

# **Estrategias para disminuir la Accidentalidad y mitigar la Exposición a Riesgos que afecten la Salud Ocupacional de los servidores públicos de la Secretaria de Salud de Boyacá.<sup>1</sup>**

Fredy Giovanni Roa Figueredo<sup>2</sup>

Julio Ramiro Peña Ramírez<sup>3</sup>

## **RESUMEN**

El Artículo de Investigación busca realizar un diagnóstico contextual y un análisis de los factores de riesgos a los cuales se encuentran expuestos los servidores públicos de la Secretaria de Salud de Boyacá, con el fin de proponer un Programa de Vigilancia Epidemiológica de Desordenes Músculo Esqueléticos (Pausas saludables, comportamientos seguros y prevención de caídas) que posibilite la prevención del riesgo profesional, es decir disminuir la ocurrencia del accidente de trabajo, la exposición al factor de riesgo y el desarrollo de la enfermedad profesional, así como contribuir al control de pérdidas no solamente en la salud del servidor público sino sobre el medio ambiente y los activos de la Entidad, sean éstos materiales, equipos e instalaciones.

Finalizando con unas conclusiones para la implementación del Programa de Vigilancia Epidemiológica con los servidores públicos de la Secretaria de Salud de Boyacá que optimicen la Salud Ocupacional de los mismos y se incremente el desempeño laboral,

---

<sup>1</sup> Artículo de Investigación desarrollado en el marco de la especialización en Gerencia de Instituciones de la Seguridad Social en Salud de la Universidad Santo Tomás seccional Tunja.

<sup>2</sup> Administrador en Servicios de Salud, 2003. Especialización en Gerencia en Instituciones de Salud.

<sup>3</sup> Contador Público. Maestría en Dirección y Administración de Empresas. Especialización en Administración, Control y Finanzas Públicas. Especialización en Auditoria en Salud.

para la prestación de los servicios con calidad a toda la comunidad que habita el departamento de Boyacá.

## **PALABRAS CLAVES**

Salud Ocupacional, Panorama de Factores de Riesgo, Accidente de Trabajo, Enfermedad Laboral, Programa de Vigilancia Epidemiológica.

## **ABSTRACT**

Research article seeks to do a contextual diagnosis and analysis of risk factors to which they are exposed for public servants in the Ministry of Health of Boyacá, to Design a Program the Epidemiological Surveillance Músculo Skeletal Disorders (healthy breaks, safe behaviors and prevention of falls), which enable the prevention of occupational risk, ie reduce the occurrence of accidents at work, exposure to the risk factor and the development of occupational disease and equally contribute to loss control not only the health of the public servant but on the environment and assets of the entity, whether materials, equipment and facilities.

Ending with some conclusions for the implementation of the Programme of Epidemiologic Surveillance publica servants of the Ministry of Health of Boyacá that optimize thereof Occupational Health and job performance for the provision of services to increase quality to the whole community inhabiting the department of Boyacá.

## **KEYWORDS**

Occupational Health, Risk Factors, Panorama Work Accident, Occupational Disease, Epidemiological Surveillance Program.

## INTRODUCCIÓN

Es importante recordar que el Trabajo es una actividad que el individuo desarrolla para satisfacer sus necesidades básicas y obtener unas condiciones de vida acordes con su dignidad humana y poder realizarse como persona, física, intelectual y socialmente.

Para trabajar con eficiencia es necesario estar en buenas condiciones de salud pero desafortunadamente en muchas ocasiones, el trabajo contribuye a deteriorar la salud del individuo, debido a las condiciones inadecuadas en que se realiza.

Por lo anterior, se busca realizar un diagnóstico contextual y un análisis de los factores de riesgos a los cuales se encuentran expuestos los servidores públicos de la Secretaria de Salud de Boyacá, con el fin de proponer un Programa de Vigilancia Epidemiológica de Desordenes Músculo esqueléticos (Pausas saludables, comportamientos seguros y prevención de caídas) que posibilite la prevención del riesgo profesional, es decir disminuir la ocurrencia del accidente de trabajo, la exposición al factor de riesgo y el desarrollo de la enfermedad profesional, así como contribuir al control de pérdidas no solamente en la salud del servidor público sino sobre el medio ambiente y los activos de la Entidad, sean éstos materiales, equipos e instalaciones.

Finalizando con unas conclusiones para la implementación del Programa de Vigilancia Epidemiológica con los servidores públicos de la Secretaria de Salud de Boyacá que optimicen la Salud Ocupacional de los mismos y se incremente el desempeño laboral y la prestación de los servicios con calidad a toda la comunidad que habita el departamento de Boyacá.

Por tanto, el presente artículo de investigación tiene como propósito aplicar los conocimientos adquiridos y desarrollar habilidades como Gerentes en Instituciones de Salud, para afianzar el proceso de Enseñanza – Aprendizaje.

## **METODOLOGIA**

La presente Investigación es Descriptiva, también conocida como investigación estadística, describe los datos y este debe tener un impacto en las vidas de la gente que le rodea.

El objetivo de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas.

Para tales efectos, se procedió a realizar una revisión contextual en la Gobernación de Boyacá, en la sede de trabajo de la Secretaria de Salud de Boyacá, identificando las características generales relacionadas con la política y el programa del Sistema de Gestión de la Seguridad & Salud en el Trabajo, 2013 – 2014, las actividades y puestos de trabajo de la Secretaria referida, observando los posibles riesgos a los cuales se encuentran expuestos los servidores públicos, ejecutando las siguientes fases:

Fase 1:

Objetivo: Identificar los factores de riesgos a los cuales se encuentran expuestos los servidores públicos de la Secretaria de salud de Boyacá, efectuando la matriz e informe correspondiente (anexo 1).

Fase 2:

Proponer un <sup>4</sup>Programa de Vigilancia Epidemiológica de Desordenes Musculo esqueléticos (Pausas saludables, comportamientos seguros y prevención de caídas) en coordinación con Administradora de Riesgos Profesionales (ARL POSITIVA) y la Dirección Gestión de Talento Humano de la Secretaria General, responsables de la

<sup>4</sup>

---

[www.arlsura.com/index.../Sistema-de-vigilancia-epidemiológica](http://www.arlsura.com/index.../Sistema-de-vigilancia-epidemiológica)

implementación del Sistema de Gestión de la Seguridad & Salud en el Trabajo en la Gobernación de Boyacá.

## **PROCEDIMIENTO**

**Población:** 300 empleados entre funcionarios de libre nombramiento y remoción, carrera administrativa, provisionalidad y ordenes de prestación de servicios de la Secretaria de Salud de Boyacá.

**Muestra:** 100 servidores públicos de libre nombramiento y remoción (76 Directivos), en carrera administrativa y provisionalidad (nivel profesional, técnico y asistencial).

## **RESULTADOS**

### **Fase 1:**

Identificar los factores de riesgos a los cuales se encuentran expuestos los servidores públicos de la Secretaria de salud de Boyacá, efectuando la matriz e informe correspondiente.

## **GENERALIDADES**

**RAZÓN SOCIAL:** GOBERNACIÓN DE BOYACÁ

Secretaria de Salud de Boyacá

**NIT:** 891800498-1

**DIRECCIÓN:** Avenida Colón No. 22 A 16

**TELEFONO:** 7424820

**ACTIVIDAD ECONÓMICA:** Administración Pública

**CLASE DE RIESGO:** I, II y III

**REPRESENTANTE LEGAL:** Juan Carlos Granados Becerra

**Horario:** Lunes a viernes de 8:00 a.m. a 12:0 m y de 2:00 p.m. 6:00 p.m.

**Población:** 300 empleados entre funcionarios de libre nombramiento y remoción, carrera administrativa, provisionalidad y ordenes de prestación de servicios de la Secretaria de Salud de Boyacá.

### **Panorama de Factores de Riesgo**

<sup>5</sup>Conforme al informe de Riesgos (Anexo), se proponen recomendaciones generales de control, a saber:

#### **Factor de Riesgo de Seguridad:**

- Realizar un programa de mantenimiento de instalaciones eléctricas, ventanas, cambio de pisos de madera por pisos en material antideslizante, instalación de cinta antideslizante y pasamanos en escaleras.
- Mejorar las condiciones de iluminación y ventilación de algunos puestos de trabajo que presentan deficiencias de estas condiciones.
- Implementar un programa de orden ya seo ya que se evidencia inadecuado almacenamiento de papel sobre y debajo de los escritorios, que puede generar accidentes de trabajo diversos.

---

<sup>5</sup> GTC-45 de 2010. Para la identificación de peligros y valoración de riesgos en seguridad y salud ocupacional.

- Implementar el plan de Emergencias, conformar y capacitar la Brigada de Emergencias.
- Instalar señalización de Emergencias.
- Desarrollar un cronograma de inspecciones por parte de los integrantes de la brigada de emergencias para los equipos de respuesta (extintores).
- Capacitar a todos los trabajadores acerca de los procedimientos ante emergencias y de manera específica acerca del uso del extintor.
- Realizar prácticas periódicas acerca del manejo de emergencias en las cuales se involucre a todos los trabajadores.

#### **Factor de Riesgo Biológico.**

- Implementar un programa de limpieza, fumigación de archivos, realizar transferencia de los documentos que se no se consulta al archivo central. Suministrar elementos de protección personal para manejo de archivos, tales como guantes de nitrilo y tapabocas.

#### **Factor de Riesgo Físico.**

- Realizar programa de mantenimiento de luminarias, realizar basculantes a las ventanas en el área de jurídica, contratación, planeación, despacho del secretario y mantener las ventanas abiertas del área de salud pública.
- Reubicar la bodega de insumos de control de vectores en otro lugar que tenga mejores condiciones de ventilación o realizar ducto de ventilación.

#### **Factor de Riesgo Biomecánico.**

- Realizar talleres de sensibilización sobre la importancia de adoptar posturas correctas como parte de la prevención de las enfermedades a nivel de la

columna por posturas inadecuadas e implementar talleres de pausas activas y proveer al trabajador de pausas para descanso.

- Evaluar los puestos de trabajo en los que se requiere realizar: Diseño o rediseño de lugar de trabajo, selección apropiada de herramientas y equipos, evaluación de métodos de trabajo, cambios en materiales o procesos o modificaciones en el medio ambiente de trabajo.
- Adquirir elementos de confort ergonómico tales como reposa muñecas, reposapiés, Pad mouse y bases para monitor, soporte para documentos y soporte para portátiles que permitan mejorar las condiciones de trabajo y brinden mayor confort al trabajador.
- Se sugiere tener en cuenta los siguientes aspectos en los puestos de trabajo. El teclado y el monitor deben estar alineados con el cuerpo del trabajador. La altura del monitor debe corresponder con la altura visual de la persona. La pantalla del computador debe estar frente al trabajador y la distancia visual no debe superar 60 Cm. - El teclado debe estar ubicado de tal manera que permita que los brazos del trabajador formen un ángulo de 90°; idealmente el Mouse debe estar ubicado en la misma superficie que el teclado. - Evitar mantener implementos bajo los escritorios que impidan la entrada de los miembros inferiores y disminuyan los arcos de movimiento y debe haber un adecuado espacio para los miembros superiores que permitan al trabajador tener un mejor movimientos dentro de los alcances mínimos y máximos de las áreas de trabajo.

## **Fase 2:**

Proponer un Programa de Vigilancia Epidemiológica de Desordenes Musculo esqueléticos (Pausas saludables, comportamientos seguros y prevención de caídas) en coordinación con Administradora de Riesgos Profesionales (ARL POSITIVA) y la Dirección Gestión de Talento Humano de la Secretaria General, responsables de la

implementación del Sistema de Gestión de la Seguridad & Salud en el Trabajo en la Gobernación de Boyacá.

### **Programa de Vigilancia Epidemiológica de Riesgos Prioritarios**

El Sistema de Vigilancia Epidemiológica, es un sistema que se alimenta principalmente con el registro y análisis de la información de estadísticas de ausentismo, diagnóstico epidemiológico de salud de los trabajadores de la empresa, factores de riesgo prioritarios y evaluaciones ambientales, entre otros, con el fin de planear acciones de prevención y control de las enfermedades laborales.

**Responsable:** Coordinador del Sistema de Gestión de la Seguridad & Salud en el Trabajo en la Gobernación de Boyacá.

### **Propuesta Programa de Vigilancia Epidemiológica**

#### **1. Pausas Saludables:**

<sup>6</sup>La Gimnasia Laboral genera más creatividad y productividad durante las horas de trabajo. Además, previene los problemas de salud.

Son múltiples las enfermedades relacionadas directamente con el trabajo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ubica más de 20 causantes del ausentismo laboral.

Por lo anterior, proponemos:

---

<sup>6</sup> [www.sura.com/blogs/calidad-de.../ejercicios-recomendados-pausas-activas](http://www.sura.com/blogs/calidad-de.../ejercicios-recomendados-pausas-activas)

## **Adopte esta rutina**

Hacer ejercicios por diez minutos en la media mañana y en la mitad de la tarde trae beneficios físicos y mentales.

Estas pausas le permiten que descanse los músculos que más usa dependiendo la actividad laboral que usted realice. Asimismo, previene los trastornos osteo musculares causados por posturas prologadas y movimientos repetitivos.

Por otro lado, se activan partes del cuerpo que permanecen estáticas por mucho tiempo, brindando descanso y comodidad física.

Finalmente, ayuda a romper con la rutina de trabajo y disminuye los niveles de estrés ocupacional, lo que mejorará notablemente su estado de ánimo y productividad.

## **Media mañana**

- **Gire la cabeza hacia su lado derecho**, hasta que su mentón quede casi en la misma dirección que su hombro. Sostenga esta posición por cinco minutos y vuelva al centro. Luego hágalo al lado contrario. Repita el ejercicio tres veces.

- **Incline su cabeza hacia atrás**, permanezca en esa posición por cinco minutos. Vuelva al centro. Baje la cabeza mirando hacia el suelo y sostenga por cinco minutos. Realice tres repeticiones a cada lado. Recuerde que los movimientos deben ser lentos y suaves.

- **Encoja sus hombros hacia las orejas**. Sostenga por 10 segundos. Descanse y repítalo tres veces más.

- **Estando de pie, lleve sus manos a la cintura** y sus hombros hacia atrás. Contraiga el abdomen y sostenga diez segundos. Repítalo tres veces.
- **Estando de pie, separe un poco las piernas e incline las rodillas.** Estire sus brazos hacia abajo tanto como su cuerpo resista. Repita tres veces.
- **Estando de pie, suba la rodilla derecha al pecho.** Sosténgala con las manos por diez segundos y cambie de pierna. Repita tres veces en cada lado.
- **Balancee la planta del pie** desde la punta hasta el talón. Repita tres veces
- **Realice movimientos circulares de tobillo** hacia ambos lados con cada pie.
- **Estire los brazos hacia al frente.** Junte las palmas de las manos y realice movimientos hacia abajo, arriba y lados. Haga este ejercicio durante diez segundos.

## **Media tarde**

- **Con la mirada al frente,** lleve su mano derecha sobre la oreja izquierda y recline la cabeza hacia el lado derecho. Guarde esta posición por cinco segundos. Vuelva al centro y repítalo de manera contraria hasta completar tres veces por cada lado.
- **Con los brazos en su espalda,** tome la muñeca izquierda con la mano derecha y tire suavemente hacia abajo. Incline su cabeza hacia el hombro derecho. Sostenga por diez segundos. Cambie de lado y realice tres repeticiones.
- **Encoja los hombros hacia sus orejas** y muévalos hacia atrás en círculos. Luego hágalo en dirección opuesta. Realice tres repeticiones a cada lado.

- **Estando de pie, separe las piernas 15 cm**, contraiga el abdomen, incline su espalda hacia al frente y estire los brazos. Cuente hasta diez y repita tres veces.
- **Camine exagerando la pisada**, punta y talón durante 10 segundos.
- **Cerca al pecho, entrelace sus manos** y realice rotaciones de muñeca hacia los dos lados. Realice tres rotaciones.
- **Estire su brazo derecho hacia el frente** de manera que la palma de la mano quede hacia arriba. Con la mano izquierda empuje hacia abajo los dedos de la mano derecha. Descanse y cambie de lado. Repítalo tres veces.

## **2. Comportamiento Seguro:**

### **Generalidades**

La experiencia demuestra que no alcanza con trabajar solamente con estrategias para lograr un ambiente de trabajo seguro sino que se deben combinar con programas orientados al comportamiento de la gente, el cual se considera influenciado por los siguientes parámetros:

### **Aspectos Individuales**

<sup>7</sup>Los empleados a todo nivel tienen diferentes costumbres, actitudes, conocimientos, personalidades, capacidades físicas y mentales; estas características cambian de tiempo en tiempo en la medida que la gente es influenciada por: Experiencias, Capacitación, Edad y condiciones físicas, Estrés,

---

<sup>7</sup> [www.fiso-web.org/imagenes / publicaciones /archivos /](http://www.fiso-web.org/imagenes/publicaciones/archivos) Claves para un Comportamiento Seguro.

Colegas, Intereses personales, satisfacción en el trabajo, La vida fuera del trabajo, Ambiciones, seguridad en el trabajo.

Y a su vez estas características pueden influenciar en: Actitudes, Motivación, Conocimiento y percepciones, Acciones.

## **La Organización**

### **Competencia**

Identificar y desarrollar habilidades en forma sistemática a través de un adecuado programa de capacitación, dando como resultado una dotación bien informada y con conocimientos de los riesgos y de las precauciones que existen para controlarlos.

### **Control**

Demostrar compromiso a través de una estructura organizacional con responsabilidades claras.

### **Cooperación**

Lograr una atmósfera de trabajo en la que todos estén activamente involucrados en la mejora continua.

### **Comunicación**

Suministrar información relacionada con los riesgos, planes, objetivos y feedback de desempeño. Generar un ambiente en el que las personas estén estimuladas a reportar los peligros, los incidentes y las lesiones.

Donde hay pobres culturas de Salud Higiene y Seguridad, solo hay intentos individuales o aislados por mejorar en estos temas, los cuales a su vez son tratados con indiferencia o resistencia.

## **Factores del Trabajo**

## **Sistemas seguros de trabajo**

Puede parecer obvio, pero los empleados no podrán trabajar de una manera segura si el sistema de trabajo no lo es. Las precauciones, entrenamiento, etc., que se puedan tomar no substituyen a un sistema de trabajo seguro (ej.: preparación para emergencias, permisos de trabajo, etc.).

## **Ergonomía**

Muchas veces aparecen problemas porque la persona se tiene que adaptar a condiciones que no son las más adecuadas, ya que los lugares de trabajo se diseñan tomando como base el movimiento eficiente del producto o la mejor localización de las máquinas. Todo esto sin pensar en las personas, de quienes esperamos que se adapten a cualquier sistema que se ha diseñado.

Desgraciadamente el cuerpo humano no se puede adaptar a todo. Las personas son diferentes y tienen limitaciones.

La razón de ser de la Ergonomía es comprender la anatomía, fisiología y psicología de las personas y diseñar de acuerdo a esto. Al adaptar el trabajo a la persona, podemos mejorar tanto el bienestar del empleado como la eficiencia en el lugar de trabajo, el cual puede ser desde un puesto de oficina frente a una PC hasta uno frente a una línea de producción.

## **Toma de decisiones**

Tomar decisiones puede ser considerada una tarea estimulante, pero en algunos casos puede ser estresante y las decisiones tomadas incorrectas, generando así una situación de riesgo; por ello, es necesario tener presente lo siguiente: las capacidades individuales, la complejidad del trabajo, el grado de automatización de la tarea, la percepción personal del riesgo, la disponibilidad de información y de colaboración.

## **El Ambiente de Trabajo**

Condiciones físicas de trabajo inadecuadas (calor/frío, iluminación, ruido, etc.) pueden afectar las actitudes de la gente y frustrar cualquier intento de desarrollo de una cultura de Salud Higiene y Seguridad. Las pobres condiciones de trabajo generan estrés físico que baja la productividad del personal y lo exponen a riesgos de salud más directos.

De acuerdo a lo expuesto arriba, no hay un único camino para lograr el comportamiento seguro; sin embargo y a manera de resumen podríamos decir que se pueden tomar las siguientes acciones:

- Definir claramente las responsabilidades y estándares de desempeño, cumpliéndolos en forma consistente.
- Realizar reconocimientos al personal que de cumplimiento a los estándares que permitan alcanzar un desempeño seguro.
- Facilitar el comportamiento seguro, eliminando obstáculos (por ej.: entregando elementos de protección personal que además de proteger sean confortables).
- Lograr que el personal entienda los motivos por los que se aplican los estándares.
- Realizar actividades de capacitación para minimizar las posibilidades de error.

### **3. Prevención de Caídas:**

<sup>8</sup>Hay tres clases de accidentes producidos por las caídas: aquellos en los que una persona se cae desde una altura o nivel debido a uso de escaleras, para coger archivadores, libros, etc., aquellos en los que la persona resulta alcanzada por un objeto que cae y el golpe le produce un daño más o menos importante, dependiendo del peso del objeto en cuestión, al impactar contra el cuerpo del trabajador y por último las típicas caídas al mismo nivel: tropiezos, resbalones, etc.

### **Causas de Caídas**

- Condiciones Inseguras (piso o escaleras deslizantes: encerado, mojado, enjabonado, resbaloso, desgastado, cuarteado, roto; calzado inadecuado; espacios con obstáculos; cables sueltos, sin entubar o sin organizar adecuadamente; pisos deteriorado;, manchas de aceite u otras sustancias en el piso; escaleras sin pasamanos y sin cintas antideslizantes; iluminación deficiente; desorden en el área de trabajo).
- Actos Inseguros (la prisa exagerada: correr en pasillos, escaleras, calles y vías públicas; saltar los peldaños de escaleras de dos en dos o de tres en tres; subir a una silla, mesa o apoyo inadecuado para tratar de alcanzar algo que esté demasiado alto; atravesar obstáculos como barandas, paredes o techos; falta de autocuidado por parte del trabajador; caminar sobre tabloncillos sueltos; correr, saltar desde partes elevadas).

### **Consecuencias de las Caídas**

- Físicas (fracturas en extremidades, heridas y politraumatismos, accidentes mortales, pueden generarse dolores crónicos).
- Psicológicas (puede afectarse la autoestima, depresión)
- Productivas (pérdida de capacidad laboral, invalidez, ausentismo)

## **Medidas Preventivas**

- Autocuidado (cuidarse así mismo y cuidar a otros estimulando cambios en ellos, es reflejo de autoestima, es instinto de conservación).
- Caídas al mismo nivel (mantener el orden de los materiales, evitar cables eléctricos y suelos mojados, llevar calzado adecuado, no dejar cajones o archivadores abiertos, se debe caminar y no correr, señalización informativa en caso de realizar aseo en horas laborales, reciclar adecuadamente los residuos, mantener ordenada las superficies de trabajo, señalar áreas de peligro, mantener una adecuada iluminación).
- Acciones Correctivas y Preventivas a cargo de la Entidad(en las escaleras utilizar siempre pasamanos o barandas, sensibilizar a los trabajadores para: evitar correr durante los desplazamientos, al bajar o subir escaleras paso a paso, no correr ni saltar escalones, cuando se transite por las escaleras hacerlo por la derecha sujetándose del pasamanos, no obstruir las escaleras).
- Caminar con seguridad evita las caídas (al levantarse, incorporarse poco a poco; no utilizar escaleras de mano ni taburetes; las zonas de paso, libres de obstáculos; evitar suelos mojados o resbaladizos; usar calzado cómodo, ajustado y antideslizante; realizar actividad física diariamente).

## **Metodología para implementar la propuesta del Programa de Vigilancia Epidemiológica:**

- Sensibilización y Socialización del Programa.
- Implementación de las medidas de intervención.
- Medición de los Indicadores de Gestión del Programa de Vigilancia Epidemiológica.
- Seguimiento y control del Programa por parte del Responsable de Salud Ocupacional de la Entidad.

## **CONCLUSIONES**

La Secretaria de Salud de Boyacá, “Servir a la comunidad en la articulación, adopción y aplicación de la política en materia de salud pública para el departamento de Boyacá”, por ello se hace necesario identificar las condiciones personales y laborales de quienes trabajan en esta sectorial, por lo cual se requiere de evidenciar los factores de riesgo a los cuales se ven expuestos los servidores públicos, conforme a las tareas y actividades que diariamente ejecutan.

Por lo anterior, como parte de la implementación de un Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo, se propuso una herramienta que evidencie las condiciones laborales y los factores de riesgo controlados, mediante el informe del Panorama de Riesgos actualizado, para proponer estrategias que lleven a la disminución de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, permitiendo así un ambiente laboral sano y seguro, lo que disminuye las pérdidas materiales y económicas, incrementando además la productividad.

Todo ello, hace necesario plantear un Programa de Vigilancia Epidemiológica de Desordenes Musculo esqueléticos (Pausas saludables, comportamientos seguros y prevención de caídas) que permita identificar las causas del incremento de la accidentalidad y formular un plan de contingencia e intervención con los servidores públicos, para disminuir la exposición a los factores de riesgo y llevar a los mismos a responsabilizarse de su autocuidado y de la ejecución de medidas preventivas y correctivas que optimicen su desempeño laboral y su salud ocupacional, fomentando un desarrollo integral de Todos y Cada Uno de los que trabajan para alcanzar la misión y visión proyectada por la Gobernación de Boyacá y en este caso en una sectorial como lo es la Secretaria de Salud de Boyacá con aproximadamente 300 empleados entre funcionarios de libre nombramiento, carrera administrativa, provisionalidad y ordenes de prestación de servicios.

## REFERENCIAS

Ayala, Cáceres, Carlos Luís. Legislación en Salud Ocupacional y Riesgos Profesionales. Segunda edición. Ediciones Salud Laboral Ltda. 2003.

Decreto 614 de 1984. Por el que se determinan las bases para la organización y administración de la Salud Ocupacional.

Decreto – Ley 1295 de 1994. Por el cual se determina la Organización y Administración del Sistema General de Riesgos Profesionales.

GTC-45 Guía Técnica Colombiana para el Diagnóstico de Condiciones de Trabajo, su Identificación y Valoración. ICONTEC. 1997.

GTC-45 de 2010. Para la identificación de peligros y valoración de riesgos en seguridad y salud ocupacional.

<https://www.positivaenlinea.gov.co>. / Cartilla Prevención de Caídas.

INSHT, Seguridad en el Trabajo. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo Barcelona, España.

Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Evaluación de Riesgos Laborales. Segunda Edición.

Ley 1562 de 2012. Por la cual se modifica el sistema de riesgos laborales y se dictan otras disposiciones en materia de salud ocupacional.

Mahecha, A. Myriam. El Trabajo y la Salud Ocupacional. Conceptos, Riesgos, Prevención y Control. Primera edición. Editorial UPTC. 1992.

Resolución 01016 de Marzo 31 de 1989. Reglamenta la Organización, Funcionamiento y Forma de los Programas de Salud Ocupacional.

Sistema de Gestión de la Seguridad & Salud en el Trabajo. Gobernación de Boyacá.  
2013 – 2014.

[www.monografias.com](http://www.monografias.com) › [Administración y Finanzas](#) › [Recursos Humanos](#)




[www.arlsura.com/index.../Sistema-de-vigilancia-epidemiológica](http://www.arlsura.com/index.../Sistema-de-vigilancia-epidemiológica)


[www.sura.com/blogs/calidad-de.../ejercicios-recomendados-pausas](http://www.sura.com/blogs/calidad-de.../ejercicios-recomendados-pausas) activas.

[www.fiso-web.org/imagenes / publicaciones /archivos /](http://www.fiso-web.org/imagenes/publicaciones/archivos) Claves para un Comportamiento Seguro.

**ANEXO**  
**EVIDENCIAS DE LAS CONDICIONES DE TRABAJO – SECRETARIA DE**  
**SALUD DE BOYACÁ**

| FACTOR DE RIESGO                | HALLAZGO   | EVIDENCIA   | RECOMENDACIONES   |
|---------------------------------|--|---|---|
| <b>Condiciones de Seguridad</b> | Caídas al mismo nivel por Pisos de madera en mal estado, lisa y resbalosa.<br>Cinta antideslizante de escaleras desgastada, falta de pasamanos en algunas escaleras.       |   | Cambio de pisos en materiales antideslizantes en la instalación de las escaleras.   |
|                                 | Contacto con tomacorrientes en mal estado.<br>Cables de luminarias en regular estado, Caída de luminarias por mal anclaje al techo, Cables sueltos en el piso, sin entubar | <br> | Mantenimiento de pisos techos e instalaciones eléctricas.<br>Mantenimiento preventivo de instalaciones eléctricas y luminarias en las diferentes áreas. |
|                                 | Choques y atropellamientos con vehículos, por estado de vías y desplazamiento en transporté público y de la empresa  |   | Programa de capacitación de conductores de vehículos y conductores defensivos y seguros.  |
|                                 | Traslado de funcionarios   |   | Solicitar acompañamiento.   |



|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | <p>a Zonas en conflicto, inseguras o de alto riesgo de orden publico</p>   |    | <p>fuerza pública o desplazamiento de riesgo público.</p>          |
|  | <p>Caídas a diferente nivel durante visitas de campo, fenómenos naturales trabajo en zonas de derrumbe</p>   |  | <p>Capacitación de caídas autocuidado. U suela antidesliz</p>      |
|  | <p>Espacios de trabajo reducidos para el número de trabajadores.<br/>Espacios de circulación de personas reducidos y acumulación de cajas y documentos</p> |  | <p>Implementar Orden y aseo. Realizar documental del consulta.</p> |
| <p><b>Condiciones de Seguridad</b></p> | <p>Orden ya seo deficiente del sitio de trabajo</p>  |  | <p>Implementar orden y transferencia archivo.</p>                  |
|  | <p>Caída de Divisiones de módulos por falta de anclaje del área de Prestación de Servicios de Habilitación.</p>  |  | <p>Mantenimiento preventivo de los módulos.</p>                    |




|                                 |  |   |  |
|---------------------------------|--|---|--|
|                                 |  |   |  |
|                                 |  |   |  |
|                                 | Ruptura de material de vidrio durante manipulación o daños en la autoclave del laboratorio.  |  | Diseñar un elemento personal.<br>Uso de element  |
|                                 | Accidentes de tránsito durante desplazamiento en visitas de campo a áreas urbanas y rurales. |   | Programa de vehículos y ca<br>conductores<br>defensivo y seg   |
| <b>Condiciones de Seguridad</b> | Sobrecarga de tomas eléctricas por equipos eléctricos en el laboratorio.                     |   | Sensibilizar a lo<br>riesgo que se ti<br>los tomacorri<br>mantenimientos<br>correctivo y<br>instalaciones el |





|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | <p>Ausencia de señalización de emergencias y de brigada de emergencias.</p>   | <br> | <p>Instalar se<br/>emergencias<br/>capacitar la<br/>Emergencia.</p>   |
|  | <p>Aplastamiento por caída de canecas durante su manipulación en la bodega de Enfermedades transmitidas por vectores.</p> |   | <p>Dotar de carro<br/>transporté de c<br/>personas R<br/>productos alma<br/>en cuenta las<br/>de almacenam<br/>Utilización de e</p> |
|  | <p>Métodos de almacenamiento inadecuados de productos químicos. Ausencia de señalización de áreas.</p>                    |   | <p>Señalización y<br/>áreas,<br/>procedimientos<br/>seguros para<br/>productos quím<br/>socializar fichas<br/>los productos.</p>    |


|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <p><b>Condiciones de Seguridad</b></p> | <p>Inadecuado de almacenamiento de Equipos de protección personas con toldillos impregnados de insecticidas de acción residual.</p>              |    | <p>Separar los protección de lo Reubicar los tol</p>         |
|  | <p>Cortes por manipulación de biológicos.</p>  |    | <p>Uso de Elemento personal.</p>                             |
|  | <p>Caída de cajas de biológicos, deterioro de las instalaciones locativas, techos, paredes y puertas, Programa ampliación de inmunizaciones.</p> |  | <p>Cambio de mantenimiento locativas.</p>                    |
|  | <p>Diseño inadecuado de los puestos de trabajo, sillas en mal estado y no</p>  |  | <p>Rediseño de p suministro de s y elementos ergonómico.</p> |

|                           |   |  |   |
|---------------------------|---|--|---|
| <p><b>Biomecánico</b></p> | <p>ergonómicas, ausencia de elementos de confort ergonómico.</p>  |  |   |
|                           | <p>Movimientos repetitivos en tareas de oficina, hábitos posturales inadecuados.</p>                      |    | <p>Implementar procedimientos saludables y tácticas postural.</p>   |
|                           | <p>Postura sedente prolongada y transporte de equipos de fumigación en el área de control de vectores</p> |  | <p>Realizar talleres de capacitación postural, realizar pausas de trabajo durante el día. Solicitar ayuda para el transporte y manipulación de los equipos entre áreas cuando se considere necesario y permitido.</p> |
| <p><b>Físico</b></p>      | <p>Iluminación deficiente en algunas áreas de trabajo</p>   |  | <p>Programa de mantenimiento de luminarias, cambio de bombillas.</p>  |

|               |  |  |   |
|---------------|--|--|---|
|               | por el mal estado de las luminarias.   |  | luminarias fundidas y la instalación de más luminarias si lo requieran.   |
| <b>Físico</b> | Ventilación deficiente en algunas áreas, por ventanas cerradas o por ausencia de las mismas.                           |  | Realizar base de datos de las ventanas en el laboratorio, para la contratación, mantenimiento y despacho de las mismas, con el fin de mantener las condiciones adecuadas del área de salud. |
|               | Olor a químico por ausencia de ductos de ventilación en la Bodega de almacenamiento de insumos de control de vectores. |   | Reubicar la bodega de almacenamiento que tenga mejor ventilación o instalar ductos de ventilación a la bodega.  |
|               | Disconfort térmico por calor en el laboratorio de microbiología médica   |  | Diseñar e instalar un sistema de ventilación de acuerdo a los requerimientos del laboratorio.   |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | <p>Disconfort térmico (por frío), por corrientes de aire procedentes de la puerta principal y la puerta del archivo de aseguramiento y cuentas médicas y en el área de recepción muestras y cuarto de lavado de esterilización del laboratorio de salud.</p> |  | <p>Instalar un br... principal que p... cerrada. Y ma... puerta del... aseguramiento... médicas. Instala... sistema de activi...</p> |
|  | <p>Exposición a ruido por respuesta de teléfono las 24 horas del día, en el CRUEP</p>  |  | <p>Recomendar a... no escuchar mu... extra laboral... rotación... Implementar un...</p>  |
|  | <p>Exposición a radiaciones ionizantes provenientes del servidor.</p>  |  | <p>Realizar aislam... de sistemas.</p>   |
|  | <p>Contacto con ácaros y hongos presentes en</p>   |  | <p>Diseño de un p... para el área...</p>   |

|                         |   |  |  |
|-------------------------|---|--|--|
| <p><b>Biológico</b></p> | <p>pisos, tapetes, documentos, cajas de documentos y archivo.</p>   |    | <p>Suministro de actividades de de nitrilo y tapa</p>                  |
|                         | <p>Mordeduras de caninos, picaduras por vectores, picadura de insectos, mordedura de culebra en tareas de trabajo de campo.</p> |    | <p>Programa de trabajadores ex biológico.</p>                          |
| <p><b>Biológico</b></p> | <p>Contacto con microorganismos biológicos y durante manipulación de muestras y residuos químicos de muestras procesadas.</p>   |  | <p>Garantizar q trabajadores e esquemas vacunación. F biológico.</p>   |
| <p><b>Químico</b></p>   | <p>Manipulación de productos químicos tales como organofosforados, inhalación de químicos.</p>                                  |  | <p>SVE por Organofosforad EPP adecuad Mantener y c seguridad de pr</p> |

|                          |   |  |  |
|--------------------------|---|--|--|
| <p><b>Sicosocial</b></p> | <p>Ambiente de trabajo y clima organizacional.</p> <p>Interface persona - tarea y características del grupo social de trabajo, gestión organizacional.</p> <p>Cumplimiento de la tarea, estilo de mando, relaciones interpersonales con compañeros.</p> <p>Agresiones verbales por parte de los prestadores</p> |  | <p>Implementar un sicosocial de resultados a Diagnosticos de realizado en el</p> |
|--------------------------|---|--|--|