



UNIVERSIDAD DISTRITAL
FRANCISCO JOSÉ DE CALDAS

BOLETÍN

SALUD LABORAL

SUBSISTEMA DE GESTIÓN DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO - SGSST UD

Año 2021 / Boletín No. 15
Diciembre de 2021

2021

AUTOCUIDADO, BIOSEGURIDAD Y REACTIVACIÓN ECONÓMICA



En el último año, las instituciones u organizaciones en todo el mundo han experimentado cambios en su esquema laboral y la virtualidad se ha convertido en la mejor alternativa para el desarrollo de sus actividades, logrando convertir los esquemas laborales en procesos remotos y con una amplia flexibilidad para el desarrollo de las actividades adoptando estrategias diferentes para el trabajo en equipo.

Pero adaptarse a todos estos cambios no fue fácil y la pandemia ha provocado que el futuro del trabajo se active mucho antes de lo que nosotros habíamos planeado con la reinversión y reestructuración en la forma en que trabajamos, Pero ahora nos estamos preparando para reactivar esa presencialidad por eso el subsistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo se propuso desarrollar diversas actividades para llevar a cabo esos procesos de adecuación e implementación de medidas de autoprotección y bioseguridad para proporcionar a toda la comunidad universitaria las mejores alternativas de protección y ayuda para la reactivación presencial de las actividades propias de la academia.

BALANCE GENERAL SG-SST 2021

Las siguientes actividades del SG-SST han sido desarrolladas y gestionadas para dar continuidad a las actividades desarrolladas el año anterior en el marco de la pandemia y la modalidad de trabajo remoto.

Se resalta este 2021 toda la adquisición, implementación y adecuación de los elementos de bioseguridad en las diferentes sedes y facultades de la Universidad logrando un 80% de preparación para un reingreso de las actividades tanto académicas como administrativas, dejando el otro 20% restante ha algunos otros procesos que ya han sido solicitados a otras dependencias, como la adquisición de lavamanos portátiles o refuerzos en la implementación de la plataforma de ingreso por parte de la oficina de sistemas para lograr cumplir con las medidas necesarias decretadas tanto por el Ministerio de Salud como por la Alcaldía Mayor de Bogotá para la activación económica y social del País. Realizando las siguientes actividades y procesos:



PROGRAMAS MEDICINA PREVENTIVA



Para el año 2021 se realiza la socialización y seguimiento a las recomendaciones médicas emitidas a los contratistas de la universidad en el examen ocupacional (al mes de diciembre se realizaron 150 seguimientos), se llevó a cabo el seguimiento telefónico a los trabajadores que han solicitado y reportado alguna necesidad en términos generales de salud en el formulario de asesorías virtuales por parte de los especialistas del SG-SST, se reportaron 26 casos sospechosos por COVID-19 a los cuales se les realizó seguimiento, acompañamiento y su debido reporte a la ARL y se llevó a cabo la programación y ejecución de exámenes médicos ocupacionales de ingreso, egreso y rehabilitación al personal de planta; así mismo deberá realizar los exámenes de ingreso a los docentes ocasionales.

Otras actividades relacionadas con los programas de medicina preventiva llevadas a cabo son:

Prevención de Riesgo Ergonómico

- Se ajusta del programa de DME del SGSST de la universidad y este es remitido al área de planeación para su debida aprobación.
- Con base en los hallazgos evidenciados durante los seguimientos telefónicos y teniendo en cuenta las solicitudes de los trabajadores en el marco de la pandemia, el SGSST realizó durante el año 2021 el acompañamiento y apoyo para el préstamo de mobiliarios que mejoren las condiciones ergonómicas en el trabajo desde la vivienda, se registraron 7 solicitudes para el préstamo de mobiliario.
- En el año 2019 y 2020 se reportó al área de planeación y Vicerrectoría Administrativa los diagnósticos y necesidades en términos ergonómicos, para el caso de las sillas, solicitando su cambio y mantenimiento. Para el año 2021 se reportó su compra por parte de planeación adquiriendo aproximadamente 400 sillas nuevas para las diferentes facultades y sedes de la universidad.
- Finalmente se realizan nuevas inspecciones de puestos de trabajo: en la facultad de artes, laboratorios en Macarena y emisora LAUD 90.4 FM.

Prevención de Riesgo Psicosocial

- Se realiza la revisión y actualización del programa de prevención de riesgo psicosocial de la universidad, este es remitido al área de planeación para su debida aprobación.
- Capacitaciones periódicas para la prevención de riesgo psicosocial en los trabajadores.

Prevención en el cuidado de la Voz y Auditivas

- Se realiza la revisión y actualización del programa del cuidado auditivo y de la voz del SGSST de la universidad, este es remitido al área de planeación para su debida aprobación.
- Se realiza el seguimiento a personal con hallazgos auditivos y vocales según encuesta de morbilidad vocal sentida y formulario virtual.
- Se realiza el análisis y organización de los datos de la encuesta de morbilidad auditiva, reportando 332 casos para el 2021.

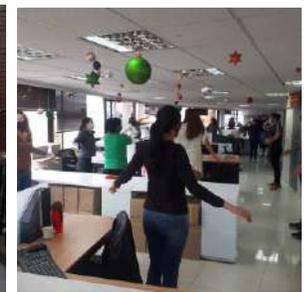
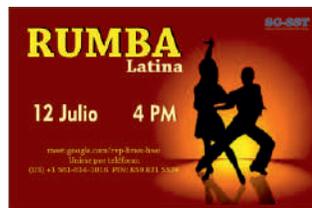
Otras actividades son:

- campañas para incentivar hábitos saludables, compuestas por pausas activas, yoga, kickboxing, relajación.
- Plan de capacitaciones, entre las cuales se encuentran: Manipulación de cargas, Uso de video terminales y el riesgo físico, Prevención de DME, Manejo de crisis en época de pandemia, Seguridad basada en comportamientos, entre muchas otras para un total de 21 capacitaciones.



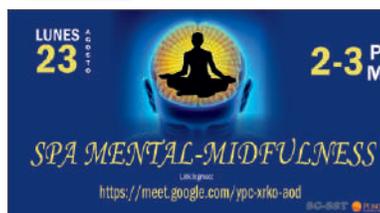
JORNADAS DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

El Subsistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo generó varias sesiones de hábitos y estilos de vida saludable para la comunidad universitaria con la colaboración de la ARL Positiva, llevando a los trabajadores entrenamientos de forma virtual los cuales buscaban reducir el riesgo cardiovascular y las lesiones musculares por el sobre uso asociados al desempeño laboral con ejercicios de adaptación física y fortalecimiento muscular manteniendo de alguna manera la calidad de vida de nuestros trabajadores. Al final del año se realizaron 2 sesiones presenciales con muy buena acogida por parte de las personas que estuvieron en semipresencialidad:



SEMANA DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

La semana de la seguridad y salud en el trabajo se realizó en el mes de agosto con el fin de recordarles a todos los trabajadores la importancia del cuidado de su salud, del autocuidado y de como mantener un cuerpo sano, un estado físico óptimo y una mente liviana de pensamientos, estados o actitudes que muchas veces limitan el buen funcionamiento del organismo. Se desarrollaron actividades virtuales buscando la reflexión y el desarrollo del mejoramiento mental y psicológico de nuestros colaboradores.



SIMULACRO DISTRICTAL DE AUTOPROTECCIÓN (UNA CIUDAD SIN BARRERAS)

Se convocó a los jefes de Brigada para llevar a cabo el plan del simulacro virtual y presencial realizado el día 7 de octubre: con una participación del personal de 160 virtuales y 125 presenciales para un total de 285 participantes.



HIGIENE Y SEGURIDAD INDUSTRIAL

A la fecha el SG-SST de la Universidad Distrital ha venido desarrollando e implementado los protocolos y medidas de bioseguridad de acuerdo a los lineamientos de la normatividad legal vigente tanto interna de la universidad creados por el Subsistema como por el Gobierno Nacional. En este orden de ideas Para el año 2021 se continuo con la verificación y aplicación de medidas de prevención como señalética y demarcación en las sedes. A la fecha las facultades y sedes de la universidad se encuentran señalizadas con:

- Piezas gráficas preventivas frente al COVID-19.
- Demarcación de puestos de trabajo.
- Ubicación de aforo en el ingreso de todas las áreas.
- Desde el mes de junio del 2021 se inicia con la adquisición de los elementos de bioseguridad como: Tapabocas desechables, Tapabocas reutilizable, Guantes de nitrilo, Visor o carrea, Gel antibacterial, Alcohol, Overol anti fluido, Cinta de demarcación y Dispensadores de gel.

Adicionalmente se realizaron inspecciones en términos generales y se llevo a cabo la convocatoria para las brigadas de emergencia, obteniendo una inscripción de 117 trabajadores, de los cuales en promedio asisten a las reuniones y actividades programadas 45 personas.



PLAN DE CAPACITACIONES



- 1- Manipulación de cargas manualmente
- 2- Prevención del riesgo vial
- 3- Inducción y reinducción
- 4- Prevención del riesgo mecánico
- 5- Control a la exposición de agentes químicos
- 6- Uso de video terminales y el riesgo físico
- 7- Prevención del riesgo biológico
- 8- Prevención de DME
- 9- Manejo de crisis en época de pandemia
- 10- El miedo escénico y su dominio en el auditorio
- 11- Técnicas de afrontamiento frente al COVID-19 total de asistentes
- 12- Miedo escénico para docentes
- 13- Capacitación para la implementación del PESV
- 14- Capacitación PVE auditivo "tips en la alternancia"
- 15- Seguridad basada en comportamientos
- 16- La felicidad
- 17- Relaciones interpersonales
- 18- Acoso laboral
- 19- Prevención de adicciones
- 20- Divulgación y preparación de la presentación virtual de Seguridad Basada en el Comportamiento
- 21- Los excesos en diciembre



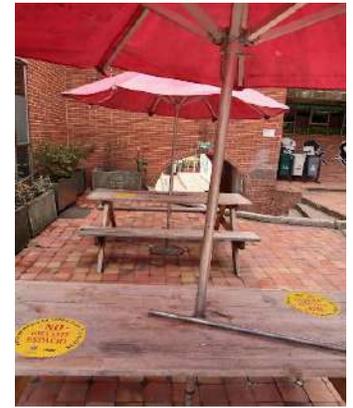
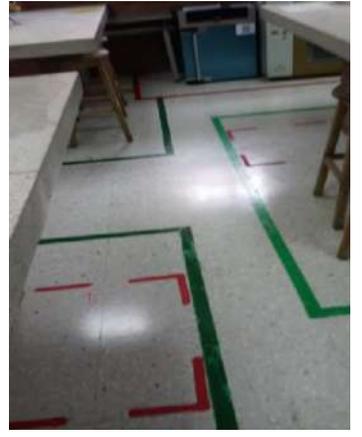
PLAN AVANCE COVID-19 SEDES

Teniendo en cuenta situación actual que viene afrontado nuestro país desde el mes de marzo del 2020 debido a pandemia generada por agente biológico COVID-19 lo cual produjo el aislamiento preventivo, asumiendo otras modalidades de trabajo en la universidad con el fin de reducir el contagio y propagación del mismo; y que la Universidad se ha venido preparando desde el año 2020 para el retorno de todos los trabajadores y comunidad universitaria en general avalando espacios seguros y viables para la ubicación del personal, garantizando una señalización preventiva frente al agente biológico, un distanciamiento seguro basado en la normatividad, la identificación de áreas no viables para su uso por nula o escasa ventilación, así como la demarcación de espacios y aforos. Lo anterior se ha venido reforzando desde el mes de septiembre del 2020 al mes de noviembre del 2021 por medio de inspecciones continuas donde el equipo de trabajo del SGSST ha venido vigilando el estado de las condiciones mencionadas con anterioridad, como la necesidad de mejorar o complementar. Así mismo, se vienen ajustando de acuerdo con la normatividad legal vigente.

Con el fin de cumplir los protocolos de bioseguridad basados en la normatividad legal vigente, como normas en el marco de la pandemia el SGSST ha venido realizando las siguientes actividades:

- Actualización del **PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD** según últimas disposiciones legales.
- Señalética en áreas comunes, administrativas, aulas, laboratorios y auditorios, además del ajuste de aforos en aulas.
- Inclusiones de Capítulos de áreas y sedes específicas reforzando medidas de bioseguridad.
- Apoyo y acompañamiento en el desarrollo de **APLICATIVO DE ALTERNANCIA UD** para el reporte de síntomas relacionadas al COVID-19, comorbilidades, estado de vacunación y control de aforos.
- Solicitud de acto administrativo para el plan retorno a la Universidad y su radicación en la SDE.
- Solicitud de aprobación de protocolo de bioseguridad a la SDE para el plan de retorno.
- Actualización constante de informe de distribución de aforos del personal académico.
- Actualización de informe de distribución de personal administrativo y aforos.
- Creación de Consideraciones para el uso de Auditorios de la Universidad.
- Verificación y vigilancia de la aplicación de medidas de bioseguridad para el retorno del personal.
- Acompañamiento a planes piloto para el retorno de la academia.
- Entrega de kits de bioseguridad





PLAN DE COMUNICACIONES

- Diseño y publicación de piezas comunicacionales según requerimientos y necesidades del SG-SST.
- Seguimiento a los formularios en Drive para brindar orientación virtual de asesorías y acompañamiento por parte de los profesionales en salud del SG-SST, para los trabajadores que lo requieran en época de cuarentena al desarrollar trabajo en casa.
- Campañas de promoción y prevención para los trabajadores de la Universidad según los lineamientos que adopto el gobierno nacional y distrital durante la emergencia sanitaria por la pandemia del coronavirus Covid-19.
- Diseño y divulgación formularios de encuestas como: Riesgo vial, vacunación Sars covid-19, identificación sintomatología temprana por la pandemia Covid-19, morbilidad vocal, morbilidad auditiva, entre otras.
- Emisión programa radial "Lupa Laboral UD", espacio en el cual se tratan los aspectos laborales de actualidad, tales como nuevas formas de empleo, nuevas tecnologías, avances de la seguridad social y la seguridad y salud en el trabajo. Domingos 11 am por LAUD 90.4 FM.
- Acompañamiento continuo a sedes y adecuación señaletica autoprotección.
- Realización de entrenamientos virtuales y presenciales en conjunto con la ARL Positiva para la prevención de riesgos cardiovasculares y musculares con los hábitos y estilos de vida saludables.



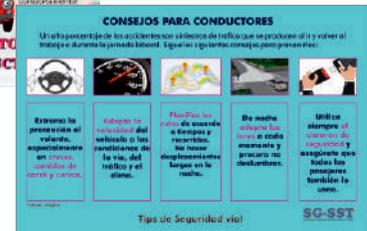
CAMPAÑAS INFORMATIVAS Y DE PREVENCIÓN:



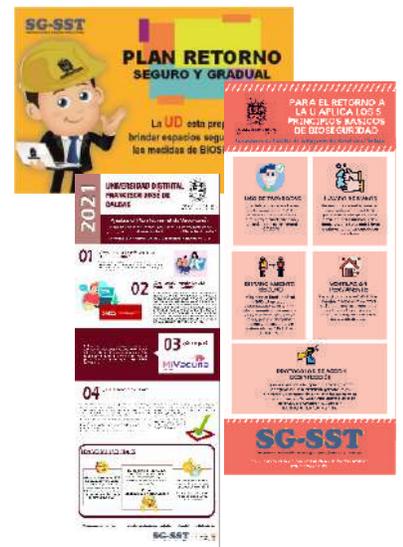
Se diseña y divulga un total de 15 Boletines



Mensualmente se diseñan y divulgan tips de seguridad vial



Se realizaron 37 emisiones en directo del programa radial "Lupa Laboral UD"



Se generaron piezas gráficas para el Plan de retorno y la vacunación Covid-19.

Se diseñan y divulgan folletos y afiches informativos



Se divulgo cada una de las actividades y capacitaciones que la ARL realizaba en la plataforma POSIPEDIA.COM.CO





Este 2021 el Subsistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el trabajo recibió el reconocimiento a la gestión SST 2021 por parte de la ARL Positiva en su evento anual "Colombia vive Positiva".

Evento que fue llevado a cabo el día 24 de noviembre de 2021 y el reconocimiento fue entregado a la Universidad Distrital Francisco José de Caldas por sus buenas prácticas ante el Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el trabajo y destacando su alta responsabilidad y compromiso con la construcción permanente de una cultura de autocuidado.

Finalmente se realiza la actualización de las matrices de identificación, priorización y controles de peligros de las sedes y facultades, incluyendo el peligro biológico por la propagación de COVID19, se realiza la señalización y demarcación como medidas de prevención frente al COVID-19, se entregan elementos de bioseguridad, se hace acompañamiento a planes piloto para reingreso de estudiantes y administrativos en las facultades de Ingeniería, Medio Ambiente y recursos naturales, Tecnológica, artes ASAB y Sede Bosa Porvenir.

Y se realiza un consolidado del personal de la universidad tanto funcionarios administrativos, oficiales, docentes de planta y CPS según variables como la edad, síntomas presentes con relación al COVID-19 o gripe y enfermedades preexistentes clasificadas por la CDC para controlar el ingreso del personal y reducir la exposición del mismo al agente biológico. Todo esto a través de un formato de autorización y una encuesta de sintomatología divulgada a todo el personal de la Universidad, mientras se aprobaba y autorizaba el aplicativo único para el registro, reporte e ingreso a las sedes de la Universidad por parte de la oficina asesora de sistemas.



El Subsistema de Gestión de la seguridad y salud en el trabajo recomienda no bajar la guardia y continuar con el autocuidado y medidas de bioseguridad para pasar esta época en paz, tranquilidad y mucha salud. Y les desea un

**FELIZ Y VENTUROSO
AÑO 2022**

Subsistema de Gestión de la seguridad y salud en el trabajo
Aduanilla de Paiba: calle 13 No. 31-75 - Tel. 3 239300 ext. 1612
saludocupacional@udistrital.edu.co