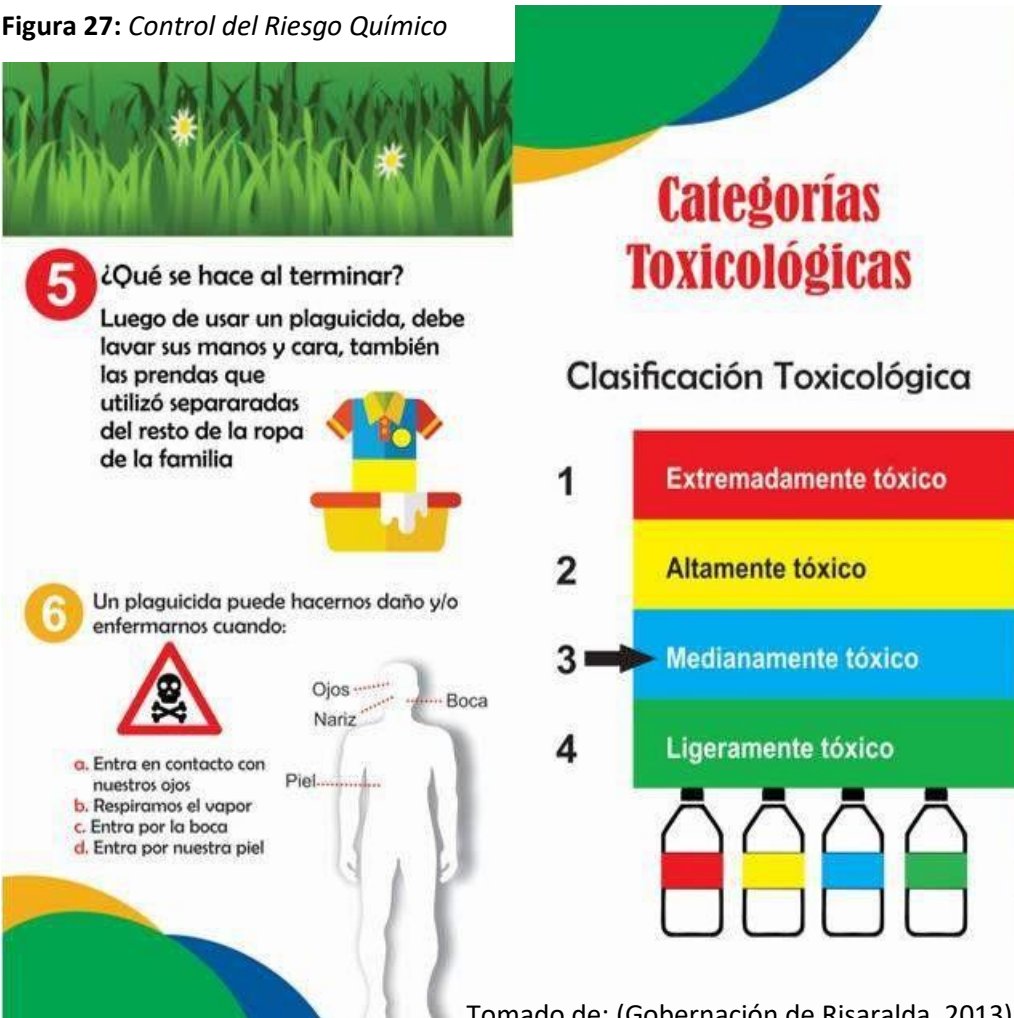
Preferiblemente guarde los envases bajo llave. Mantener los plaguicidas en un lugar seguro y alejado de personas, animales, alimentos, dormitorios

¡Todos los plaguicidas son tóxicos y pueden causar daño!

Tomado de: (Gobernación de Risaralda, 2013)

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 27: Control del Riesgo Químico



Categorías Toxicológicas

Clasificación Toxicológica

1	Extremadamente tóxico
2	Altamente tóxico
3	Medianamente tóxico
4	Ligeramente tóxico

5 ¿Qué se hace al terminar?

Luego de usar un plaguicida, debe lavar sus manos y cara, también las prendas que utilizó separaradas del resto de la ropa de la familia

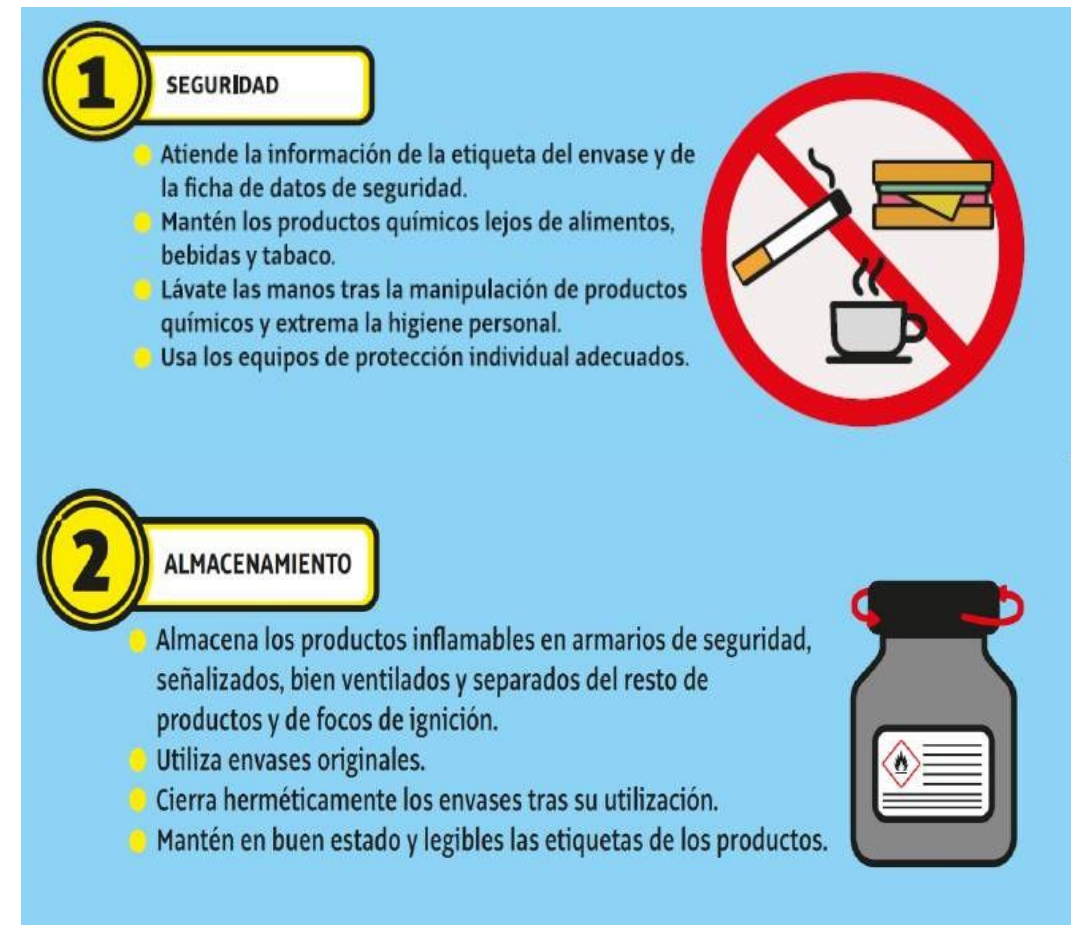
6 Un plaguicida puede hacernos daño y/o enfermarnos cuando:

a. Entra en contacto con nuestros ojos
b. Respiramos el vapor
c. Entra por la boca
d. Entra por nuestra piel

Ojos Boca
 Nariz
 Piel.....

Tomado de: (Gobernación de Risaralda, 2013)

Figura 28: Medidas Preventivas en Trabajos con Productos Químicos



1 SEGURIDAD

- Atiende la información de la etiqueta del envase y de la ficha de datos de seguridad.
- Mantén los productos químicos lejos de alimentos, bebidas y tabaco.
- Lávate las manos tras la manipulación de productos químicos y extrema la higiene personal.
- Usa los equipos de protección individual adecuados.

2 ALMACENAMIENTO


- Almacena los productos inflamables en armarios de seguridad, señalizados, bien ventilados y separados del resto de productos y de focos de ignición.
- Utiliza envases originales.
- Cierra herméticamente los envases tras su utilización.
- Mantén en buen estado y legibles las etiquetas de los productos.

Tomado de: (Fundación Laboral de la Construcción, 2015)

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

3

MANIPULACIÓN



- Evita, en la medida de lo posible, el trasvase de productos. Cuando sea necesario, hazlo lentamente, en una zona ventilada y controlando posibles derrames.
- Los envases no originales deben ser resistentes, ergonómicos, con cierre seguro y etiquetados con información del producto y sus riesgos.
- Desecha los envases que no estén perfectamente identificados.

Como trabajador es importante conocer el programa de capacitación en Riesgos químicos, que debe incluir como mínimo los siguientes temas:

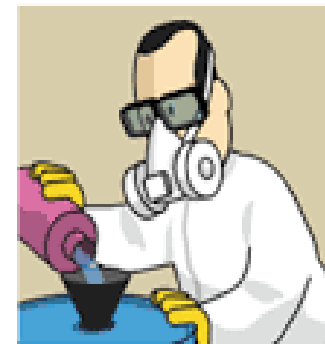
- 1- Clasificación de las sustancias químicas peligrosas.
- 2- Reconocimiento de los símbolos utilizados en la identificación de las sustancias químicas peligrosas.
- 3- Forma de obtener y usar la información que aparece en las etiquetas y Hojas de Seguridad.
- 4- Información sobre los peligros que implica la exposición a estas sustancias. Manejo y uso del equipo de protección.
- 5- Medidas en caso de una emergencia.



LEER CON ATENCIÓN LA INFORMACIÓN DE LA FDS



EQUIPO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL NECESARIO



MANIPULACIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS

Como Empresa:

- 1- Disponer de un área específica para preparar o dosificar los productos químicos, y garantizar que esta se encuentre organizada, señalizada y ventilada.
- 2- Disponer de un área específica para la disposición final de los residuos agroquímicos.
- 3- Capacitar sobre el uso y efectos del uso de agroquímicos.
- 4- Capacitar sobre prácticas seguras y uso de Elementos de Protección Personal.
- 5- Dotar de mascarillas, tapabocas y gafas para protección contra polvos y vapores cuando se están aplicando o recolectando residuos. En el caso de los elementos químicos utilizados en mantenimiento se recomienda que la mascarilla tenga filtro de aire.
- 6- Espacio de duchas para limpieza después del manejo de plaguicidas.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Medidas de primeros auxilios ante una exposición a sustancias químicas

Paso 1. Retire a la persona del lugar del derrame químico o aléjela de las partículas en el aire o los vapores. (Use guantes u otro equipo de seguridad que sea necesario para protegerse a sí mismo de la exposición a la sustancia química).



Paso 2. Quite la ropa o las joyas que han estado en contacto con la sustancia química. Las lesiones químicas, al igual que las quemaduras, empeorarán mientras la sustancia permanezca en contacto con el cuerpo.



Paso 3. Lleve la persona a una habitación bien ventilada o a donde haya aire fresco, y protegerla de la hipotermia. **EN CASO DE SOSPECHA DE ENVENAMIENTO:** Acudir inmediatamente al médico.



Paso 4. Contacto con los ojos: Irrigar inmediatamente con solución lavaojos o con agua limpia, asegúrese de que sea agua fría, manteniendo los párpados separados, durante 15 minutos como mínimo. Ir al médico urgentemente.



Paso 4. Ingestión: En caso de ingestión, asistir al médico inmediatamente y, si es posible, muestre el envase, su etiqueta o la Hoja de Seguridad. **NO PROVOCAR EL VÓMITO.** Nunca administrar nada oralmente a una persona inconsciente.



Paso 5. Contacto con la piel: En el caso de sustancias químicas que son activadas por el agua, tal como la cal (óxido de calcio), use un cepillo suave para limpiar la piel en vez de usar agua. Tenga cuidado de no llevar las partículas a los ojos al cepillarlas.



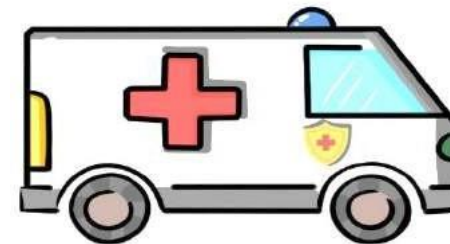
		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Paso 5. Contacto con la piel: Si el producto químico no reacciona con agua, lave el área de piel afectada con abundante agua fría por 15 minutos, al menos, seguido de jabón y agua, incluido el cabello y debajo de las uñas. La ropa contaminada debe lavarse muy bien antes de volver a usarla. Asegúrese de que la corriente de agua no sea tan fuerte que pueda causar dolor o romper las ampollas.



Paso 6. Cuando Ir al Medico: Las sustancias químicas pueden causar daños graves, no solamente en la superficie del cuerpo, sino también en el interior. Si la sustancia es absorbida por la sangre, puede atacar silenciosamente a los riñones o al hígado. Llame o diríjase al centro de atención médica de inmediato ante cualquiera de las siguientes situaciones:

- Una sustancia química entra en contacto con los ojos, la nariz o la boca.
- La ficha de datos de seguridad indica que la sustancia es peligrosa o capaz de causar daño.
- La etiqueta en el recipiente advierte que el contenido es corrosivo y que puede dañar la piel.
- Síntomas de shock
- Dificultades para respirar
- Quemaduras en un área extensa del cuerpo



Paso 7. Conserve la calma y tranquilice a la persona afectada. Mantenga a la persona calmada y cómoda, recostada sobre su lado izquierdo.

- Sosténgala si hay vómito

- Evite que se golpee la cabeza si hay convulsión.



Paso 8. Una vez la persona haya recibido la atención necesaria, Informe de lo sucedido con los detalles a su supervisor y al área de SST de la empresa.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

OBSERVACIONES:	<p>Se sugiere realizar una actividad dinámica que permita evaluar lo aprendido y entregar copia a cada trabajador de las hojas de seguridad de cada producto químico usado en campo.</p>
-----------------------	--

CONTROL DE CAMBIOS				
VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	REVISÓ	APROBÓ
01	16/06/2023	N/a	LINA DANIELA REYES PITTO	DANIEL FELIPE LOZADA TORRES

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PROCESO	Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	PROCEDIMIENTO	Plan de Capacitación Anual
ACTIVIDAD	Capacitación en primeros auxilios y respuesta ante emergencias en la Industria de palma de aceite		
OBJETIVO	Capacitar a los empleados en primeros auxilios y respuesta ante emergencias en la industria de palma de aceite		
OBJETIVOS ESPECIFICOS	<ul style="list-style-type: none"> Comprender la importancia de los primeros auxilios y la respuesta rápida en situaciones de emergencia en la industria de palma de aceite. Aprender las técnicas de primeros auxilios básicas para atender heridas, quemaduras, fracturas y otros accidentes frecuentes en el entorno laboral. Conocer cómo actuar adecuadamente frente a emergencias médicas, como paro cardíaco, asfixia, reacciones alérgicas, entre otras. Familiarizarse con los protocolos de evacuación y rescate específicos para la industria de palma de aceite. 		
ALCANCE	Este procedimiento aplica para todos los trabajadores de campo y administrativos de la empresa Agropecuaria YPF SAS		

CAPACITACIÓN	ACTIVIDADES	RESPONSABLES		FRECUENCIA	REGISTROS
		AREA	CARGO		
Capacitación en primeros auxilios y respuesta ante emergencias en la Industria de palma de aceite	<p>El desarrollo de este módulo de capacitación comprenderá cinco secciones de 30 minutos cada una.</p> <ol style="list-style-type: none"> Introducción a los Primeros Auxilios y Seguridad Laboral Evaluación de la Escena y Seguridad Personal Técnicas de Primeros Auxilios Emergencias Médicas Comunes Protocolos de Evacuación y Rescate en la Industria de Palma de Aceite 	Seguridad y Salud en el Trabajo SST	Coordinador de SST	Una vez cada seis meses.	Realizar un registro fotográfico junto con asistencia firmada. Grabar un pequeño video de la capacitación.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CAPACITACIÓN EN PRIMEROS AUXILIOS Y RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS EN LA INDUSITRA DE PALMA DE ACEITE

PRIMERA SECCION: Introducción a los primeros auxilios

Según (American Red Cross, 2023) Los primeros auxilios son las medidas iniciales que se toman para ayudar a una persona que ha sufrido un accidente o una enfermedad repentina. Los primeros auxilios pueden salvar vidas, aliviar el dolor y prevenir complicaciones. Los primeros auxilios son un conjunto de procedimientos y técnicas básicas de emergencia que se aplican a una persona enferma o lesionada inmediatamente después de haber sufrido un accidente o una emergencia médica. Estas medidas tienen como objetivo proporcionar atención inmediata y temporal hasta que se pueda acceder a la asistencia médica profesional.

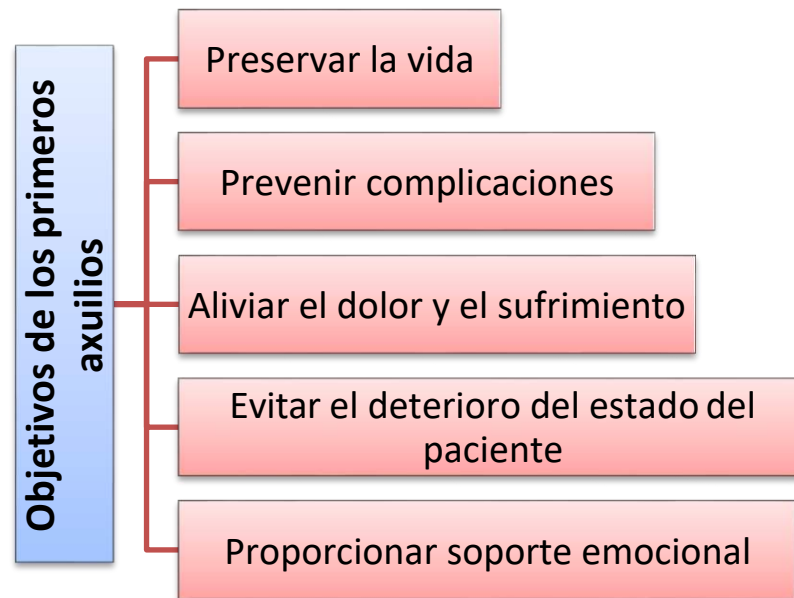


Figura 29
Primeros auxilios



Tomado de (Montenegro Carmen, 2022)

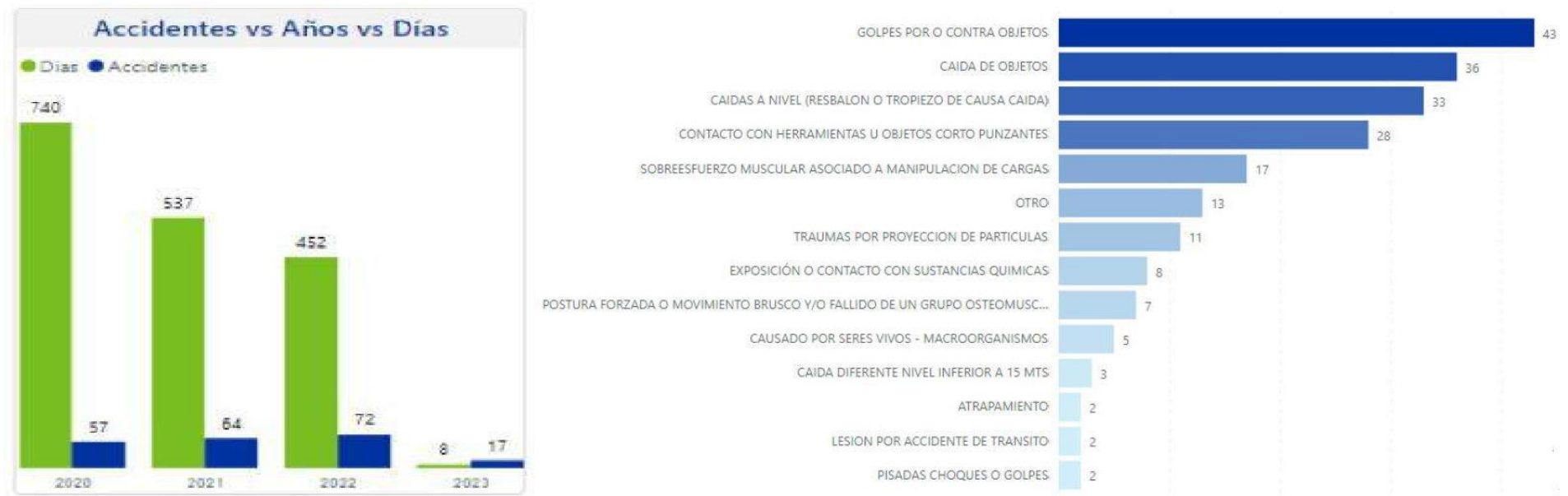
		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Estadísticas de accidentalidad en la industria de palma de aceite**

La industria de la palma de aceite es una de las industrias más importantes del mundo, pero también es una de las más peligrosas. Según la Organización Internacional del Trabajo (OIT), en 2019 hubo más de 100.000 accidentes en las plantaciones de palma de aceite en todo el mundo. Estos accidentes causaron más de 10.000 muertes y más de 300.000 lesiones. Los accidentes de trabajo en la empresa Agropecuaria YPF SAS son los siguientes:

Figura 30

Accidentes vs año vs días y número total de accidentes en la empresa por riesgos.



Tomado de (ARL SURA, 2023)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Responsabilidades de los primeros respondientes en una emergencia**

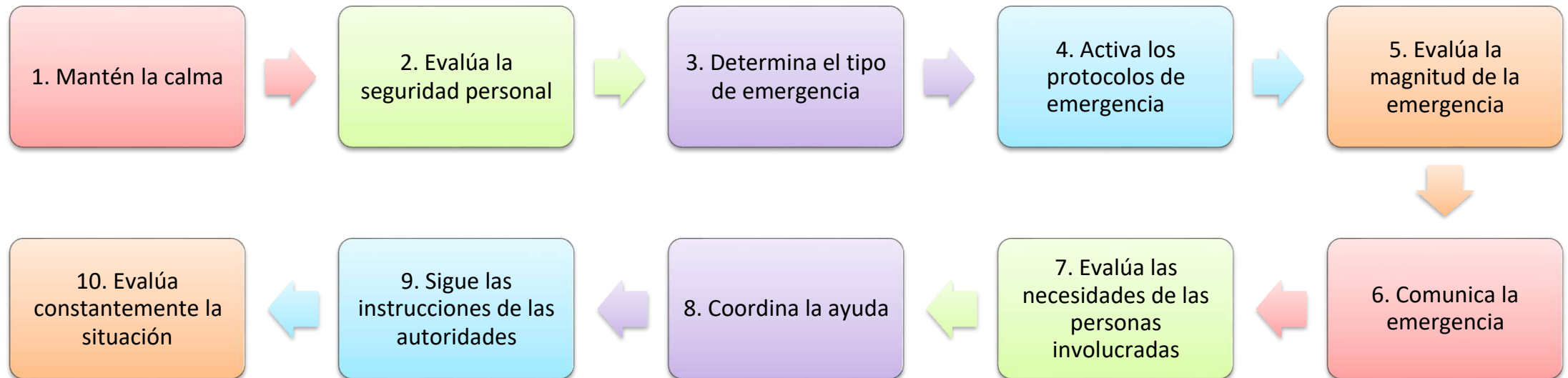
Los primeros respondientes en emergencias son aquellos profesionales y personas capacitadas que llegan primero al lugar de un incidente para proporcionar asistencia inmediata. Los primeros respondientes en emergencias son aquellos que acuden rápidamente al lugar de un incidente o desastre con el propósito de brindar asistencia inmediata y crucial a las personas afectadas. Sus responsabilidades son vitales para garantizar una respuesta efectiva y reducir el impacto negativo de la emergencia.



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SEGUNDA SECCION: Evaluacion de la escena y seguridad personal

- **Pasos para evaluar una emergencia**



		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Lineamientos para mantener la seguridad personal antes de ayudar a otros.**



Evalúa el entorno: Antes de actuar, evalúa la situación y el entorno en busca de posibles peligros. Observa si hay fuego, humo, estructuras inestables, cables eléctricos caídos u otros riesgos que puedan poner en peligro tu seguridad.



Protégete a ti mismo: Si existe algún riesgo inmediato para tu seguridad, busca un lugar seguro o alejate de la situación peligrosa antes de prestar ayuda. Asegúrate de no poner en riesgo tu propia vida o integridad física.



Utiliza equipo de protección personal (EPP): Si es necesario, utiliza el equipo de protección personal adecuado para protegerte de posibles peligros. Esto puede incluir cascos, guantes, gafas protectoras, mascarillas, chalecos reflectantes, entre otros.



Solicita ayuda adicional: Si la situación es peligrosa o requiere habilidades o recursos que no posees, solicita ayuda adicional a las autoridades competentes o a profesionales capacitados.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187



Mantén la comunicación:
Asegúrate de estar en comunicación constante con las autoridades y otros equipos de rescate, informándoles sobre tu ubicación, la situación y tus acciones. Si es posible, utiliza un teléfono móvil o cualquier otro medio de comunicación disponible.



Evalúa tus habilidades y límites: Reconoce tus habilidades y limitaciones. No te expongas a riesgos innecesarios o intentes realizar tareas para las cuales no estás capacitado. La seguridad personal es primordial.



Prioriza tu seguridad:
Recuerda que no podrás ayudar a los demás si te pones en peligro o te lesionas. Mantén siempre presente que tu seguridad personal es una prioridad. Si en algún momento sientes que tu seguridad está en riesgo, retírate y busca ayuda profesional.



Considera la protección civil: Si la emergencia es parte de un desastre natural a gran escala, sigue las instrucciones de la protección civil o las autoridades locales. Ellos proporcionarán orientación sobre cómo mantenerse seguro y recibir asistencia.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Identificación de riesgos específicos en la industria de palma de aceite.**



Incendios



Accidentes laborales



Exposición a productos químicos



Colapso de estructuras

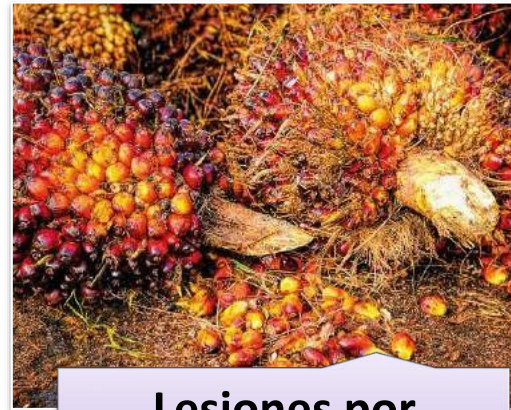
		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187



Condiciones climáticas extremas



Emergencias médicas



Lesiones por objetos caídos



Desastres naturales

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

TERCERA SECCION: Técnicas de primeros auxilios

Los primeros auxilios son una serie de procedimientos y técnicas básicas que se aplican en situaciones de emergencia médica para proporcionar asistencia inmediata a una persona lesionada o enferma. El objetivo principal de los primeros auxilios es estabilizar a la persona y prevenir que su condición empeore hasta que pueda recibir atención médica profesional. Algunas técnicas de primeros auxilios son:

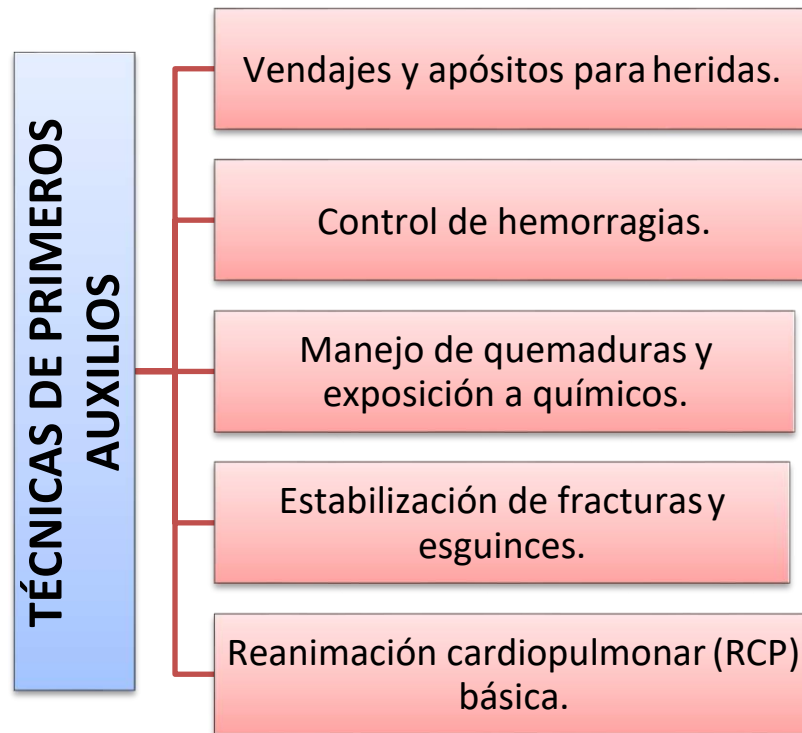


Figura 31

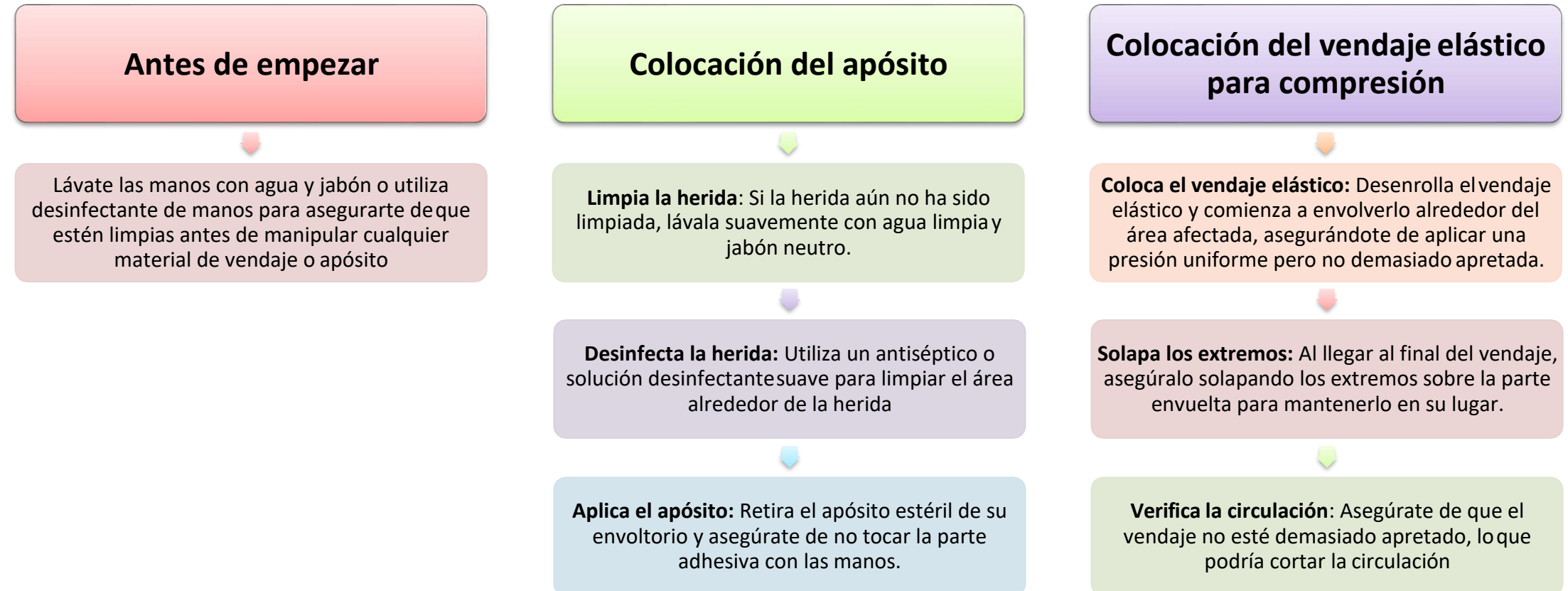
Técnicas de primeros auxilios



Tomado de (Macrovector, 2022)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Vendajes y apósitos para heridas**



		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 32

Paso para poner un apósito

Pasos para poner un apósito nuevo



1. Lava tus manos con agua y con jabón o usa gel antibacterial con alcohol al 70% y de preferencia, ponte un par de guantes médicos
2. Retira el apósito del paquete y quita la mitad de la cubierta protectora
3. Coloca el lado que tiene la cubierta protectora sobre la herida y la piel circundante
4. Retira la otra capa protectora del apósito, asegúrate que el apósito cubra la herida y verifica una buena adhesión de los bordes

Tomado de (Molnlycke, 2023)

Figura 33

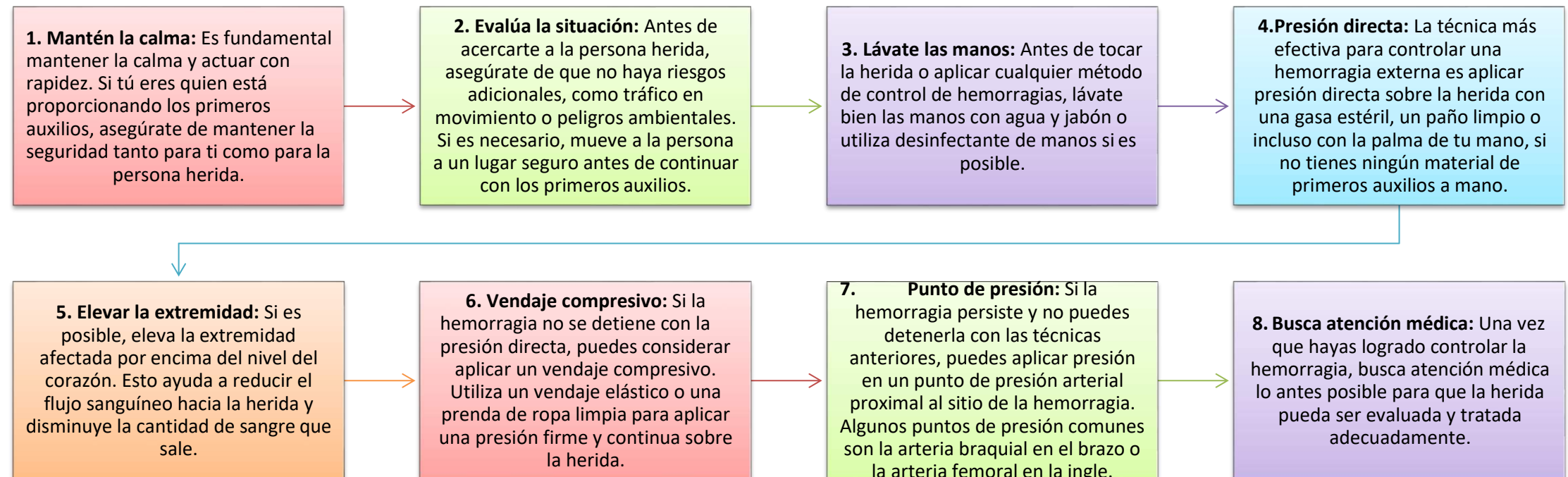
Tipos de vendaje



Tomado de (Sanchez, Dominguez, Prada, & Blasquez, 2007)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Control de hemorragias**



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 34
Pasos para el control de hemorragias



Tomado de (Reanimando, 2023)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

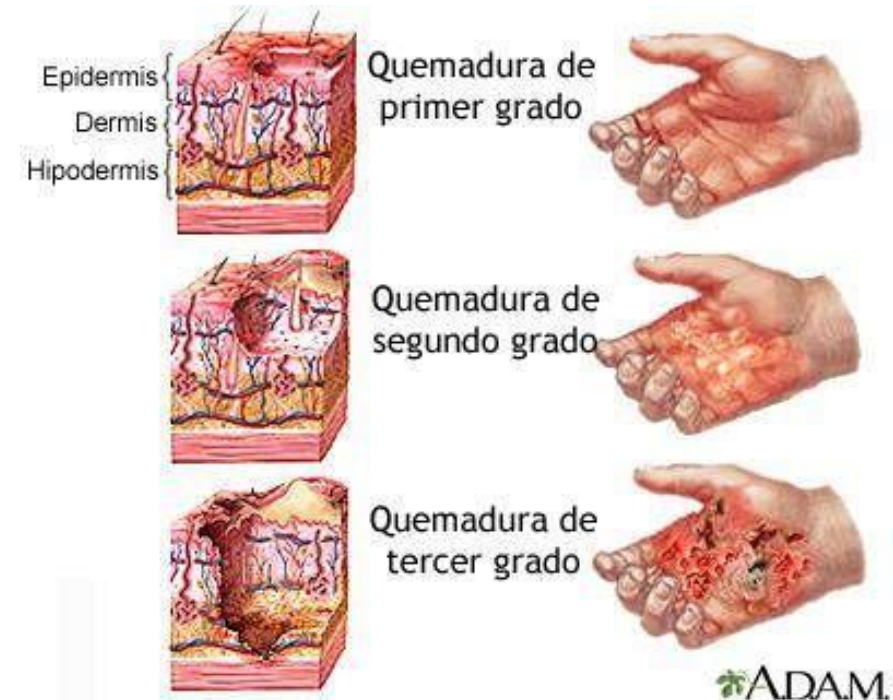
- **Manejo de quemaduras y exposicion a quimicos**

Quemaduras de primer grado:
 Afectan solo la capa externa de la piel (epidermis).
 Se caracterizan por enrojecimiento, dolor y leve inflamación.
 Suelen curar sin dejar cicatrices graves.

Quemaduras de segundo grado:
 Afectan tanto la epidermis como la capa interna de la piel (dermis).
 Se caracterizan por enrojecimiento, ampollas y dolor intenso.
 Pueden dejar cicatrices.

Quemaduras de tercer grado:
 Afectan todas las capas de la piel y pueden alcanzar los tejidos subyacentes.
 La piel puede tener un aspecto carbonizado o de color blanco, gris o negro.
 Son las más graves y pueden requerir atención médica inmediata.

Figura 35
Tipos de quemaduras



Tomado de (ADAM, 2022)



AGROPECUARIA
YPF S.A.S
NIT: 900527482-4



UNIVERSIDAD
SANTO TOMAS

MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código	GD-SGSST-CAP-01
Versión	01
Fecha Aprobación	15/06/2023
Página	12 de 187

Manejo quemaduras de 1 grado

Enfría la quemadura con agua fría durante unos 10-20 minutos para aliviar el dolor y reducir la inflamación.

Cubre la quemadura con un apósito estéril o gasa limpia para evitar la infección.

Evita aplicar hielo directamente sobre la quemadura, ya que puede causar más daño en la piel.

Puedes utilizar cremas o lociones hidratantes específicas para quemaduras de primer grado.

Manejo quemaduras de 2 grado

Enfría la quemadura con agua fría durante unos 10-20 minutos para aliviar el dolor y reducir la inflamación.

No revientes las ampollas, ya que pueden proteger la piel y reducir el riesgo de infección.

Cubre la quemadura con un apósito estéril o gasa limpia para evitar la infección.

Si las ampollas se rompen, límpialas suavemente y aplica un ungüento antibiótico y una gasa estéril.

Si la quemadura es extensa o afecta áreas sensibles, busca atención médica.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Manejo quemaduras de 3 grado

Llama inmediatamente a los servicios de emergencia o lleva a la persona a un centro médico.

Mientras esperas ayuda médica, no apliques remedios caseros sobre la quemadura, ya que podrías empeorar la situación.

ATENCIÓN: Ante quemaduras de segundo y tercer grado, lo más adecuado es buscar atención médica para una evaluación y tratamiento adecuados. El manejo inicial que se puede realizar en el momento es para quemaduras de primer grado o quemaduras pequeñas de segundo grado. Siempre que haya dudas sobre la gravedad de una quemadura o si no estás seguro de cómo manejarla, busca asistencia médica.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Estabilización de fracturas y esguinces

Figura 36

Estabilización de fracturas



Tomado de (Cruz Roja Venezolana, 2017)

Figura 37

Estabilización de esguinces: método RICE



Tomado de (ADAM, 2021)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Reanimación cardio pulmonar RCP

Figura 38

Método para realizar RCP

Reanimación cardiopulmonar (RCP)

Cómo detectar la parada cardiorespiratoria y qué debes hacer.

Cuando tras un accidente en el hogar, y aunque no sepas la causa, veas que una persona está inconsciente y no respira espontáneamente, debes iniciar rápidamente las maniobras de "reanimación cardiopulmonar"

1 Asegura el lugar de los hechos Elimina los peligros que amenacen tu seguridad, la del paciente o la de las personas que ahí se encuentren.

2 Comprueba el estado de consciencia de la víctima. Arrodíllate a la altura de los hombros de la víctima y sacúdelos con suavidad. Acércate a su cara y pregúntale en voz alta si se encuentra bien:

Si responde: deja a la víctima en la posición en que se encuentra y pasa a realizar una valoración secundaria, poniendo solución a los problemas que vayas detectando.
Si no responde:

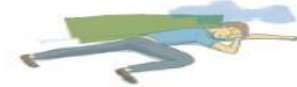
3 Pide ayuda sin abandonar a la víctima y colócale en posición de reanimación. Boca arriba con brazos y piernas alineados sobre una superficie rígida y con el tórax al descubierto.

4 Abre la vía aérea. Coloca una mano sobre la frente y con la otra tira del mentón hacia arriba, para evitar que la lengua impida el paso del aire a los pulmones.



5 Comprueba si la víctima respira normalmente manteniendo la vía aérea abierta (ver, oír, sentir durante no más de 10 seg.)

Si la víctima respira normalmente:
- Colócala en posición lateral de seguridad (PLS).
- Llama al 112 o busca ayuda.
- Comprueba periódicamente que sigue respirando.



Si la víctima no respira normalmente:



6 Pide ayuda, llama al 112 o pide a alguien que lo haga e inicia 30 compresiones torácicas en el centro del pecho.

7 Realiza 2 insuflaciones con la vía aérea abierta (frente-mentón) y la nariz tapada. Si el aire no pasa en la primera insuflación, asegúrate de estar haciendo bien la maniobra frente-mentón y realiza la segunda insuflación, entre o no entre aire.



8 Alterna compresiones - insuflaciones en una secuencia 30:2 (30 compresiones y 2 insuflaciones) a un ritmo de 100 compresiones por minuto.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CUARTA SECCION: Emergencias Médicas Comunes

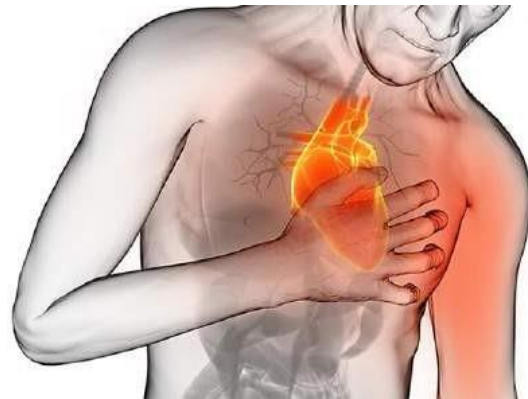
- **Paro cardíaco y uso del desfibrilador externo automático (DEA).**

Paro cardíaco:

El paro cardíaco puede ser causado por diversas razones, como problemas cardíacos previos, electrocución, asfixia, trauma, entre otros. En esta situación, la persona afectada perderá el conocimiento y dejará de respirar normalmente. Sin tratamiento inmediato, el paro cardíaco puede ser fatal en cuestión de minutos.

Figura 39

Paro cardíaco



Tomado de (Hospital Clinica Biblica, 2014)

Uso del Desfibrilador Externo Automático (DEA):

El DEA es un dispositivo médico que administra una descarga eléctrica al corazón con el objetivo de restablecer el ritmo cardíaco normal en casos de ciertos tipos de arritmias que pueden causar el paro cardíaco. El DEA puede ser utilizado por personal entrenado en primeros auxilios, como socorristas, personal de emergencia médica, o incluso personas capacitadas en su uso.

Figura 40

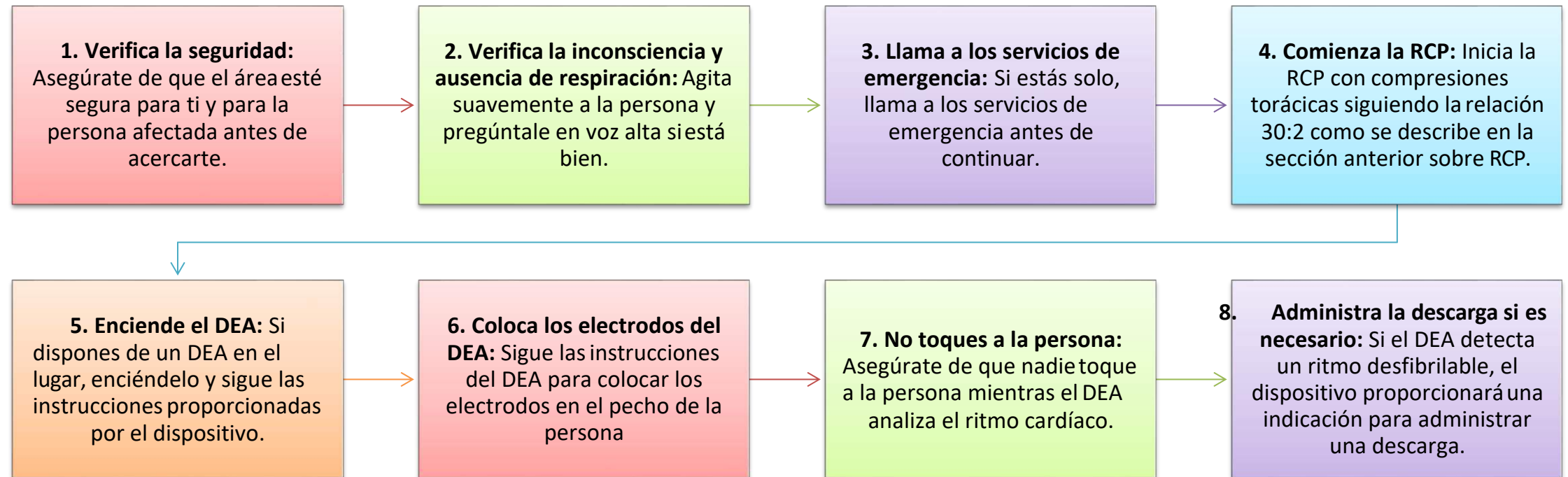
Desfibrilador externo automático



Tomado de (MSD, 2023)

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PASOS PARA USAR EL DEA



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Maniobra de Heimlich.**

Figura 41 Maniobra de heimlich

¿Cómo realizar la maniobra de HEIMLICH?



1 Colóquese detrás y abrace a la persona por la espalda con ambos brazos.



2 Incline a la persona hacia delante para facilitar la salida del objeto causante de la obstrucción.



3 Coloque una mano cerrada apoyando el puño sobre el abdomen (entre el ombligo y el final del esternón). Coloque la otra mano recubriendo la primera.



4 Presione rápidamente y con fuerza en ese punto, en dirección hacia adentro y hacia arriba.



EN ADULTOS

La persona que la realiza deberá abrazar desde atrás al asfixiado



El lugar de presión
La maniobra debe realizarse en el centro del pecho y bajo el esternón



Puño hacia adentro
Esto permite ejercer fuerza de forma más contundente y precisa



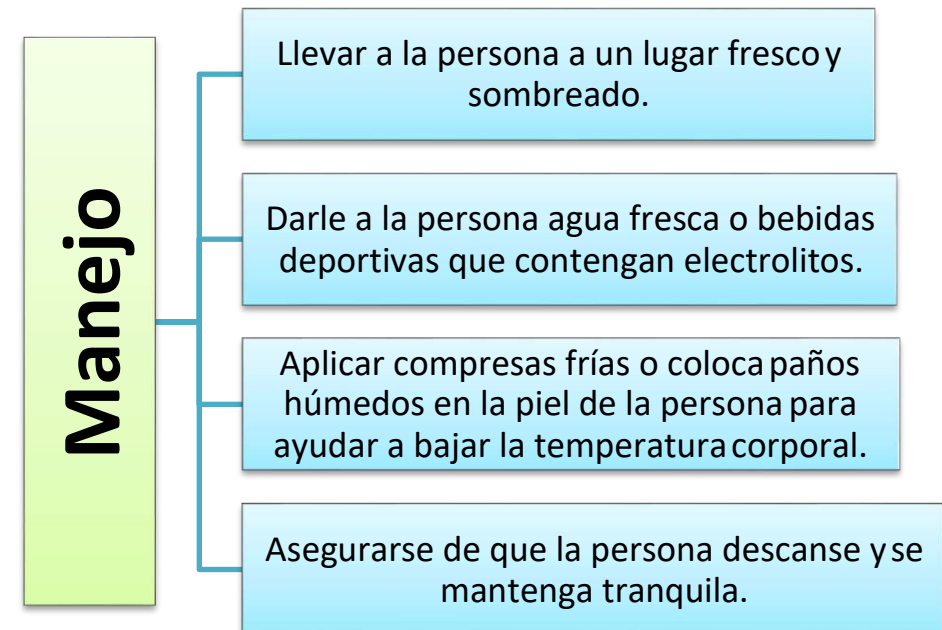
Tomado de (Hospital Español, 2020)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Golpe de calor y agotamiento por calor**

Agotamiento por calor:

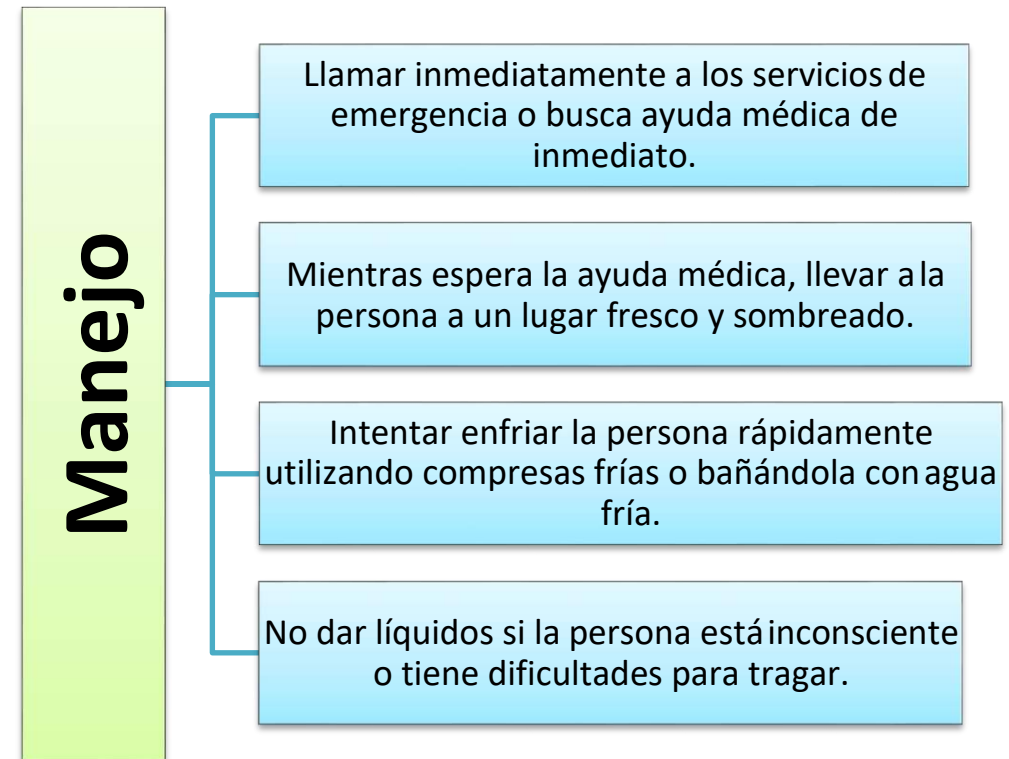
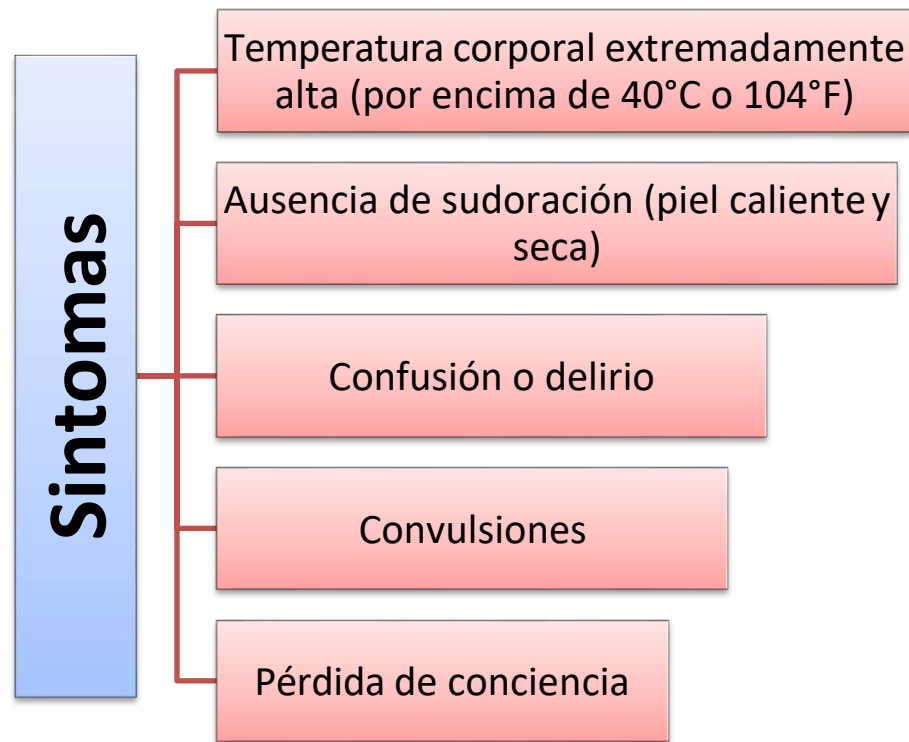
El agotamiento por calor es una condición menos grave que el golpe de calor, pero aun así requiere atención y medidas adecuadas para prevenir que empeore. Ocurre cuando el cuerpo se deshidrata y pierde electrolitos debido a la exposición prolongada al calor y la falta de hidratación suficiente.



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Golpe de calor:

El golpe de calor es una emergencia médica grave que ocurre cuando el cuerpo no puede regular su temperatura interna y se eleva peligrosamente debido a una exposición prolongada y extrema al calor. Esto puede resultar en daño a los órganos y poner en riesgo la vida de la persona afectada.

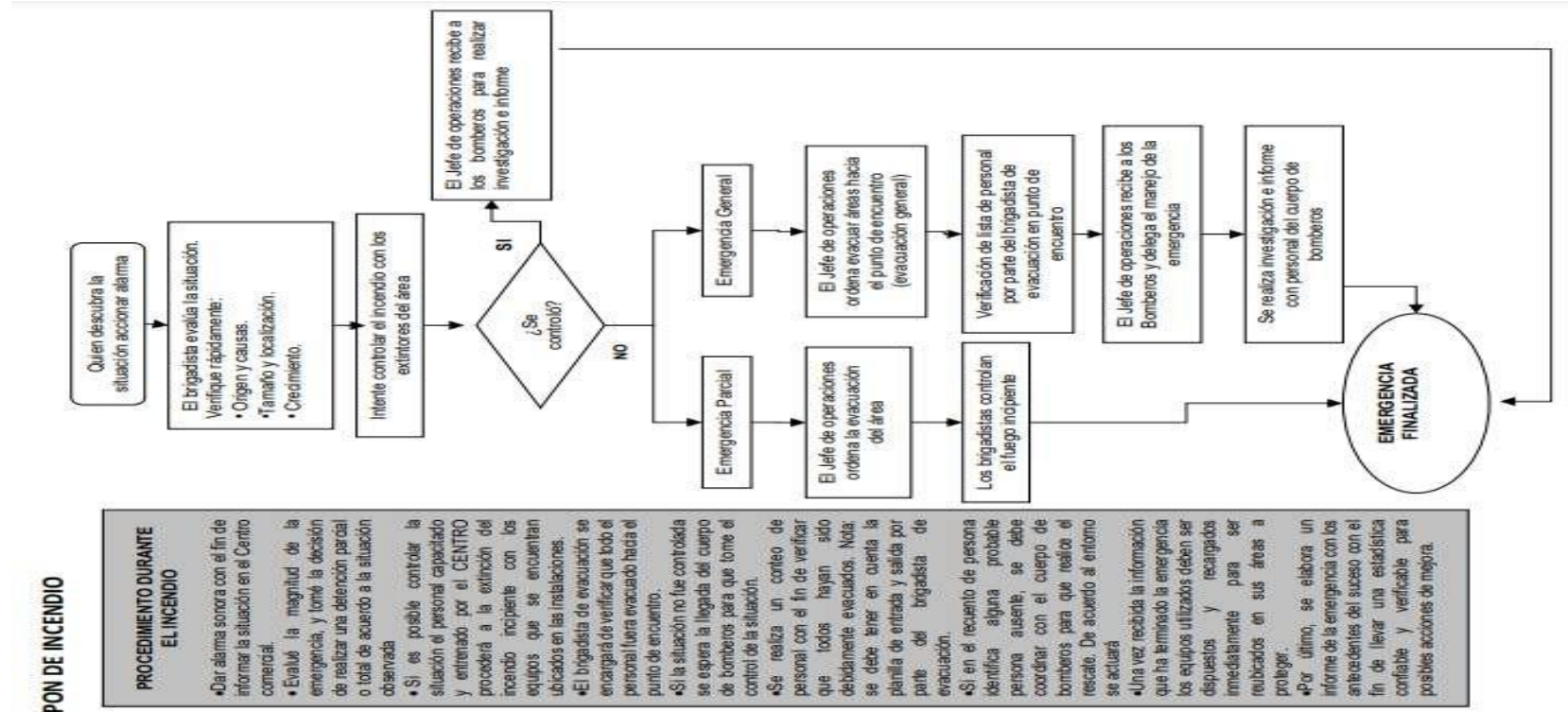


		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CUARTA SECCION: Protocolos y procedimientos en la empresa Agropecuaria YPF SAS

Figura 42

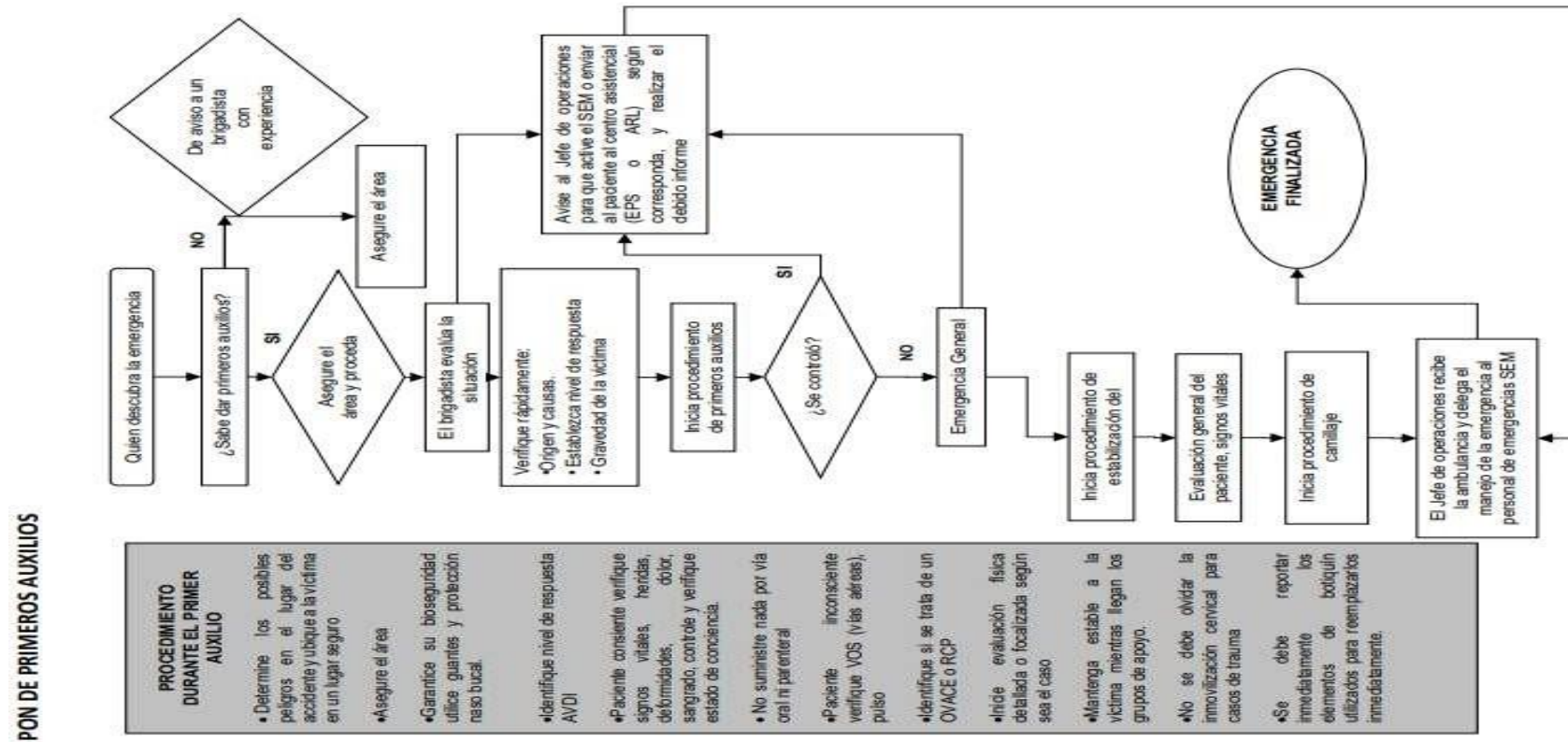
Procedimiento operativo normalizado: Incendios



Tomado de (Agropecuaria YPF SAS, 2020)

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

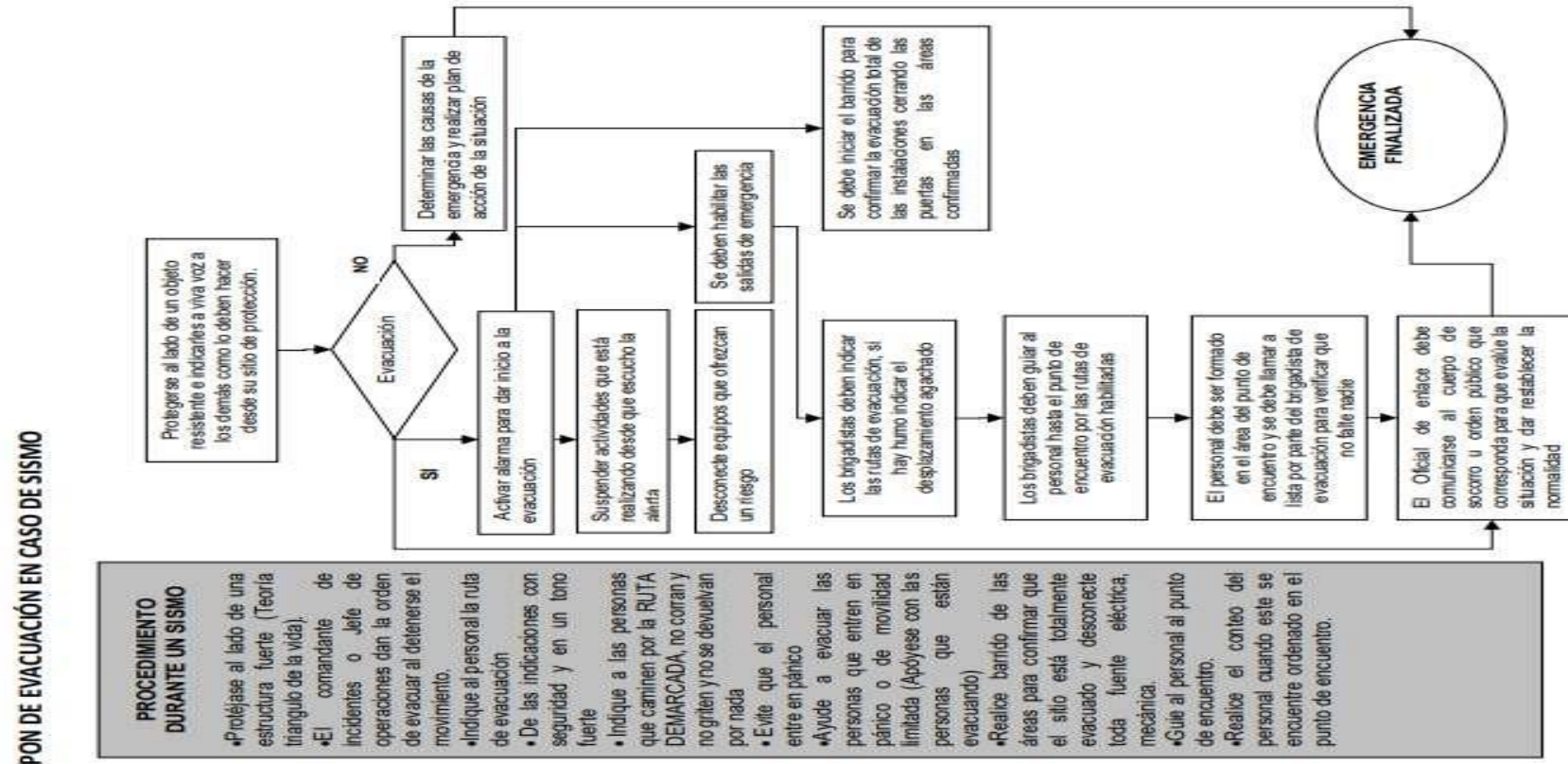
Figura 43
Procedimiento operativo normalizado: Primeros auxilios



Tomado de (Agropecuaria YPF SAS, 2020)

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 2
Procedimiento operativo normalizado: Sismos

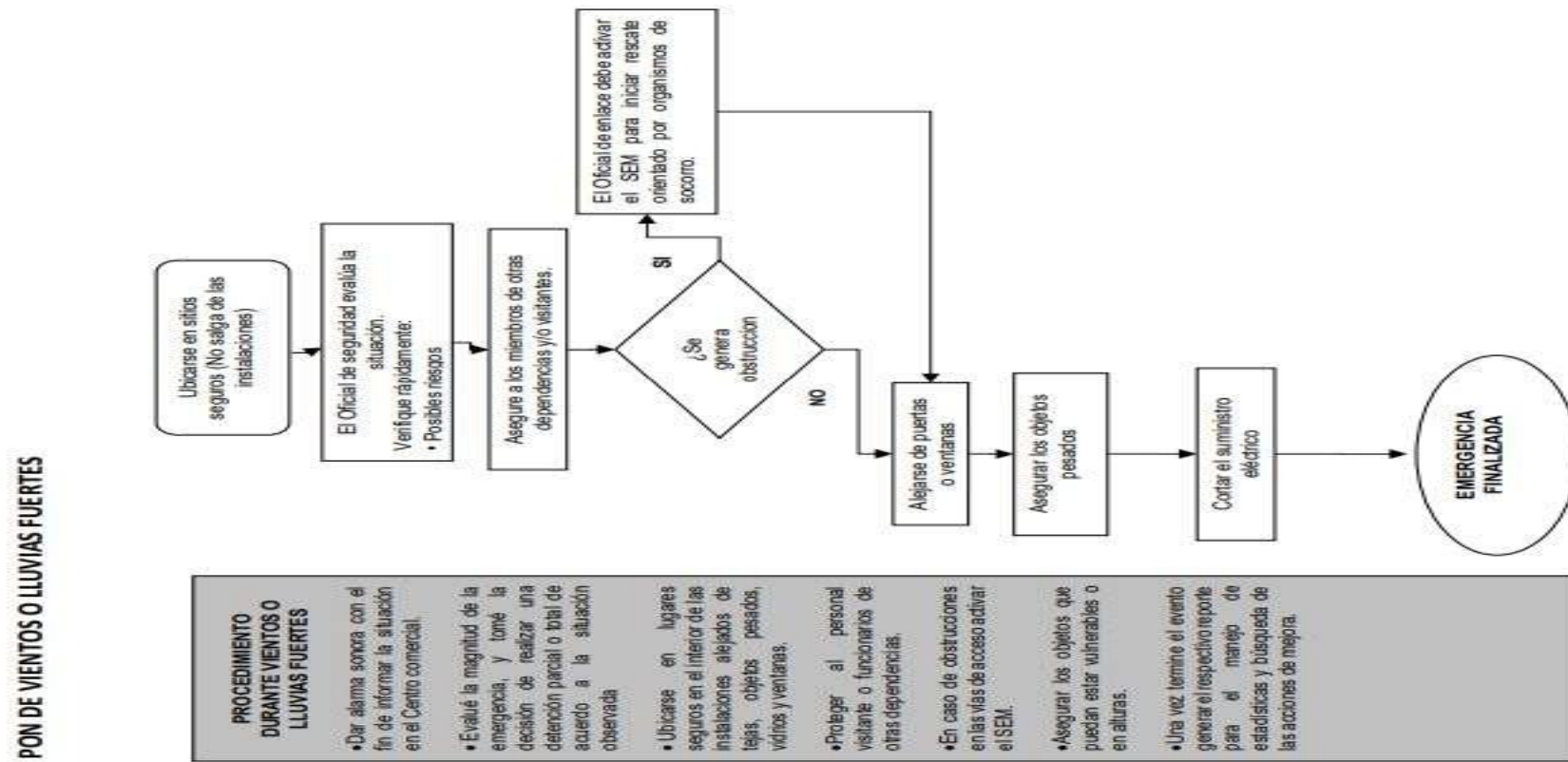


Tomado de (Agropecuaria YPF SAS, 2020)

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 45

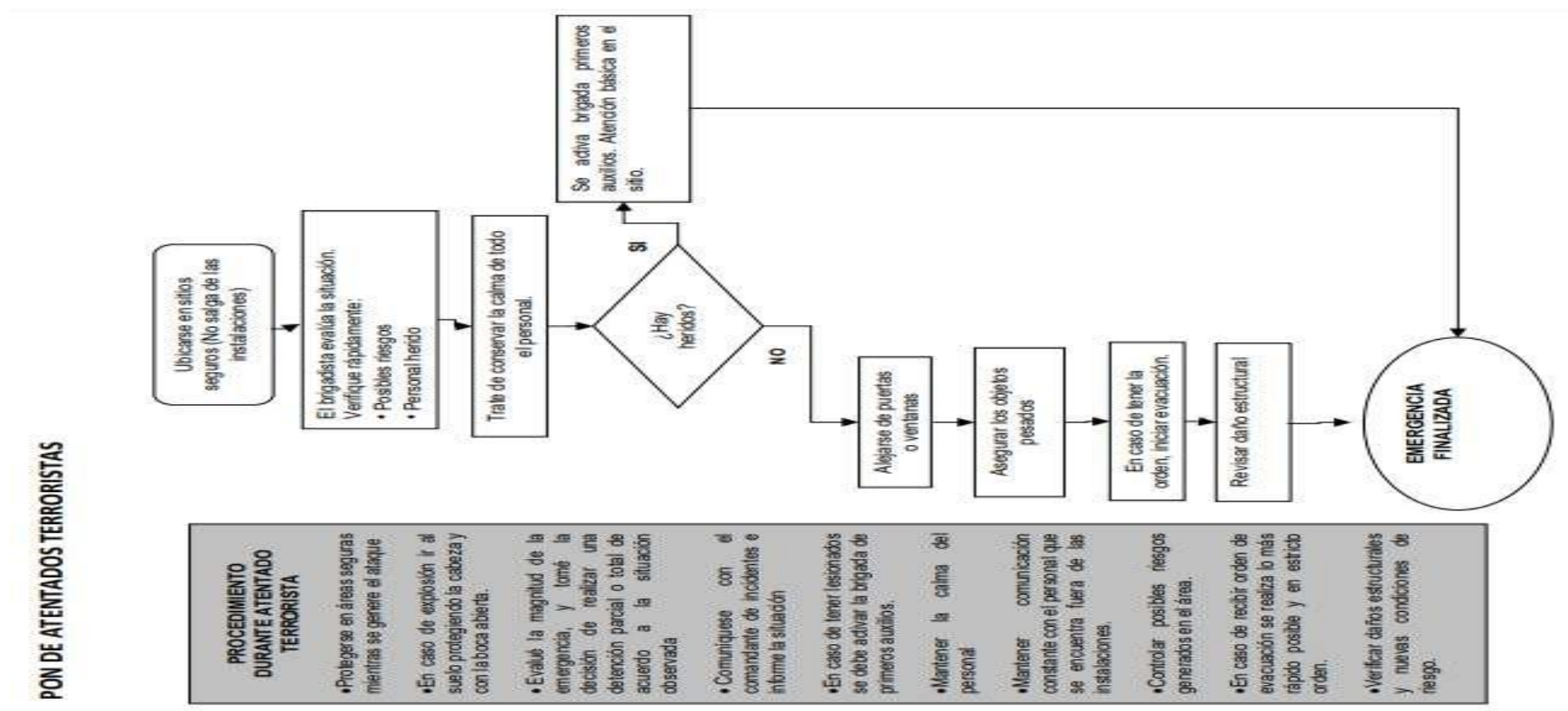
Procedimiento operativo normalizado: Lluvias fuertes



Tomado de (Agropecuaria YPF SAS, 2020)

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

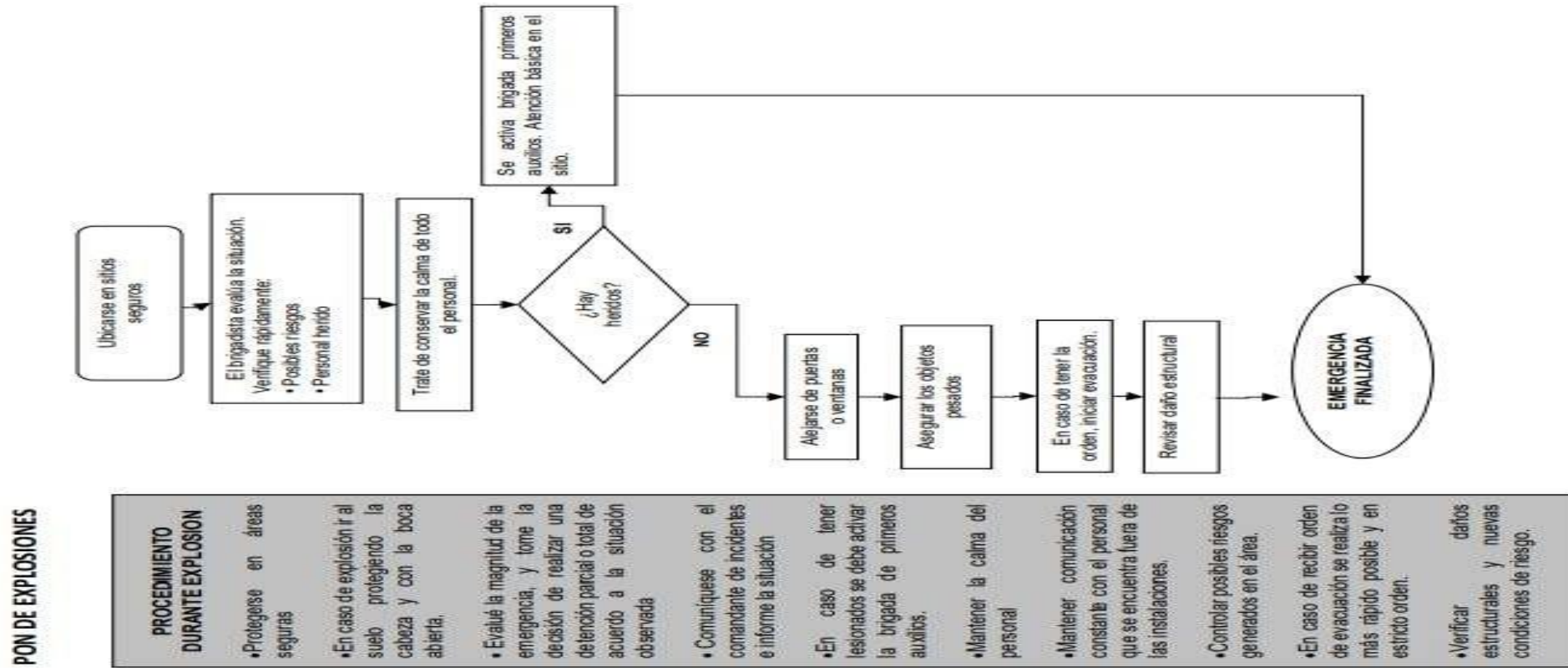
Figura 3
Procedimiento operativo normalizado: Atentados terroristas



Tomado de (Agropecuaria YPF SAS, 2020)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

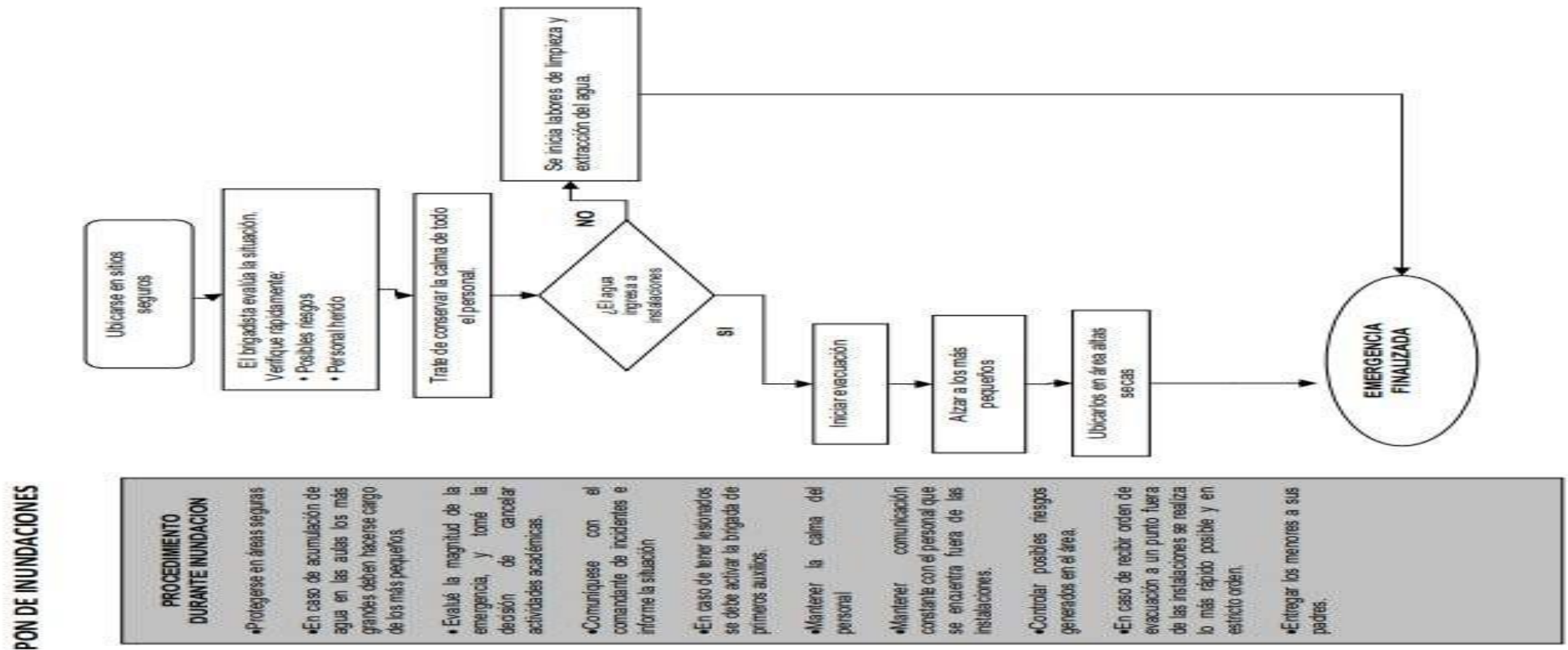
Figura 47
Procedimiento operativo normalizado: Explosiones



Tomado de (Agropecuaria YPF SAS, 2020)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

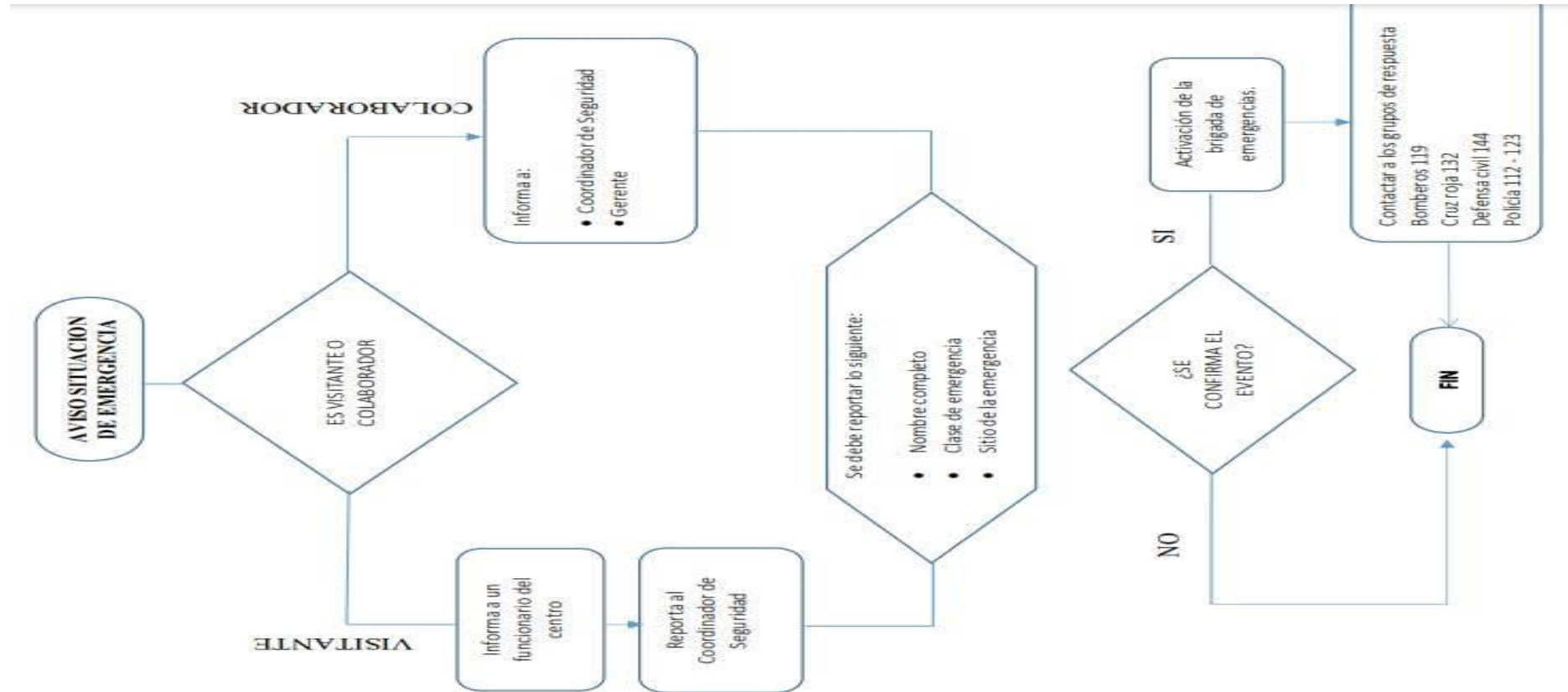
Figura 4
Procedimiento operativo normalizado: Inundación



Tomado de (Agropecuaria YPF SAS, 2020)

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Figura 49
Aviso situación de emergencia



Tomado de (Agropecuaria YPF SAS, 2020)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

OBSERVACIONES:	
-----------------------	--

CONTROL DE CAMBIOS				
VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	REVISÓ	APROBÓ
01	16/06/2023	N/a	LINA DANIELA REYES PITTO	DANIEL FELIPE LOZADA TORRES

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PROCESO	Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	PROCEDIMIENTO	Plan de Capacitación Anual
ACTIVIDAD	Capacitación en promoción en salud y bienestar en la empresa Agropecuaria YPF SAS		
OBJETIVO	Proporcionar a los trabajadores de la industria de palma de aceite conocimientos y herramientas para promover la salud y el bienestar personal en su entorno laboral		
OBJETIVOS ESPECIFICOS	<ul style="list-style-type: none"> Comprender la importancia de la promoción de la salud y el bienestar en el ámbito laboral de la industria de palma de aceite. Conocer los factores que afectan la salud y el bienestar en el entorno laboral y cómo abordarlos. Aprender estrategias y prácticas para mejorar la salud física y mental de los trabajadores. Promover hábitos de vida saludables entre los empleados de la industria. 		
ALCANCE	Este procedimiento aplica para todos los trabajadores de campo y administrativos de la empresa Agropecuaria YPF SAS		

CAPACITACIÓN	ACTIVIDADES	RESPONSABLES		FRECUENCIA	REGISTROS
		AREA	CARGO		
Promoción en salud y bienestar en la empresa Agropecuaria YPF SAS	<p>El desarrollo de este módulo de capacitación comprenderá tres secciones de 30 minutos cada una.</p> <ol style="list-style-type: none"> Conceptos clave en salud y bienestar. Beneficios de la promoción de la salud y bienestar en el trabajo. Salud física en el trabajo. Salud mental y bienestar emocional. Hábitos de vida saludables. 	Seguridad y Salud en el Trabajo SST	Coordinador de SST	Una vez cada seis meses.	Realizar un registro fotográfico junto con asistencia firmada. Grabar un pequeño video de la capacitación.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CAPACITACIÓN EN PROMOCION EN SALUD Y BIENESTAR EN LA EMPRESA AGROPECUARIA YPF SAS

PRIMERA SECCION: Conceptos clave en salud y bienestar.

- **Salud**

La salud es un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia. Es un equilibrio dinámico entre los diferentes aspectos que conforman la vida de una persona (Organización Mundial de la Salud, 1949). Los componentes de la salud son:

			
<p>Salud física: Se refiere al estado físico del cuerpo, incluyendo la capacidad para realizar actividades diarias, el funcionamiento de los sistemas corporales y la ausencia de enfermedades o condiciones médicas graves.</p>	<p>Salud mental: Hace referencia al bienestar emocional, psicológico y cognitivo. Incluye aspectos como la estabilidad emocional, la capacidad para manejar el estrés, la autoestima y la claridad mental.</p>	<p>Salud social: Se relaciona con la capacidad para establecer y mantener relaciones sociales satisfactorias, tener una red de apoyo y participar en la comunidad de manera significativa.</p>	<p>Salud Espiritual: La espiritualidad es una parte importante de la vida de muchas personas. Puede proporcionar un sentido de propósito, significado y conexión con algo más grande que uno mismo.</p>

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Bienestar**

El bienestar es un estado que se consigue a través de la plenitud, la tranquilidad, satisfacción y equilibrio general en la vida de una persona, este va más allá de la ausencia de problemas físicos como enfermedades o problemas cotidianos en nuestros entornos o medio ambiente. El estado de bienestar nos proporciona sentimiento de alivio y felicidad, ayudando a mejorar nuestra productividad diaria. Los componentes del bienestar son:



Bienestar físico: Engloba el cuidado del cuerpo y la adopción de hábitos saludables, como una alimentación balanceada, actividad física regular, descanso adecuado y evitación de hábitos perjudiciales.



Bienestar emocional: Comprende la capacidad para reconocer, expresar y gestionar adecuadamente las emociones. Incluye la resiliencia emocional y la capacidad para mantener un equilibrio emocional saludable.



Bienestar social: Se refiere a la calidad de las relaciones interpersonales y la integración en la sociedad. Implica el apoyo social, la empatía y la habilidad para conectarse con los demás.



Bienestar intelectual: Involucra la estimulación mental, el aprendizaje continuo y la búsqueda de desafíos intelectuales que promuevan el crecimiento personal.

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Importancia de la promoción de la salud en la industria de palma de aceite**

Bienestar de los trabajadores: La palma de aceite es una industria que implica trabajos físicos exigentes y, a menudo, en condiciones difíciles. La promoción de la salud ayuda a mejorar las condiciones laborales, asegurar la seguridad y reducir los riesgos de accidentes y enfermedades ocupacionales.

Productividad y rendimiento: Cuando los trabajadores se encuentran en buen estado de salud, son más productivos y eficientes en sus labores. La promoción de la salud puede reducir la tasa de ausentismo por enfermedad, mejorar la moral y la motivación del personal.

Responsabilidad social y reputación corporativa: Las empresas de la industria de la palma de aceite que priorizan la salud de sus trabajadores y comunidades locales tienden a ser mejor vistas por la sociedad y los inversores.

Impacto ambiental: La promoción de la salud también puede extenderse a prácticas agrícolas sostenibles y responsables con el medio ambiente. La adopción de métodos de cultivo amigables con la biodiversidad y la preservación de áreas de conservación contribuyen al bienestar de los ecosistemas locales y la biodiversidad.

Relaciones comunitarias: La industria de la palma de aceite a menudo opera en regiones rurales donde tiene un impacto significativo en las comunidades locales. La promoción de la salud puede ser una manera de establecer lazos positivos con las comunidades, involucrándolas en programas de salud y bienestar que benefician a la población en general.

Cumplimiento normativo: En muchos países, existen regulaciones y normativas relacionadas con la salud y seguridad laboral, así como con prácticas agrícolas sostenibles. La promoción de la salud ayuda a las empresas a cumplir con estas normativas y a evitar sanciones o problemas legales.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SEGUNDA SECCION: Beneficios de la promoción de la salud y bienestar en el trabajo.

- **Impacto positivo en la productividad y eficiencia laboral**



Reducción del ausentismo y las bajas por enfermedad: Al fomentar hábitos de vida saludables y brindar acceso a servicios médicos preventivos, se puede reducir la incidencia de enfermedades y lesiones entre los trabajadores.

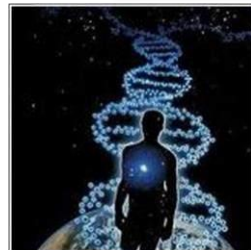


Mayor concentración y enfoque: La promoción de la salud, incluida la atención al sueño y la gestión del estrés, puede mejorar la capacidad de los trabajadores para concentrarse y mantenerse enfocados en sus labores. Esto puede aumentar la precisión y la calidad del trabajo realizado

Mejora del bienestar emocional y mental: La promoción de la salud mental puede abordar el estrés y otros problemas emocionales que pueden afectar el desempeño laboral. Los trabajadores que se sienten apoyados en su bienestar emocional tienden a ser más resilientes



Fortalecimiento del trabajo en equipo: Las iniciativas de bienestar en el lugar de trabajo pueden fomentar la colaboración y el trabajo en equipo. Los programas de actividad física o eventos de promoción de la salud pueden ser oportunidades para que los empleados se conozcan mejor



Aumento de la energía y vitalidad: Adoptar hábitos de alimentación saludables y fomentar la actividad física puede mejorar los niveles de energía y vitalidad de los trabajadores. Esto puede traducirse en una mayor capacidad para afrontar las demandas físicas del trabajo.



Atracción y retención de talento: Una empresa que valora el bienestar de sus empleados es más atractiva para los posibles talentos y puede ayudar a retener a los empleados actuales. Los trabajadores aprecian a los empleadores que se preocupan por su salud y bienestar

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Reducción de ausentismo y rotación del personal**

Mejora de la salud y prevención de enfermedades: Los programas de promoción de la salud pueden ofrecer servicios médicos preventivos. Al identificar y abordar problemas de salud en etapas tempranas, se puede prevenir la aparición de enfermedades graves que podrían llevar a bajas prolongadas.

Reducción del estrés laboral: La promoción de la salud mental puede incluir programas para manejar el estrés y promover el bienestar emocional. Al abordar el estrés, los trabajadores pueden mantenerse más saludables y comprometidos con sus responsabilidades laborales.

Ambiente de trabajo más seguro: Los programas de promoción de la salud y seguridad laboral pueden reducir los riesgos de accidentes y lesiones en el lugar de trabajo. Un ambiente más seguro y bien cuidado disminuye la probabilidad de ausencias debido a lesiones o accidentes relacionados con el trabajo.

Mayor satisfacción laboral: Los trabajadores que se sienten apoyados en su bienestar y tienen acceso a programas de promoción de la salud pueden experimentar una mayor satisfacción laboral. Un mayor nivel de satisfacción se relaciona con una menor probabilidad de buscar otros empleos, lo que reduce la rotación de personal.

Fomento de una cultura de bienestar: La implementación de programas de promoción de la salud crea una cultura de bienestar en la empresa. Los empleados pueden sentir que su salud y bienestar son valorados, lo que aumenta el compromiso y la lealtad hacia la organización.

Mejora de la calidad de vida: Al promover la salud y el bienestar, los trabajadores pueden experimentar una mejora general en su calidad de vida. Esto puede traducirse en una mayor dedicación a su trabajo y una menor probabilidad de ausentarse o buscar empleo en otro lugar.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

TERCERA SECCION: Salud física en el trabajo

- **Ergonomía y postura correcta en la industria de palma de aceite**

La ergonomía y la postura correcta son aspectos importantes en la industria de palma de aceite para poder incorporar la salud y el bienestar de los trabajadores. La industria de palma de aceite es susceptible a realizar trabajos que impliquen actividades físicas demandantes y repetitivas, así como también el uso continuo de maquinaria y herramientas pesadas, es por esto por lo que es fundamental implementar prácticas ergonómicas adecuadas para prevenir lesiones y mejorar la productividad. Algunos aspectos a tener en cuenta son:

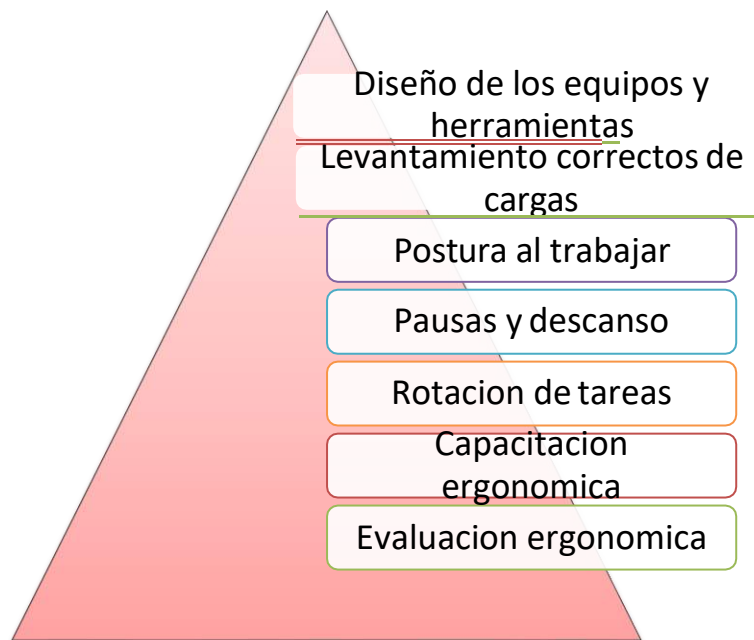


Figura 50

Ergonomía en la industria de palma de aceite



Tomado de (Lanpreformacion, 2021)

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

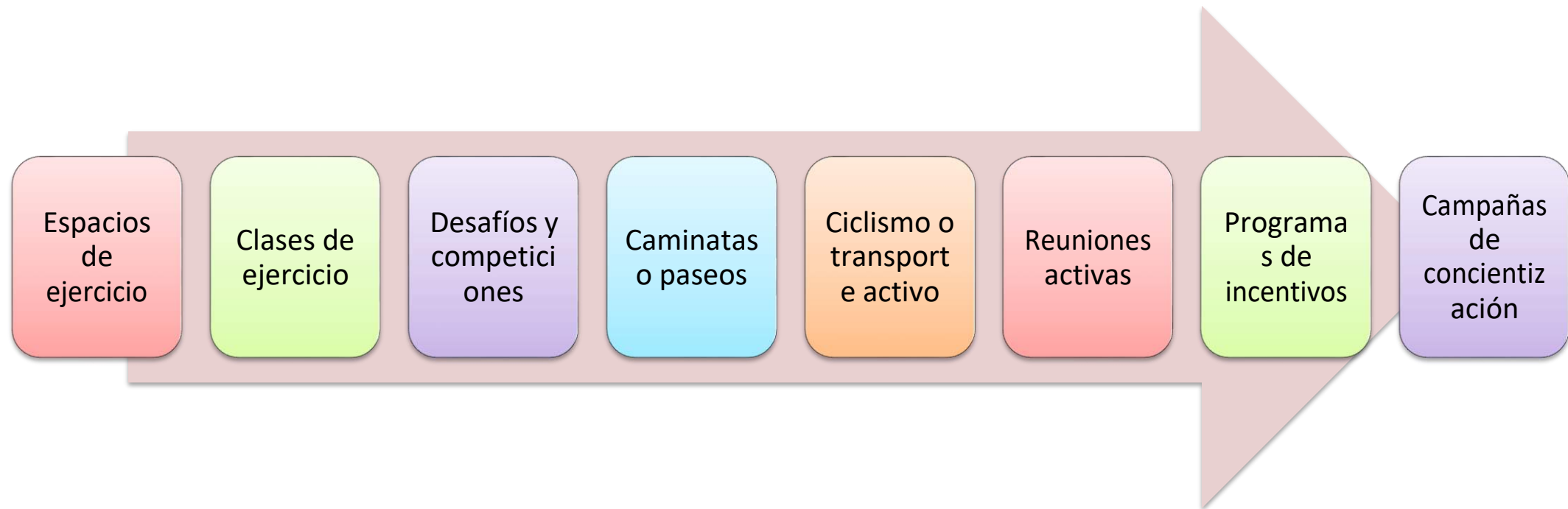
- **Prevención de lesiones y enfermedades laborales.**



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Fomento de actividad física en el entorno laboral**

La fomentación de la actividad física de la comunidad de la empresa es una estrategia para la prevención de distintas enfermedades laborales asociadas al sedentarismo ocasionado por las jornadas de trabajo, la fomentación de la actividad física también contribuye en el bienestar y salud de los trabajadores trayendo consigo beneficios, no solo para los empleados sino también para la productividad de la empresa. algunas formas para fomentar la actividad física son:



		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CUARTA SECCION: Salud mental y bienestar emocional

- Estrategias para la gestión de estrés y la ansiedad en el trabajo



Identificar las fuentes de estrés: Reconocer las situaciones o factores que generan estrés y ansiedad es el primer paso para abordarlos. Puede ser útil llevar un registro o diario de los eventos que desencadenan estas emociones.



Técnicas de relajación: Practicar técnicas de relajación como la respiración profunda, la meditación, el yoga o la relajación muscular progresiva puede ayudar a reducir la tensión y la ansiedad en el cuerpo y la mente.



Actividad física regular: El ejercicio físico regular es una excelente manera de liberar tensiones y reducir el estrés. La actividad física libera endorfinas, que son sustancias químicas que mejoran el estado de ánimo y reducen la ansiedad.



Establecer límites: Aprender a decir "no" y establecer límites claros en las responsabilidades y demandas laborales y personales puede ayudar a reducir el estrés y evitar el agotamiento.



AGROPECUARIA
YPF S.A.S
NIT: 900527482-4



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS

MANUAL DE CAPACITACIÓN

Código

GD-SGSST-CAP-01

Versión

01

Fecha Aprobación

15/06/2023

Página

12 de 187



Mantener una dieta saludable: Una dieta equilibrada y nutritiva puede ayudar a mantener el equilibrio emocional y mejorar la respuesta al estrés. Evitar el consumo excesivo de cafeína y alimentos procesados, ya que pueden aumentar la ansiedad.



Descanso adecuado: Priorizar un sueño de calidad es esencial para reducir el estrés y mejorar el bienestar emocional. Dormir lo suficiente ayuda a restaurar la energía y afrontar mejor los desafíos del día a día.



Apoyo social: Compartir los sentimientos de estrés y ansiedad con amigos, familiares o colegas puede proporcionar apoyo emocional y una perspectiva externa que puede ser útil para abordar las preocupaciones.



Buscar ayuda profesional: Si el estrés y la ansiedad son abrumadores o afectan significativamente la vida cotidiana, es importante buscar ayuda de un profesional de la salud mental, como un psicólogo o un terapeuta.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Fomento de un ambiente de trabajo positivo y colaborativo**

Comunicación abierta y efectiva: Fomentar una cultura de comunicación abierta y transparente en la empresa.

Reconocimiento y apreciación: Reconocer y apreciar el trabajo y los logros de los empleados.

Promover la diversidad e inclusión: Valorar y respetar la diversidad de experiencias, perspectivas y habilidades de los empleados.

Fomentar el trabajo en equipo: Promover la colaboración entre los empleados mediante la asignación de proyectos de equipo, la celebración de reuniones de brainstorming y el establecimiento de metas comunes.

Liderazgo inspirador: Los líderes deben demostrar un liderazgo inspirador y positivo.

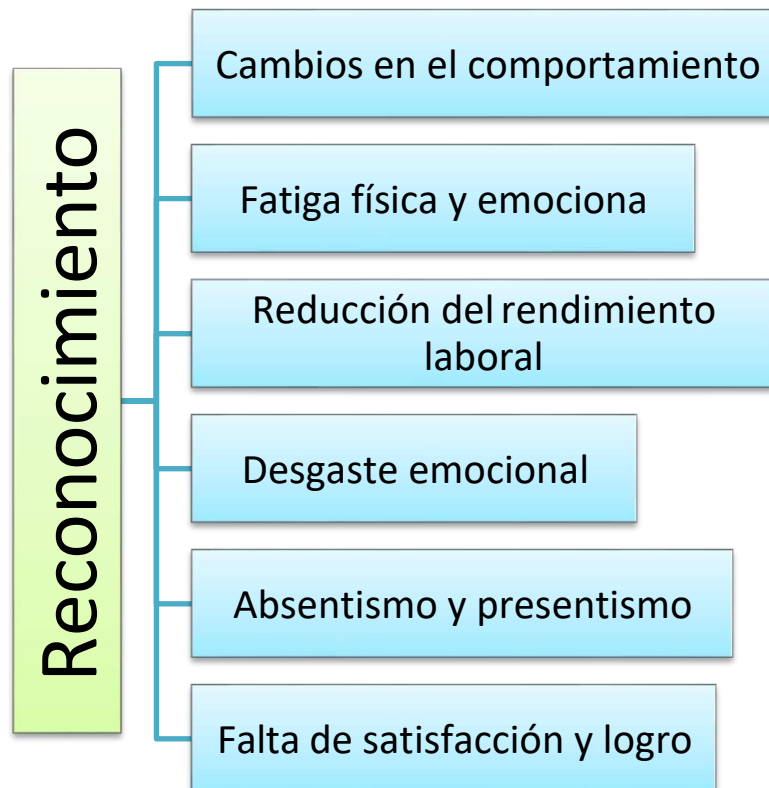
Resolución constructiva de conflictos: Abordar los conflictos de manera constructiva y oportuna.

Desarrollo profesional: Brindar oportunidades de desarrollo profesional y crecimiento dentro de la empresa.

Cultura de aprendizaje: Fomentar una cultura de aprendizaje y mejora continua en la empresa.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

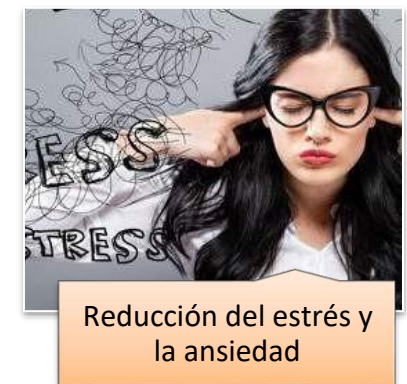
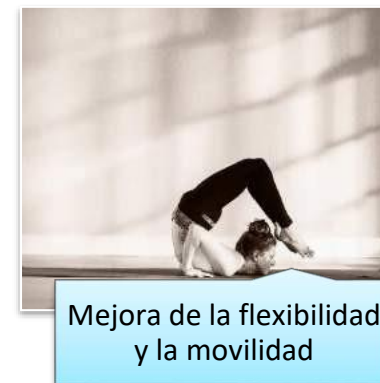
- Reconocimiento y prevención del agotamiento laboral



		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

QUINTA SECCION: Hábitos de vida saludables

- Beneficios de la actividad física y el ejercicio regular



		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Importancia del descanso y la calidad del sueño**

Recuperación física: Durante el sueño, el cuerpo se recupera y se repara a sí mismo. Se producen procesos de reparación celular y síntesis de proteínas que ayudan a restaurar los tejidos musculares y permiten que el cuerpo se recupere del estrés y la fatiga.

Sistema inmunológico: Un sueño adecuado es esencial para un sistema inmunológico saludable. Durante el sueño, el cuerpo produce proteínas llamadas citoquinas que son importantes para combatir infecciones y enfermedades.

Salud cardiovascular: La falta crónica de sueño se ha asociado con un mayor riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares, como hipertensión arterial, enfermedades del corazón y accidentes cerebrovasculares.

Función cerebral y cognitiva: El sueño juega un papel crucial en la consolidación de la memoria y el aprendizaje. Un buen sueño mejora la función cognitiva, la concentración, el enfoque y la toma de decisiones.

Regulación del estado de ánimo: La falta de sueño puede tener un impacto negativo en el estado de ánimo, aumentando el riesgo de ansiedad y depresión.

Control del peso: La falta de sueño puede afectar negativamente las hormonas que regulan el apetito, lo que puede conducir a un aumento de peso y dificultades para perder peso.

Rendimiento laboral y académico: Un sueño adecuado está asociado con un mejor rendimiento en el trabajo y en el estudio. Las personas que duermen bien suelen ser más productivas, creativas y eficientes en sus tareas diarias.

Reducción del estrés: Un sueño adecuado es una herramienta importante para reducir los niveles de estrés y mejorar el manejo del estrés en situaciones de la vida cotidiana.

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Evitar el tabaquismo y el consumo de bebidas alcohólicas



Riesgo de enfermedades crónicas: enfermedades cardiovasculares, cáncer, enfermedades respiratorias crónicas y enfermedades hepáticas.

Salud pulmonar: El tabaquismo es una de las principales causas de enfermedades pulmonares, como la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y el cáncer de pulmón.

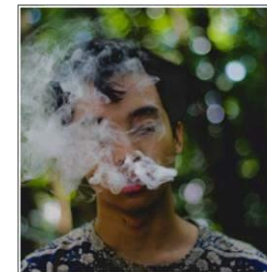


Daño a órganos vitales: El consumo excesivo de alcohol puede dañar órganos vitales como el hígado, el corazón y el cerebro, lo que puede llevar a enfermedades graves y disfunciones.



Sistema inmunológico debilitado: Tanto el tabaquismo como el consumo excesivo de alcohol pueden debilitar el sistema inmunológico, lo que aumenta la susceptibilidad a infecciones y enfermedades.

Impacto en la salud mental: El consumo excesivo de alcohol puede tener efectos negativos en la salud mental, como la depresión y la ansiedad. Además, el tabaquismo también se ha relacionado con un mayor riesgo de problemas de salud mental.



Riesgo de adicción: Tanto el tabaco como el alcohol pueden ser altamente adictivos, lo que dificulta abandonar estos hábitos una vez que se han establecido.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

OBSERVACIONES:	
-----------------------	--

CONTROL DE CAMBIOS				
VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	REVISÓ	APROBÓ
01	16/06/2023	N/a	LINA DANIELA REYES PITTO	DANIEL FELIPE LOZADA TORRES

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

PROCESO	Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	PROCEDIMIENTO	Plan de Capacitación Anual
ACTIVIDAD	Capacitación en promoción de una cultura de seguridad y participación activa de los empleados de la empresa Agropecuaria YPF SAS		
OBJETIVO	Promover una cultura de seguridad en la empresa, fomentando la participación activa de los empleados para prevenir accidentes y mejorar la salud en el trabajo		
OBJETIVOS ESPECIFICOS	<ul style="list-style-type: none"> Comprender que es una cultura de seguridad, su importancia y los beneficios que esta trae a las empresas Visibilizar el liderazgo comprometido con la seguridad y la comunicación efectiva Involucrar a los empleados en los procesos SST, con una participación activa en la identificación y solución de problemas de seguridad y salud en el trabajo 		
ALCANCE	Este procedimiento aplica para todos los trabajadores de campo y administrativos de la empresa Agropecuaria YPF SAS		

CAPACITACIÓN	ACTIVIDADES	RESPONSABLES		FRECUENCIA	REGISTROS
		AREA	CARGO		
Promoción de una cultura de seguridad y participación activa de los empleados de la empresa Agropecuaria YPF SAS	<p>El desarrollo de este módulo de capacitación comprenderá tres secciones de 30 minutos cada una.</p> <ol style="list-style-type: none"> Introducción Promoción de la cultura de seguridad Participación activa de los empleados 	Seguridad y Salud en el Trabajo SST	Coordinador de SST	Una vez cada seis meses.	Realizar un registro fotográfico junto con asistencia firmada. Grabar un pequeño video de la capacitación.

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

CAPACITACIÓN EN PROMOCIÓN DE UNA CULTURA DE SEGURIDAD Y PARTICIPACIÓN ACTIVA DE LOS EMPLEADOS

PRIMERA SECCION: Introducción

- **Cultura de seguridad**

La cultura de seguridad hace referencia a un conjunto de percepciones, actitudes, valores, comportamientos y creencias que puede llegar a tener una organización, estos a su vez promueven la prevención de los factores de riesgos asociados a las actividades propias de las laborales realizadas y también a la proporción de seguridad a todos los trabajadores y colaboradores.

Figura 51

Etapas de la cultura de seguridad



Tomado de (SIJME, 2021)

		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Objetivos de la cultura de seguridad

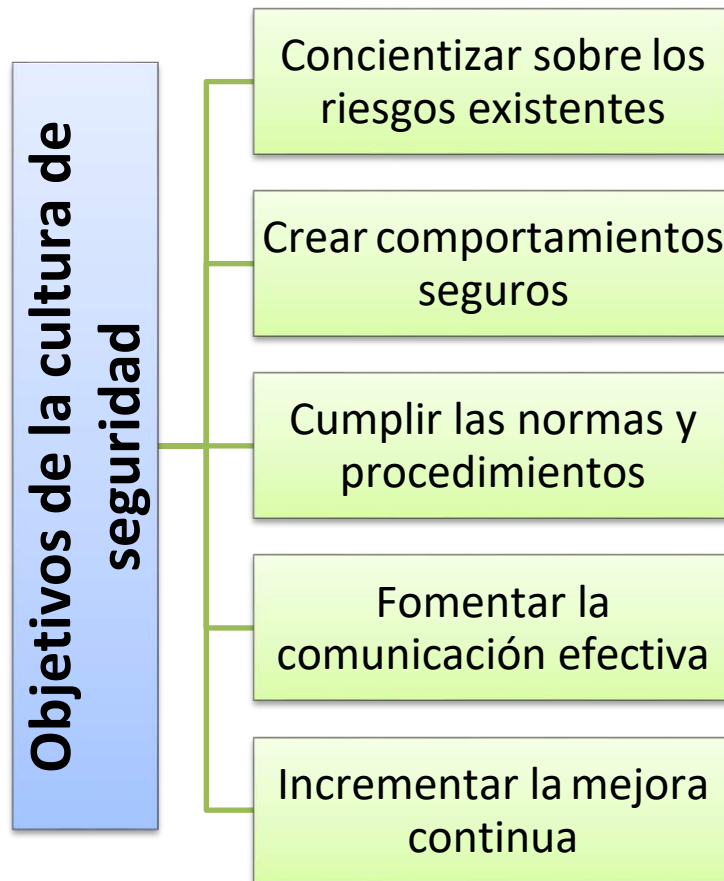


Figura 52

Frases de la no prevención



Tomado de (Servicios Preventivos De Seguridad E Higiene, 2018)

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Características de una cultura de seguridad positiva**



		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Beneficios de una cultura de seguridad apropiada**

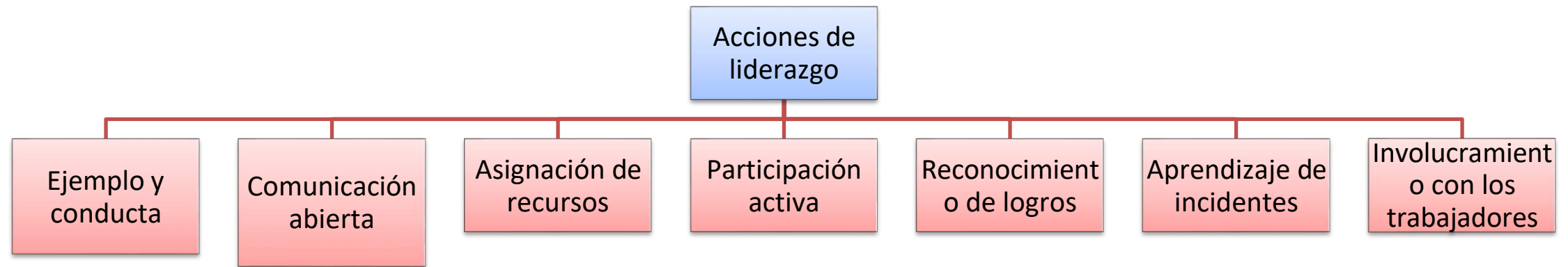


		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

SEGUNDA SECCION: Promoción de la cultura de seguridad

- **Liderazgo comprometido con la seguridad**

El liderazgo comprometido con la seguridad es un apartado muy importante en las organizaciones, el cual se enfoca en conformar a partir de acciones activas por parte de la junta directiva y líderes de las empresas una cultura de prevención, promoción y promulgación de la de seguridad sólida y la salud total en el trabajo. Este liderazgo no solo se trata de la creación de políticas de promoción en seguridad, sino en la participación proactiva de acciones y decisiones en pro de la seguridad de los empleados, mostrando un genuino interés y preocupación por el bienestar de los empleados y miembros de la organización.

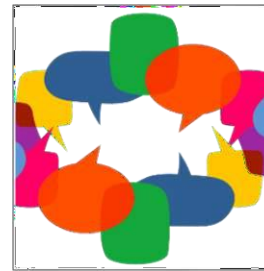


		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Comunicación efectiva de los procedimientos y políticas de seguridad.**



Documentación
clara y concisa



Comunicación
visual

Acceso fácil y
visible



Uso de ejemplos y
casos reales



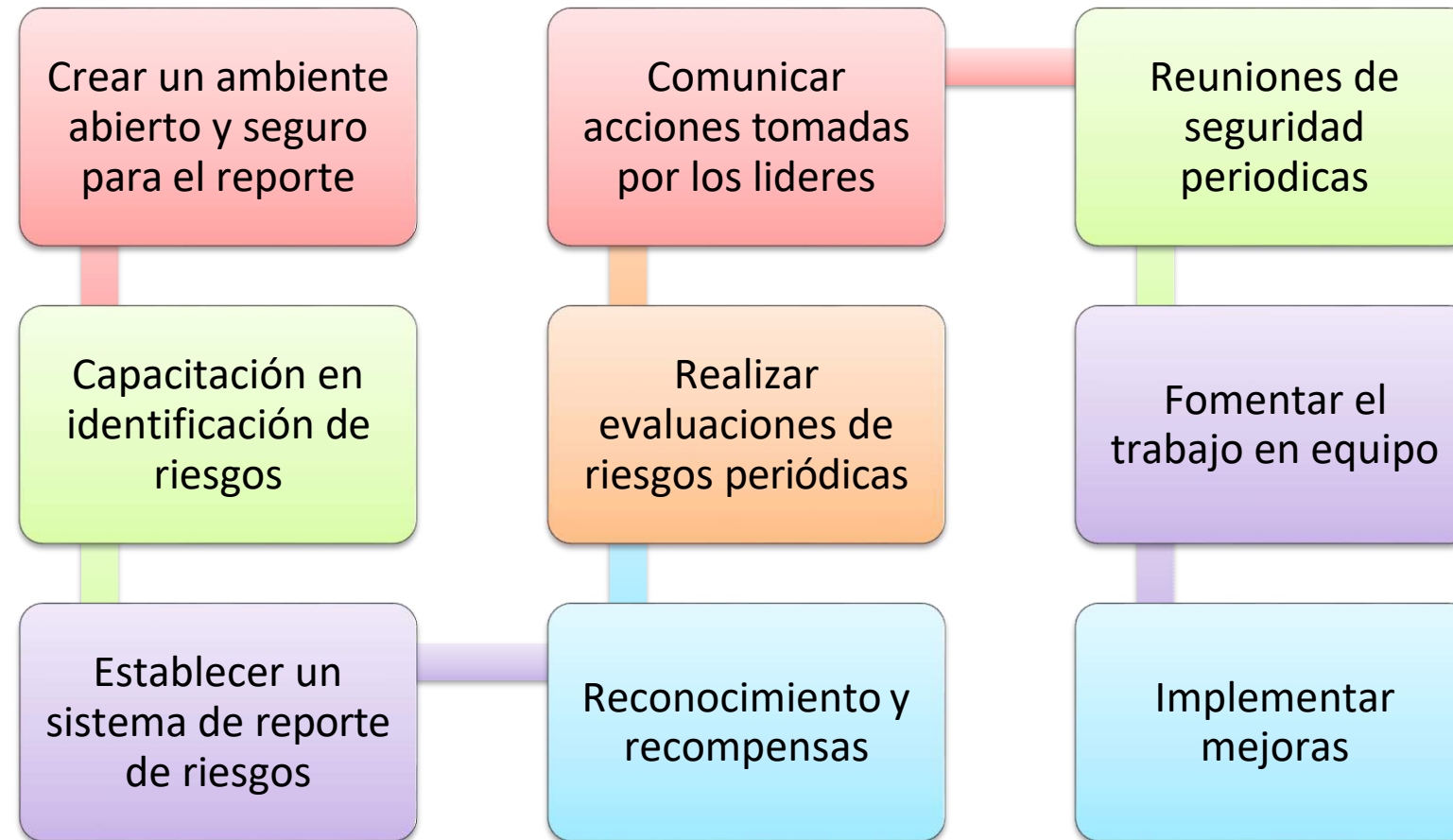
Capacitación y
formación



Involucrar a líderes
y supervisores

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- Involucrar a los empleados en la identificación y reporte de riesgos.



		<h1>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h1>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

TERCERA SECCION: Participación activa de los empleados

- **Importancia de la participación activa en la seguridad.**

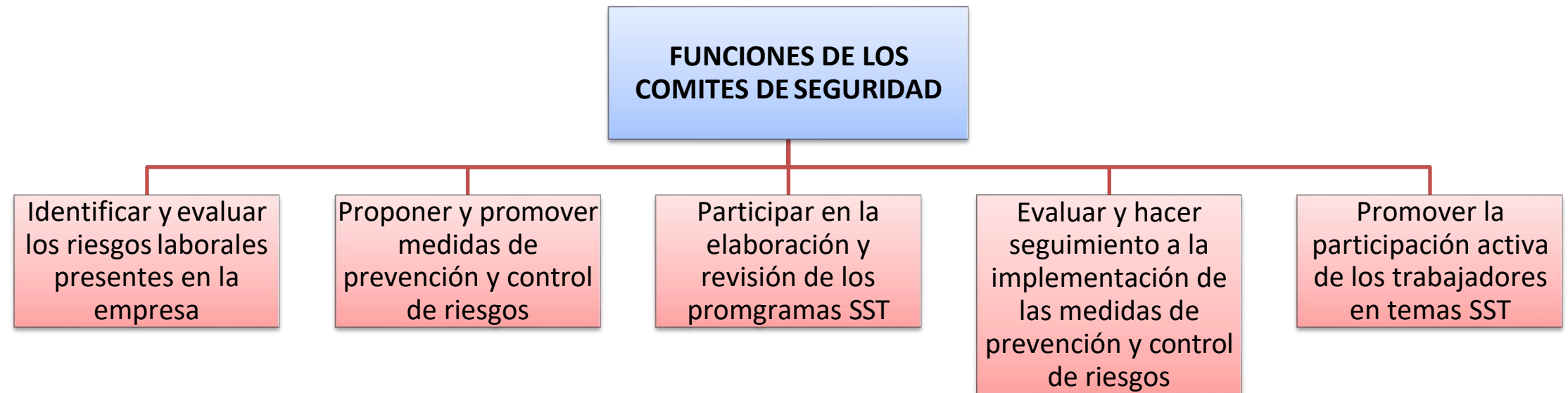
La participación activa en seguridad de la población empresarial, va desde la junta directiva y líderes, hasta todo el personal subordinado, la participación activa de toda la comunidad es de vital importancia para crear ambientes saludables, seguros y de bienestar en la empresa. Algunas razones clave que destacan la importancia de la participación activa en la seguridad son las siguientes:



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Establecer comités de seguridad, roles y responsabilidades**

Los comite de seguridad y salud en el trabajo son herramientas establecidas y reguladas por la normatividad colombiana, en el decreto 1072 del 2015 (Decreto único reglamentario del sector trabajo), estos comités cumplen con el objetivo de velar por la seguridad y salud de todos los trabajadores, previniendo los riesgos laborales y preparando al personal para una posible emergencia. Algunas funciones de estos comités son las siguientes:



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

En Colombia, existen varios tipos de comités relacionados con la seguridad y salud en el trabajo. Los principales son los siguientes:



Comité Paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo (COPASST)



Comité de Higiene Industrial

Comité de Convivencia Laboral



Comité de Vigilancia Epidemiológica



Comité de Ergonomía



Comité de Primeros Auxilios y Brigadas de Emergencia

		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

- **Reconocimiento y recompensas para empleados comprometidos con la seguridad.**

El reconocimiento y las recompensas para los empleados comprometidos con la seguridad son estrategias efectivas para fomentar una cultura de seguridad positiva en una organización. Estos incentivos refuerzan el comportamiento seguro y motivan a los empleados a seguir tomando medidas proactivas para prevenir accidentes y promover un ambiente de trabajo seguro.



		MANUAL DE CAPACITACIÓN	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

OBSERVACIONES:	
-----------------------	--

CONTROL DE CAMBIOS				
VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	REVISÓ	APROBÓ
01	16/06/2023	N/a	LINA DANIELA REYES PITTO	DANIEL FELIPE LOZADA TORRES

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Bibliografía

- ADAM. (5 de Marzo de 2021). *ADAM*. Obtenido de <https://ssl.adam.com/content.aspx?productid=118&pid=5&gid=000041&site=StLukesmedicalcenter.adam.com&login=STLK7926>
- ADAM. (31 de Mayo de 2022). *medlineplus*. Obtenido de https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_imagepages/1078.htm
- Agropecuaria YPF SAS. (2020). *Procedimientos operativos normalizados*. Villavicencio.
- Alcaldía de Santiago de Cali. (2018). *Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo*. Obtenido de <https://www.cali.gov.co/desarrolloinstitucional/publicaciones/144387/sistema-de-gestion-de-la-seguridad-y-salud-en-el-trabajo/>
- American Red Cross. (2023). *redcross*. Obtenido de <https://www.redcross.org/take-a-class/first-aid>
- Andes monta cargas. (12 de Julio de 2021). *Andesmontacargas*. Obtenido de <https://andesmontacargas.com/manipulacion-manual-de-cargas/>
- Área Metropolitana del Valle de Aburrá . (s.f.). *Promoción de las buenas prácticas en la gestión de químicos asociado al uso y manufactura, y al impacto ambiental*. Obtenido de <https://www.metropol.gov.co/ambiental/Paginas/consumo-sostenible/Gestion-de-sustancias-quimicas.aspx>
- ARL SURA . (s.f.). *Ficha Técnica Guadañadora*. Obtenido de <https://www.arlsura.com/index.php/documentos/category/12-herramientas?download=142:guadanadora>
- ARL SURA. (Marzo de 2023). *Accidentes vs Años vs Dias [Grafica]*. Obtenido de ARL SURA: <https://www.arlsura.com/>
- BIOAGRO. (2020). *Cartilla de Prevención de Riesgos Laborales en la Cosecha de Fruta Fresca de Palma de Aceite*. https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/11453/5/Anexo3_Cartilladeprevenci%C3%B3nderiesgoslaboralesenlacosechadefrutafrescadepalmadeaceite%20-%20Maria%20Gabriela%20ROMERO%20MACHADO.pdf.
- Cely Diana, M. J. (2020). *Cartilla de Promoción y Prevención en Seguridad y Salud en el Trabajo en la Agroindustria del Sector de Palma de Aceite en Colombia*. Obtenido de <https://justiciaylibertad.org/wp-content/uploads/2021/01/CARTILLA-SST-PALMA-DE-ACEITE-PROMOCION-Y-PREVENCIÓN-DE-LA-SST.pdf>
- CENSOPAS. (2022). *CENSOPAS*. Obtenido de <https://censopascindoc.ins.gob.pe/material-censopas/ergonomia/>

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Cruz Roja Española . (2008). *cruzroja*. Obtenido de https://www.cruzroja.es/prevencion/hogar_09.html

Cruz Roja Venezolana. (2 de Mayo de 2017). *Twitter*. Obtenido de <https://twitter.com/CruzRojaVe/status/859412205363765249>

Fedepalma. (2022). *Informe de Gestion Fedepalma 2022*. Bogota: Yolanda Moreno .

Federación Nacional de Cultivadores de Palma de Aceite Fedepalma [Colombia]. (2017). *Fedepalma*. Obtenido de Fedepalma:
<http://repositorio.fedepalma.org/handle/123456789/107682>

Federación Nacional de Cultivadores de Palma de Aceite., Fedepalma. (30 de Junio de 2021). *Fedepalma*. Obtenido de <http://repositorio.fedepalma.org/handle/123456789/141260>

Fundación Laboral de la Construcción. (2015). *Medidas Preventivas en Trabajos con Productos Químicos*. Obtenido de <https://www.lineaprevencion.com/recursos/productos-quimicos-medidas-preventivas>

Gobernación de Risaralda. (2013). *Control riesgo quimico*. Obtenido de <https://www.risaralda.gov.co/salud/publicaciones/1236/control-riesgo-quimico/>

Gruas y maniobras. (05 de Junio de 2022). *Gruasymaniobras*. Obtenido de <https://gruasymaniobras.com/equipos-de-proteccion-personal/>

Hospital Clinica Biblica. (10 de Septiembre de 2014). *clinicabiblica*. Obtenido de <https://www.clinicabiblica.com/es/pacientes/guia-de-soluciones-de-salud/1623-como-reconocer-los-sintomas-de-un-ataque-cardiaco>

Hospital Español. (2 de Julio de 2020). *Twitter*. Obtenido de <https://twitter.com/hospitalesp/status/1278833331967266819/photo/1>

Interempresas. (20 de Noviembre de 2018). *Interempresas*. Obtenido de <https://www.interempresas.net/Hosteleria/Articulos/229249-Hosteleria-de-Espana-se-compromete-con-la-Prevencion-de-Riesgos-Laborales.html>

LANPRE FORMACION. (2022). *LANPRE FORMACION*. Obtenido de <https://www.lanpreformacion.com/manipulacion-manual-de-cargas-manipulacion-de-productos-quimicos/>

Lanpreformacion. (2021). *Lanpreformacion*. Obtenido de <https://www.lanpreformacion.com/manipulacion-manual-de-cargas-manipulacion-de-productos-quimicos/>

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Macrovector. (2022). *Freepik*. Obtenido de https://www.freepik.es/vector-gratis/conjunto-iconos-planos-emergencia-primeros-auxilios_3796728.htm#query=primeros%20auxilios&position=4&from_view=keyword&track=ais

Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. (s.f.). *Seguridad en el uso de la maquinaria agrícola*. Obtenido de <https://www.mapa.gob.es/es/ministerio/servicios/informacion/plataforma-de-conocimiento-para-el-medio-rural-y-pesquero/observatorio-de-tecnologias-probadas/maquinaria-agricola/Seguridad.aspx>

Ministerio del Trabajo, GUÍA TÉCNICA DE IMPLEMENTACIÓN PARA MIPYMES. (s.f.). Obtenido de <https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/51963/Guia+tecnica+de+implementacion+del+SG+SST+para+Mipymes.pdf/e1acb62b-8a54-0da7-0f24-8f7e6169c178>

Molnlycke. (2023). *molnlycke*. Obtenido de <https://molnlycke.medifacil.com/guia-de-autocuidado-para-los-cambios-de-aposito/>

Molnlycke. (2023). *Molnlycke*. Obtenido de <https://molnlycke.medifacil.com/guia-de-autocuidado-para-los-cambios-de-aposito/>

Monica, R. (2019). *Statista*. Obtenido de <https://es.statista.com/grafico/23123/cantidad-de-aceite-de-palma-producido-por-pais/>

Montenegro Carmen, L. K. (12 de Junio de 2022). *AICAD*. Obtenido de <https://www.aicad.es/primeros-auxilios-en-el-deporte/>

MSD. (2023). *msdmanuals*. Obtenido de <https://www.msdmanuals.com/es/hogar/multimedia/figure/desfibrilador-externo-autom%C3%A1tico-poner-en-marcha-el-coraz%C3%B3n>

NUEVA ISO 45001:2018. (24 de 03 de 2021). *Qué es la cultura preventiva y cuáles son sus principios*. Obtenido de <https://www.nueva-iso-45001.com/2021/03/que-es-la-cultura-preventiva-y-cuales-son-sus-principios/#:~:text=Principios%20de%20la%20cultura%20preventiva,de%20forma%20segura%20y%20saludable.>

Organización Internacional del Trabajo. (2017). *Clasificación de los accidentes del trabajo según la forma del Accidente*. Obtenido de <https://www.ilo.org/public/spanish/bureau/stat/class/acc/typeacc.htm>

Organización Internacional del Trabajo. (2019). *Seguridad y Salud en el centro del Futuro del Trabajo*. Obtenido de https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/documents/publication/wcms_686762.pdf

		<h2>MANUAL DE CAPACITACIÓN</h2>	Código	GD-SGSST-CAP-01
			Versión	01
			Fecha Aprobación	15/06/2023
			Página	12 de 187

Organización Internacional del Trabajo, Ciclo de gestión de la SST. (s.f.). *Un enfoque sistémico para gestionar la seguridad y salud en el trabajo*. Obtenido de <https://www.ilo.org/safework/areasofwork/occupational-safety-and-health-management-systems/lang--es/index.htm>

Organizacion Mundial de la Salud. (1949). *Constitucion de la organizacion mundial de la salud*. Nueva York: Diario oficial, tomo LVI, número 32.

Prevencion Quesada. (2015 de Febrero de 2021). *Prevencion Quesada*. Obtenido de <https://prevencionquesada.com/procedimiento-de-ergonomia-para-la-prevencion-de-trastornos-musculoesqueleticos-de-origen-laboral/>

Prevencionar. (20 de Febrero de 2019). *Prevencionar*. Obtenido de <https://prevencionar.com/2019/02/20/los-3-pilares-de-la-cultura-de-la-seguridad-quieres-conocerlos/>

Prevencionar. (20 de Febrero de 2019). *Prevencionar*. Obtenido de <https://prevencionar.com/2019/02/20/los-3-pilares-de-la-cultura-de-la-seguridad-quieres-conocerlos/>

Reanimando. (2023). *Reanimando*. Obtenido de <https://reanimando.es/control-de-hemorragias/>

Safety Culture. (25 de Noviembre de 2022). *SafetyCulture*. Obtenido de <https://safetyculture.com/es/temas/seguridad-sobre-el-equipo-de-proteccion-personal/>

Sanchez, A., Dominguez, L., Prada, A., & Blasquez, C. (12 de Octubre de 2007). *enfermeriadeurgencias*. Obtenido de http://www.enfermeriadeurgencias.com/ciber/PRIMERA_EPOCA/2007/octubre/vendajes.htm

Servicios Preventivos De Seguridad E Higiene. (15 de Octubre de 2018). *Facebook*. Obtenido de <https://www.facebook.com/1429782740653604/photos/excelente-inicio-de-semana-%EF%B8%8F%EF%B8%8Freflexionemos-y-capacitemos-a-nuestros-trabajadores/1620538171578059/>

SIJME. (2021). *SIJME*. Obtenido de <http://sijme.mx/culturadeseguridad.php>

SIRCON SEGUROS. (21 de 12 de 2021). *RECOMENDACIONES GENERALES PARA LA PREVENCIÓN DE ACCIDENTES LABORALES*. Obtenido de <https://sirconseguros.com/recomendaciones-generales-para-la-prevencion-de-accidentes-laborales/>

SIRCON SEGUROS. (21 de 12 de 2021). *RECOMENDACIONES GENERALES PARA LA PREVENCIÓN DE ACCIDENTES LABORALES*. Obtenido de <https://sirconseguros.com/recomendaciones-generales-para-la-prevencion-de-accidentes-laborales/>