



UNIVERSIDAD CATÓLICA
de Colombia

División de Gestión del Talento Humano - COPASST

Manual

Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo

TABLA DE CONTENIDO

1. Introducción.....	5
2. Organización.....	5
2.1 Misión.....	5
2.2 Visión.....	6
3. ¿Qué es el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo?.....	6
3.1 ¿En qué consiste el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo?.....	7
3.1.1 Esquema del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.....	7
3.2 Responsabilidades y responsables del SG-SST.....	8
3.2.1 Responsabilidades del empleador.....	8
3.2.2 Responsabilidad de la ARL.....	8
3.2.3 Responsabilidades de los colaboradores.....	9
4. Política de Seguridad y Salud en el Trabajo.....	9
5. Aspectos legales en SST.....	10
6. Planificación del sistema.....	10
6.1 Programa de medicina preventiva y del trabajo.....	10
6.1.1 Realización de evaluaciones médicas ocupacionales.....	10
6.1.2 Programas de vigilancia epidemiológica.....	12
6.1.3 Programa de ausentismo.....	13
6.1.4 Seguimientos de casos de medicina laboral.....	13
6.2 Programa de higiene industrial.....	13
6.3 Programa de prevención, preparación y respuesta ante emergencias.....	14
6.3.1 Plan de emergencias.....	14
6.3.2 Análisis de vulnerabilidad.....	14
6.3.3 ¿Cómo actuar en emergencias?.....	15
6.3.4 Puntos de encuentro.....	17
6.3.5 Brigadistas hoy, brigadistas siempre.....	18
6.4 Campañas de promoción y prevención (Semana de la Seguridad y Salud en el Trabajo).....	19
7. COPASST: Comité Paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo.....	20
8. Identificación de peligros y valoración de riesgos.....	21
8.1 Peligro.....	21
8.2 Riesgo.....	21

9. ¿Qué reportamos? ¿Dónde y cómo debemos reportar?	23
9.1 Accidente de trabajo.....	23
9.1.2 ¿Qué hacer en caso de accidente de trabajo?.....	24
9.2 Incidente de trabajo.....	24
9.3 Auto reporte de condiciones de Trabajo y Salud.....	24
9.3.1 Acto inseguro.....	24
9.3.2 Condición insegura.....	25
9.3.2.1 ¿Cómo reportar una condición insegura?.....	25
9.4 Condición de salud.....	25
9.4.1 ¿Cómo reportar una condición de salud?.....	26
9.4.2 ¿Cuáles son los medios de comunicación, difusión y atención del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo?.....	26
10. Normas para la prevención de accidentes y enfermedades en el trabajo	26
10.1 Desplazamiento por áreas de trabajo y escaleras.....	27
10.2 Normas de seguridad vial.....	27
10.3 Normas de seguridad en la oficina.....	27
10.3.1 Orden y Aseo.....	27
10.3.2 Ergonomía.....	27
10.3.3 Seguridad.....	28
10.3.4 Asumo conductas de auto cuidado.....	28
11. Plan de capacitación en SST	29
12. Plan de acción anual	29
13. Gestión de contratistas	30
14. Verificación del sistema	30
15. Mejora continua	31
16. Anexos	31
16.1 Reporte de eventos externos ante la ARL.....	31
16.2 Solicitudes.....	32
16.3 Trámite para el cobro de incapacidades.....	32
16.4 Trámite de Presunta Enfermedad laboral.....	32

Elaborado por:
Margarita Márquez Vásquez
Coordinadora Seguridad y Salud en el Trabajo

Revisión médica:
Martha Janeth Ayala Otálora
Médica Seguridad y Salud en el Trabajo

Ángela Vides Sanjuán
Médica Asesora ARL Bolívar

Aprobado:
Claudia Alejandra Toscano del Cairo
Directora División Gestión del Talento Humano

Sergio Martínez Londoño
Presidente Comité Paritario Seguridad y Salud en el Trabajo

1. Introducción

En cumplimiento a lo establecido en la Ley 1562 de 2012 y sección 4 Decreto 1072 de 2015 y demás normativa vigente en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo en Colombia, la Universidad Católica de Colombia ha estructurado el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST) cuyo objetivo principal es propiciar el mejoramiento continuo en el control de las condiciones laborales y de los riesgos y peligros presentes en los lugares de trabajo.

El presente documento plantea la promoción y prevención de la salud de los trabajadores a través de un método definido por etapas, cuyos principios se basan en el ciclo PHVA (Planificar, Hacer, Verificar y Actuar) y que incluye los siguientes elementos: política, organización, planificación, aplicación, evaluación, auditoría y acciones de mejora. El desarrollo de estos elementos permitirá cumplir con los propósitos del SG-SST.

De acuerdo con lo establecido, el Sistema de Gestión de Salud y Seguridad en el Trabajo se caracteriza por su flexibilidad teniendo en cuenta el tamaño y las características de la Universidad, para centrarse en la identificación y el control de los peligros y riesgos asociados con la actividad, permitiendo el crecimiento personal y el autocuidado de los colaboradores.

2. Organización

La Universidad Católica de Colombia identificada con número de NIT 860028971-9 cuenta con 12 sedes de trabajo, 502 administrativos, 692 docentes y 11.349 estudiantes.

a. Misión

Conforme con su fundamento y sus principios, la Universidad Católica de Colombia centra su misión en la persona.

Para ello, desde su naturaleza intelectual, su riqueza doctrinal y en uso de la autonomía del saber, genera su propio acto educativo.

Concibe la educación como un acto de la inteligencia y la libertad de la persona. Esto es un acto moral por excelencia mediante el cual el ser humano asume con pleno conocimiento la responsabilidad de su vida y la corresponsabilidad con el entorno, como expresiones de su dignidad personal.

Propicia en su comunidad la formación en la virtud de la studiositas, para aprender a pensar, fomentar la creatividad y la innovación, así como adquirir conocimientos, destrezas y habilidades.

Se presenta ante el mundo como una opción renovadora y trascendente para el hombre.

b. Visión

Como resultado de los postulados expuestos, la Universidad Católica de Colombia se proyecta con la siguiente visión:

Ser reconocida como una institución que forma a sus estudiantes con una alta conciencia de responsabilidad consigo misma y con la sociedad, incorporando en su formación la dimensión espiritual humana e interactuando con la sociedad a través de sus estudiantes, docentes y resultados académicos.

La Universidad formula periódicamente sus planes de desarrollo, con los cuales se aproxima hacia la visión institucional, en cumplimiento de su proyecto educativo.

3. ¿Qué es el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo?

De acuerdo a la normatividad vigente la Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) es la disciplina que trata de la prevención de las lesiones y enfermedades causadas por las condiciones de trabajo, y de la protección y promoción de la salud de los trabajadores.

Tiene por objeto mejorar las condiciones y el medio ambiente de trabajo, así como la salud en el mismo, que conlleva a la promoción y el mantenimiento del bienestar físico, mental y social de los trabajadores.

3.1 ¿En qué consiste el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo?

Consiste en el desarrollo de un proceso lógico y por etapas basado en la mejora continua, con el objetivo de anticipar, reconocer, evaluar y controlar los riesgos que puedan afectar la seguridad y salud en el trabajo.

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.

En la Institución mediante resolución 022 de octubre de 2015, emitida por vicepresidencia de la Universidad Católica de Colombia “por la cual se modifica la denominación de la coordinación de Salud Ocupacional, por coordinación de Seguridad y Salud en el Trabajo y se designa responsable para su implementación”.

3.1.1 Esquema del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo



Elaborado por: dra. Angela Vides

3.2. Responsabilidades y responsables del SG-SST

3.2.1 Responsabilidades del empleador

La prevención de riesgos laborales es la principal responsabilidad del empleador. Para ello debe cumplir con la normatividad legal vigente en Seguridad y Salud en el Trabajo como:

- Definir, firmar y divulgar una política de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Asignar, documentar y comunicar las responsabilidades de SST a todos los niveles de la Organización.
- A quien se le haya delegado responsabilidades de SG-SST tiene la obligación de rendir cuentas en relación con su desempeño.
- Definir recursos técnicos, económicos y humanos para el diseño, implementación, revisión, evaluación y mejora de las medidas de prevención y control para la gestión eficaz de los peligros y riesgos en el lugar de trabajo.
- Adoptar disposiciones efectivas para desarrollar las medidas de identificación de peligros, valoración de los riesgos y establecimiento de controles que prevengan daños en la salud de los trabajadores, contratistas, equipos e instalaciones.
- Diseñar y desarrollar un plan de trabajo anual para alcanzar los objetivos del SG-SST. Implementar y desarrollar actividades de prevención de accidentes y enfermedades laborales.
- Asegurar la adopción de medidas eficaces que garanticen la participación de todos los trabajadores y sus representantes ante el COPASST.
- Garantizar la disposición del personal de SST.
- Involucrar los aspectos de SST al conjunto de sistemas de gestión como procedimientos, procesos y decisiones de la Universidad.

3.2.2 Responsabilidad de la ARL

- Capacitar al COPASST en Seguridad y Salud en el Trabajo en los aspectos relativos al SG-SST.
- Prestar asesoría y asistencia técnica a las empresas afiliadas para la implementación del SG-SST.

3.2.3 Responsabilidades de los colaboradores

- Dar cumplimiento a las responsabilidades exigidas por el Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST.)
- Procurar el cuidado integral de la salud.
- Suministrar información clara y veraz del estado de salud.
- Velar por el cumplimiento de las obligaciones contraídas en la legislación.
- Acatar las normas, reglamentos e instrucciones.
- Participar en la prevención de riesgos laborales y en las actividades programadas dentro del SST.

4. Política de Seguridad y Salud en el Trabajo

 El cumplimiento de la legislación vigente en Seguridad y Salud en el Trabajo.

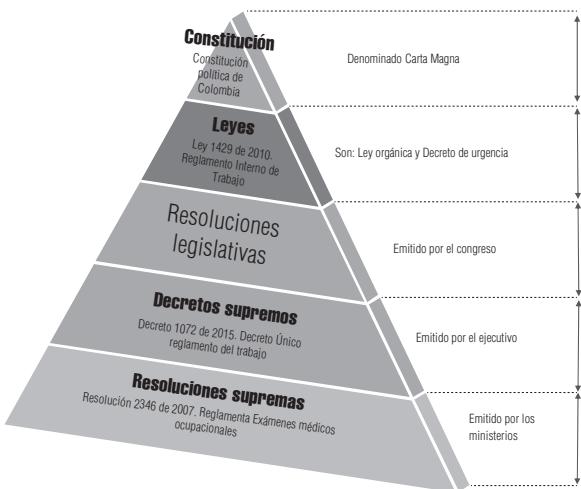
 La implementación y divulgación del Sistema de Gestión en Seguridad y Salud en el Trabajo.

 La identificación de peligros y valoración de riesgos.

 La prevención de enfermedades y accidentes laborales.

 El uso adecuado de los recursos y el mejoramiento continuo.

5. Aspectos legales en SST:



Fuente: http://conceptodeficion.de/wp-content/uploads/2016/01piramide_kelsen.jpg

Elaborado por: dra. Angela Vides

6. Planificación del sistema:

6.1. Programa de medicina preventiva y del trabajo

Realizar actividades dirigidas a la promoción, prevención y control de la salud de los trabajadores con el fin de garantizar óptimas condiciones de bienestar físico, mental y psicosocial durante su actividad laboral.

Está compuesto por los siguientes programas:

6.1.1. Realización de evaluaciones médicas ocupacionales

Dar cumplimiento a la reglamentación sobre la obligatoriedad de practicarse los exámenes ocupacionales de ingreso, periódicos, retiro, reincorporación y seguimiento, que nos permita el direccionamiento a los programas de vigilancia epidemiológica y promoción/prevención.



Población objeto: Administrativos, docentes, aprendices y contratistas.

Plan de acción: Todos los colaboradores con vínculo laboral deben realizarse los exámenes ocupacionales a los cuales sean citados.

Tipo de evaluación	Objetivo
Evaluación de pre ingreso	Es aquella realizada para determinar las condiciones de salud física, mental y social del trabajador antes de su contratación, en función de las condiciones de trabajo a las que va a estar expuesto, acorde con los requerimientos de la tarea y perfil del cargo. El objetivo es determinar si el trabajador está o no apto para desempeñar sus labores. Pueden estar auxiliados de exámenes paraclínicos o de laboratorio. Para contratistas la evaluación tendrá vigencia por un lapso de 3 años.
Evaluación periódica	Es aquella realizada a todo trabajador durante la permanencia de este en la Institución, con una periodicidad establecida según la exposición al riesgo. Ésta facilita el manejo de patologías que se manifiesten en el momento de la evaluación y obliga a la expedición de recomendaciones específicas para realizar la labor, teniendo en cuenta los riesgos a los que está expuesto el trabajador, con la consecuente invitación a los diferentes programas de vigilancia epidemiológica y actividades preventivas en salud de la empresa.
Evaluación por cambio de cargo	Es aquella realizada al trabajador previo a un ascenso o cambio de cargo para determinar que tenga las condiciones de salud en el trabajo óptimas para desempeñar el mismo.
Evaluación de egreso	Es aquella realizada al trabajador cuando termina la relación laboral o contrato con la Institución, con el fin de determinar sus condiciones de salud y establecer las conductas subsiguientes ante las entidades administradoras de riesgos laborales o entidades prestadoras de salud, así como dar las recomendaciones generales para la salud y cargos posteriores.
Evaluación de reincorporación o post incapacidad	Es el examen médico ocupacional realizado a todo trabajador que ingresa de una incapacidad y evalúa si las actuales condiciones de salud son acordes con los requerimientos de la tarea o funciones que debe desempeñar el trabajador al reintegrarse a la labor.
Evaluación de seguimiento	Es aquel examen médico ocupacional realizado a todo trabajador que presente una condición de salud que afecte o pueda afectar su

6.1.2 Programas de vigilancia epidemiológica

Programa	Objetivos
Riesgo psicosocial	<p>Diseñar, planear y ejecutar las actividades necesarias para la identificación, prevención, eliminación y control de aquellos factores que se relacionan directamente con la salud mental de los colaboradores, con el fin de disminuir la incidencia de enfermedades y accidentes asociados a condiciones psicosociales.</p> <p>Población objeto: Administrativos y docentes. Plan de acción: Participar en la evaluación e intervención de los factores "intra" y "extra", y para el control del estrés laboral.</p>
Riesgo biomecánico	<p>Prevenir aparición de lesiones osteomusculares a través de la identificación, seguimiento oportuno e intervención de las condiciones biomecánicas inseguras encontradas en la población laboralmente expuesta, y que contribuyen a prevenir enfermedades laborales.</p> <p>Población objeto: Administrativos y docentes. Plan de acción: Direccionado desde el examen médico ocupacional, diligenciando encuesta de sintomatología y participando en las escuelas de miembro inferior y superior, y espalda.</p>
Conservación auditiva	<p>Prevenir la aparición de nuevos casos de hipoacusia neurosensorial inducida por ruido y la progresión de patologías auditivas en los casos ya identificados.</p> <p>Población objeto: Expuestos a riesgo auditivo. Plan de acción: Direccionado desde el examen médico ocupacional, diligenciando encuesta de sintomatología y participando en las capacitaciones de prevención y control.</p>
Conservación de voz	<p>Disminuir la aparición de alteraciones funcionales de la voz y la progresión de los casos de patología vocal ya identificados en los colaboradores que hacen uso de la voz como herramienta de trabajo.</p> <p>Población objeto: Expuestos a riesgo vocal. Plan de acción: Direccionado desde el examen médico ocupacional, diligenciando encuesta de sintomatología y participando en las capacitaciones de prevención y control.</p>
Estilos de vida saludable	<p>Fomentar actividades para la prevención de enfermedades cardiovasculares y la disminución de los factores de riesgo, tanto en el ambiente laboral como en la casa, mediante actividades enfocadas a la prevención, seguimiento, evaluación y control sobre los mismos, logrando de esta manera el bienestar del trabajador y, a la vez, el de la empresa, y mejorando la productividad de la misma.</p>
Prevención de lesiones deportivas	<p>Determinar la condición física y emitir las recomendaciones específicas de los deportistas que participan en los diferentes torneos, en representación de la Universidad Católica de Colombia.</p> <p>Población objeto: Participantes de eventos externos e internos recreativo deportivos. Plan de acción: Obligatorio para deportistas y colaboradores participantes, diligenciar encuesta de pre participación y realizar acondicionamiento físico indicado por el especialista.</p>

6.1.3 Programa de ausentismo

Identifica las características de los ausentes y las causas de las ausencias, con el fin de establecer medidas preventivas y correctivas que mejoren las condiciones laborales de la población trabajadora y así realizar actividades o campañas de prevención, de acuerdo con las principales causas de ausentismo.

6.1.4 Seguimientos de casos de medicina laboral

Realizar seguimiento de los colaboradores que presentan sospecha de enfermedad laboral, enfermedad laboral diagnosticada, enfermedad común agravada por el trabajo, y trabajadores que han presentado accidentes laborales con incapacidades permanentes o parciales.

6.2. Programa de higiene industrial

Procedimiento	Objetivos
Procedimiento para el manejo de residuos biológicos y químicos	<p>Contribuir al mejoramiento de las condiciones de trabajo, salud y ambiente de los expuestos, comprometiendo los diferentes niveles de la organización con el desarrollo de normas de bioseguridad.</p> <p>Población objeto: Expuestos a riesgo biológico. Plan de acción: Direccionado desde el examen médico ocupacional, participando en las capacitaciones de disposición de residuos y esquemas de vacunación.</p>
Procedimiento para la gestión de contratistas	<p>Establecer los lineamientos que se deben aplicar para la gestión SST de contratistas en los acuerdos que se celebren en calidad de contratante de bienes y servicios, de manera que se asegure una adecuada y consistente planeación, selección, ejecución y terminación de la relación contractual, implementando un sistema de control idóneo que elimine los accidentes e incidentes laborales asociados a las actividades encargadas a los contratistas.</p> <p>Población objeto: Contratistas y proveedores. Plan de acción: Cumplimiento legal del SG-SST por parte de los contratistas y proveedores.</p>
Procedimiento para el suministro e inspección de EPP	<p>Contar con un documento donde se establecen los pasos a tener en cuenta para la solicitud, entrega e inspección de elementos de protección personal de cada unidad académico administrativa, necesarios para la ejecución de las labores diarias.</p> <p>Población objeto: Expuestos a riesgos. Plan de acción: Elaboración matriz de EPP, suministro, inspección y capacitación en EPP. El uso EPP es obligatorio.</p>
Procedimiento de inspecciones planeadas	<p>Determinar las medidas preventivas para la realización de inspecciones planeadas con el fin de determinar condiciones inseguras y generar las recomendaciones específicas para el control de la accidentalidad.</p> <p>Población objeto: Administrativos y docentes. Plan de acción: Inspecciones según la necesidad (planeada, imprevista, de puestos de trabajos o por solicitud).</p>

Procedimiento seguridad vial	Diseñar y establecer parámetros asociados a la operación de vehículos y al tránsito peatonal por vías públicas, para la realización de actividades en cumplimiento del objeto social de la organización, con el fin de minimizar el riesgo de accidente y generar una cultura de seguridad vial. Población objeto: Agentes de la vía. Plan de acción: Participando en las capacitaciones de prevención y control, y en inducciones y reinducciones.
Procedimiento gestión de estudiantes	Determinar la metodología para la implementación del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo, establecido por la Universidad Católica de Colombia. Población objeto: Estudiantes en práctica cubiertos bajo el decreto 055 de 2015. Plan de acción: Implementación del SG-SST que incluya inducciones, inspecciones e investigación de accidentes.

6.3 Programa de prevención, preparación y respuesta ante emergencias:

6.3.1 Plan de emergencias:

Establece un procedimiento de actuación para prevenir, detectar y controlar las emergencias que se puedan presentar en las distintas operaciones de la Universidad.

Población objeto: Comunidad universitaria.

Plan de acción: Participando activamente en la implementación del plan de emergencias y los sistemas de evacuación definidos.

6.3.2 Análisis de Vulnerabilidad:

De acuerdo a lo establecido por el Ministerio de Salud en su manual de emergencias “La vulnerabilidad está definida, como la medida o grado de debilidad o sensibilidad de ser afectado por amenazas o riesgos en frecuencia y severidad de los mismos”.

Cada institución posee su propio análisis, para la Universidad se priorizan los siguientes:

1. Sismo.
2. Red hidráulica contra incendio.
3. Presencia postes y árboles

6.3.3 Cómo actuar en emergencias:

De acuerdo a lo sugerido por la ARL Bolívar:

Sismo

Antes:

Identifique en su sitio de trabajo o estudio lugares seguros, (Escritorios fuertes, columnas, muros estructurales de la edificación).

Durante:

1. Aléjese de ventanas y objetos que puedan caer.
2. Ubíquese al lado de una pared o debajo de un mueble resistente.
3. Al finalizar el sismo, cuando los brigadistas lo indiquen realice la evacuación y diríjase al punto de encuentro, de acuerdo a la sede donde se encuentre ubicado.
4. Permanezca en el punto de encuentro hasta finalizar el conteo y espere la instrucción de los brigadistas de ingresar o no de nuevo al recinto.

Atentado Terrorista

Si detecta:

- Vehículos desconocidos parqueados por mucho tiempo.
- Paquetes extraños, que huelan a pólvora, gasolina, vinagre o alcohol.
- Personas desconocidas rondando.
- Amenazas de bomba.

Comuníquese de inmediato con el personal de Seguridad. Ext 1259, Ext 1263, Ext 3041

En caso de explosión:

1. Aléjese de las ventanas.
2. Arrójese al piso bajo un escritorio o estructura fuerte.
3. Proteja su cabeza con los brazos: ¡No apoye el abdomen en el piso!
4. Espere instrucciones del brigadista.

Gas Lacrimógeno:

1. Aléjese del foco de disturbio donde estén los manifestantes.
2. Protéjase boca nariz y ojos resguarde en espacios donde pueda cerrar puertas y ventanas que no colinden directamente con la calle.
3. En el caso de entrar en contacto con unos de los elementos en mención no se arroje agua en los ojos, no consuma alimentos ni medicamentos.

Incendio

1. Salga y cierre la puerta.
2. Agáchese: Cubra la boca y la nariz con algo húmedo.
3. Diríjase al punto de encuentro: De acuerdo a la sede donde se encuentre. ¡No se devuelva!
4. En caso de evidenciar puertas calientes ¡no las abra, busque otra salida!

En caso de Emergencia Médica



emermédica
Porque tu salud nos mueve.

En caso de una emergencia de salud en la Universidad, por favor:

- 1 **Conserve la calma** y ayude a que los demás estén calmados.
- 2 **Contacte al personal de vigilancia / brigada / enfermera** más cercano.
- 3 **No abandone a la persona que necesita asistencia** y cuide sus pertenencias.
- 4 **Personal calificado de la Universidad** se acercará a brindar la atención necesaria.

Universidad Católica de Colombia
Vigilada Mineducación

Contacto:
Teléfono: 327 73 00
Sede El Claustro exts. 3061/3062
Sede Carrera 13 exts. 5141/5140



6.3.4. Puntos de encuentro



6.3.5 Brigadistas hoy, brigadistas siempre:



UNIVERSIDAD CATÓLICA
de Colombia

División de Gestión del Talento Humano

Un Brigadista es un Ángel

Está preparado para responder ante una situación de emergencia. Así, con su buena labor trasciende la seguridad y salud de nuestra comunidad.

¡Postúlese, aprenda y lidere!

Bondad
Responsabilidad
Ingenio
Generosidad
Actitud
Disciplina
Iniciativa
Seguridad
Trabajo en equipo
Autocontrol



Inscríbase:

Coordinación Seguridad y Salud en el Trabajo
seguridadysalud@ucatolica.edu.co

PBX: 327 7300 Ext. 1189

Vigilada Mineducación



6.4. Campañas de promoción y prevención (Semana de la Seguridad y Salud en el Trabajo)

Actividad	Objetivos
Vacunación	<p>Desarrollar el esquema de vacunación de los colaboradores expuestos a riesgo biológico.</p> <p>Población objeto: Administrativos expuestos al riesgo.</p> <p>Plan de acción: Aplicarse el esquema completo propuesto, según la exposición.</p>
Prevención de cáncer	<p>Desarrollar campañas de prevención de cáncer de cuello uterino, mama y próstata.</p> <p>Población objeto: Población femenina y masculina.</p> <p>Plan de acción: Durante la jornada del mes de septiembre realizar los exámenes respectivos.</p>
Prevención osteoporosis	<p>Sensibilizar a los colaboradores con factores de riesgo a través de la realización de un tamizaje de la densidad mineral ósea.</p> <p>Población objeto: Comunidad universitaria con riesgo.</p> <p>Plan de acción: Durante la jornada del mes de septiembre realizar los exámenes respectivos.</p>
Glucometrías	<p>Brindar a los colaboradores con presencia de este factor de riesgo, una valoración sencilla de control con respecto a su patología y elementos de prevención a nivel nutricional.</p> <p>Población objeto: Comunidad universitaria con riesgo.</p> <p>Plan de acción: Durante la jornada del mes de septiembre realizar los exámenes respectivos.</p>
Salud visual	<p>Implementar medidas preventivas y correctivas encaminadas al control del riesgo común por alteraciones visuales, teniendo en cuenta los factores laborales e individuales.</p> <p>Población objeto: Comunidad universitaria.</p> <p>Plan de acción: Durante la jornada del mes de septiembre realizar los exámenes respectivos y la corrección, con facilidades de pago.</p>
Salud cardiovascular	<p>Realizar tamizajes periódicos de los factores de riesgo asociados a las patologías, que permitan monitorear a los colaboradores con alteraciones cardiovasculares.</p> <p>Población objeto: Administrativos y docentes con riesgo.</p> <p>Plan de acción: Durante la jornada del mes de septiembre realizar los exámenes, seguimiento y control respectivos.</p>
Control al sedentarismo y obesidad	<p>Implementar campañas de prevención y alimentación saludable durante las jornadas de SST.</p> <p>Población objeto: Comunidad universitaria con riesgo.</p> <p>Plan de acción: Durante la jornada del mes de septiembre participar de las diversas actividades de alimentación saludable y manejo del estrés.</p>
Prevención consumo cigarrillo	<p>Implementar campañas de prevención y vida saludable durante las jornadas de SST.</p> <p>Población objeto: Toda la comunidad universitaria.</p> <p>Plan de acción: Durante el mes de mayo se realizan actividades enfocadas en la prevención del consumo de cigarrillo.</p> <p>Universidad Católica de Colombia, Zona Libre de Humo.</p>

7. COPASST: Comité Paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo

Es el equipo encargado de fomentar, controlar y hacer seguimiento de todas las actividades de Seguridad y Salud en el Trabajo. La Universidad Católica de Colombia cuenta con un Comité Paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo conformado por 16 representantes del empleador y de los colaboradores, dando cumplimiento a la Resolución 2013 de 1986. (Ministerio de Trabajo y Seguridad Social). Se reúne quincenalmente y desarrolla actividades en Seguridad y Salud en el Trabajo participando de manera activa en el funcionamiento del sistema, por un periodo de dos años.

El Comité Paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo tiene como responsabilidades:

1. Conocer la política del Sistema Integrado de Gestión.
2. Vigilar el cumplimiento del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo participando una vez al año en la auditoria del mismo.
3. Analizar los resultados de la matriz de identificación de peligros, valoración de riesgos y definición de controles.
4. Colaborar con el análisis de las causas de accidentes de trabajo y enfermedades laborales, y proponer las medidas correctivas a que haya lugar para evitar su ocurrencia.
5. Visitar periódicamente los lugares de trabajo e inspeccionar la maquinaria, equipos y locaciones con los cuales se realizan las labores diarias, e informar sobre su estado y los posibles riesgos que estos generan con el fin de adoptar medidas correctivas.
6. Servir como organismo de coordinación entre el empleador y los trabajadores en la búsqueda de soluciones, en lo que hace referencia a la Seguridad y Salud en el Trabajo.
7. Conocer los resultados de la revisión de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo por parte de la alta dirección.
8. Demás funciones que señale la normatividad vigente en seguridad y salud en el trabajo.

Para participar activamente como integrante del Copasst y las brigadas de emergencia se debe enviar la solicitud al correo seguridadysalud@ucatolica.edu.co.

8. Identificación de peligros y valoración de riesgos

8.1 Peligro: Es una situación que puede hacernos daño, es decir, puede provocar un accidente o una enfermedad.

8.2 Riesgo: Es la posibilidad de que el daño (accidente o enfermedad) ocurra.

Entre las actividades y/o tareas que se realizan en las diferentes sedes de la Universidad Católica de Colombia, se puede estar expuesto a algunos de los siguientes peligros y riesgos.

Peligro	Descripción	Efecto probable
Biológico	<ul style="list-style-type: none"> • Virus • Bacterias • Hongos • Parásitos • Picaduras • Mordeduras 	Enfermedades infecciosas.
Químico	<ul style="list-style-type: none"> • Polvos orgánicos e inorgánicos. • Fibras • Humos metálicos y no metálicos. • Líquidos (nieblas y rocíos). • Gases y vapores. • Material particulado. 	<ul style="list-style-type: none"> • Enfermedades respiratorias. • Enfermedades de piel. • Intoxicación
Biomecánico	<ul style="list-style-type: none"> • Postura (prolongada mantenida, antigravitacionales, forzada). • Esfuerzo • Movimiento repetitivo. • Manipulación de cargas. 	Enfermedades osteomusculares.

Peligro	Descripción	Riesgo	Efecto probable
Condiciones de seguridad	<ul style="list-style-type: none"> Mecánico (partes de máquinas, herramientas, equipos, materiales proyectados). Eléctrico (alta y baja tensión, estática). Locativo (superficies de trabajo, condiciones de orden y aseo, almacenamiento, caída de objetos). Tecnológico (explosión, fuga, derrame, incendio). Accidente de tránsito. Públicos (robos, atracos, asaltos, atentados). Trabajo en alturas. Espacios confinados. 		<ul style="list-style-type: none"> Heridas. Golpes, aplastamiento, contusión. Quemaduras. Electrocución. Caidas. Torceduras, esguinces, desgarros. Fracturas. Muerte.
Psicosocial	<ul style="list-style-type: none"> Gestión organizacional (estilo de mando, pago, bienestar, evaluación del desempeño, manejo de cambios). Organización del trabajo (comunicación, tecnología, demandas de la labor). Grupo social de trabajo (relaciones, cohesión, trabajo en equipo). Condiciones de la tarea (carga mental, roles, monotonía, demandas emocionales). Interfase persona - tarea (conocimiento, habilidades, iniciativa, autonomía). Jornada de trabajo (rotación, horas extras, descanso). 		<ul style="list-style-type: none"> Ansiedad. Apatía. Depresión. Intolerancia. Estrés. Problemas. Interpersonales.
Fenómenos naturales	<ul style="list-style-type: none"> Sismo Terremoto Vendaval Inundaciones Precipitaciones (lluvias, heladas, granizadas). Derrumbes 		<ul style="list-style-type: none"> Perjuicios en las personas. Perjuicios en la Universidad. Perjuicios en el ambiente.

En la Universidad Católica de Colombia, de acuerdo con el cargo o funciones desempeñadas, podemos estar expuestos a los siguientes riesgos:

Subsistema	Riesgos principales asociados
Directivo	Psicosocial: Gestión organizacional, condiciones de la tarea. Biomecánicos: Posturas prolongadas. Condiciones de seguridad: Locativos, públicos.
Académico	Psicosocial: Gestión y características organizacionales, condiciones de la tarea, jornadas de trabajo. Biomecánicos: Posturas, movimientos repetitivos, esfuerzo vocal. Condiciones de seguridad: Locativos, públicos. Fenómenos naturales: Sismos, precipitaciones.



Asesor	Psicosocial: Características organizacionales, condiciones de la tarea, jornadas de trabajo, inter fase persona-tarea. Biomecánicos: Posturas, movimientos repetitivos. Condiciones de seguridad: Locativos, públicos.
Bienestar	Psicosocial: Características organizacionales y grupo social, condiciones de la tarea, jornadas de trabajo. Biomecánicos: Posturas, movimientos repetitivos, esfuerzos, manipulación de cargas. Condiciones de seguridad: Locativos, públicos. Biológicos: Virus, bacterias. Físicos: Ruido, iluminación, temperaturas. Fenómenos naturales: Sismos, precipitaciones.
Administrativo y servicios institucionales	Psicosocial: Características organizacionales y grupo social, condiciones de la tarea, jornadas de trabajo. Biomecánicos: Posturas, movimientos repetitivos, esfuerzos, manipulación de cargas. Condiciones de seguridad: Locativos, públicos, eléctricos, trabajo en alturas, mecánicos. Biológicos: Virus, bacterias. Físicos: Ruido, iluminación, temperaturas. Fenómenos naturales: Sismos, precipitaciones.

9. ¿Qué reportamos? ¿Dónde y cómo debemos reportar?

9.1 Accidente de trabajo

Según el Decreto 1072 de 2015. Ministerio del Trabajo, lo define como:

“...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, una invalidez o la muerte.

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

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

...el ocurrido 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.

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

9.1.2 ¿Qué hacer en caso de accidente de trabajo?

1. Diríjase al servicio de primeros auxilios de la Universidad.
2. Reporte dentro de las 48 horas siguientes de ocurrido el evento.
3. Suministre el original de las incapacidades emitidas en el piso 7 de la sede Las Torres, en la Coordinación de Seguridad y Salud en el Trabajo.
4. Colabore con el integrante del COPASST en la investigación del accidente.

9.2 Incidente de trabajo

Todo suceso acaecido en el curso del trabajo o en relación con este, que tuvo el potencial de ser un accidente, en el que hubo personas involucradas sin que sufrieran lesiones o se presentaran daños a la propiedad y/o pérdida en los procesos.

Es importante reportar los incidentes o quasi accidentes, ya que ayuda a prevenir los accidentes y nos facilita la identificación oportuna de los mismos.

9.3 Auto reporte de condiciones de Trabajo y Salud

Proceso mediante el cual el trabajador o contratista reporta por escrito al empleador o contratante, las condiciones adversas de seguridad y salud que identifica en su lugar de trabajo.

9.3.1 Acto inseguro

Son comportamientos que podrían dar paso a la ocurrencia de un accidente o incidente y dependen de las normas.

Ejemplos:

- No usar los equipos de protección personal establecidos.

- Realizar una labor para la que no se está autorizado.
- Ignorar las condiciones de peligro, no avisar de ellas.

9.3.2 Condición insegura

Son factores o circunstancias del medio ambiente de trabajo que pueden provocar un accidente.

Ejemplos:

- Iluminación inadecuada.
- Pisos en mal estado.
- Cables sueltos.
- Falta de señalización.

9.3.2.1 ¿Cómo reportar una condición insegura?

Para reportar una condición insegura en su lugar de trabajo y/o solicitar un análisis de puesto de trabajo, siga la siguiente ruta:

1. Ingrese a www.ucatolica.edu.co/portal/administrativos/seguridad-y-salud-en-el-trabajo/
2. Haga clic en Formato Autoreporte Condiciones de Trabajo y descargue el documento.
3. Diligícielo y envíelo al correo electrónico: seguridadysalud@ucatolica.edu.co

Recuerde:

A mayor número de condiciones peligrosas, mayor cantidad de actos inseguros habrán.

9.4 Condición de salud

Todo trabajador debe informar acerca de su estado de salud, sobre todo si presenta alguna limitación que impida el desarrollo normal de su labor.

9.4.1 ¿Cómo reportar una condición de salud?

Para reportar una condición de salud siga la siguiente ruta:

1. Ingrese a www.ucatolica.edu.co/portal/administrativos/seguridad-y-salud-en-el-trabajo/
2. Haga clic en Formato Autoreporte Condiciones de Salud y descargue el documento.
3. Diligícielo y envíelo al correo electrónico: seguridadysalud@ucatolica.edu.co

9.4.2 ¿Cuáles son los medios de comunicación, difusión y atención del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo?

- Personal interno:

seguridadysalud@ucatolica.edu.co

- Personal externo:

www.ucatolica.co/portal/administrativos/seguridadysaludeneltrabajo

- Visitantes:

Instructivo porterías.

10. Normas para la prevención de accidentes y enfermedades en el trabajo

10.1 Desplazamientos por áreas de trabajo y entre sedes:

- Al transitar por escaleras, apoye completamente la planta del pie en el peldaño.
- Desplácese siempre por la derecha.
- Sujétese siempre de las barandas o pasamanos.
- No lleve las manos ocupadas, mantenga una mano libre para poder sujetarse en caso de caída.
- No se distraiga mientras se está desplazando, no lea documentos, no revise su celular, mire siempre donde pisa.
- Esté atento a las condiciones del piso (desniveles, derrames, piso mojado, obstáculos, etc.).
- Siempre que se desplace por áreas donde la superficie del piso es lisa, dé pasos cortos.



10.2 Normas de seguridad vial:

Usted es un actor de la vía!

¿Sabía que una Ley regula la circulación de los peatones, usuarios, pasajeros, conductores, motociclistas, ciclistas, agentes de tránsito y vehículos?

¡Se trata de la Ley 769 de 2002, reformada por la Ley 1383 de 2010 "Código Nacional de Tránsito"! Rige en todas las vías públicas y privadas del país. Además regula la actuación y procedimientos de las autoridades de tránsito.

¡Pílas! Desobedecerla podrá generarse una multa de un salario mínimo legal diario vigente.

Según esta ley, los peatones no deben:

- Cruzar por sitios no permitidos o transitar sobre el guardarrail del ferrocarril.
- Ubicarse delante o detrás de un vehículo con motor encendido.
- Remolcarse de vehículos en movimiento.
- Actuar poniendo en peligro su integridad física.
- Atravesar el tráfico vehicular, en vez de usar los pasos peatonales.



Informes: Seguridad y Salud en el Trabajo
seguridadysalud@ucatolica.edu.co / PBX: 327 7300 Ext: 1189 / Bogotá.

Vigilada Mineducación

10.3 Normas de seguridad en la oficina:

10.3.1 Orden y aseo: Practicar los cinco principios japoneses Clasificar, Organizar, Limpiar, Normalizar y Disciplina.

10.3.2 Ergonomía: Organizar nuestras actividades de forma que no estemos en la misma posición durante largo tiempo (alternar tareas).

Participar en el programa de pausas activas que se desarrolla por las oficinas y salones, solicitar visita seguridadysalud@ucatolica.edu.co.

Conozca y mantenga adecuados sus espacios de trabajo.



Para manejo de cargas: Cuando levante una caja mantenga la espalda recta y haga el esfuerzo con las piernas, separe los pies a una distancia similar a la que existe entre un hombro y el otro, flexione las caderas y las rodillas cuando vaya a recoger la carga. Pida Ayuda

Para el manejo de la voz: Beber agua al clima, bostece para relajar la garganta, evite el carraspeo, utilice la regla 60/10, 60 minutos de charla por 10 de silencio.

Prevención de vena varice: Realice actividad física de 30 a 40 minutos al día, no utilice ropa ajustada, evite permanecer sentado durante muchas horas, es conveniente caminar un poco cada hora, no cruce las piernas cuando esté sentado, use medias de compresión elástica.

Implemente diariamente las 5 A's:

1. Alimentación saludable.
2. Abstenerse de hábitos perjudiciales.
3. Actividad física.
4. Abandonar el estrés.
5. Acudir al médico.

10.3.3. Seguridad: No utilice sillas ni escritorios como escalera, mantenga cajones de los escritorios y archivadores cerrados, utilice con precaución material de oficina como bisturí, cosedora, tijeras, etc.

10.3.4 Asuma conductas de auto cuidado: En el trabajo conozca sus deberes y responsabilidades, con el fin de disminuir los riesgos propios de las actividades desarrolladas, mantenga cada día una actitud positiva en todos los aspectos de la vida, duerma el tiempo adecuado que requiere el cuerpo para reponer la vitalidad, cuando detecte algún riesgo en su sitio de trabajo, le invitamos a que lo reporte oportunamente al correo: seguridad y salud@ucatolica.edu.co.

11. Plan de capacitación en SST

El principal objetivo es asegurar una adecuada capacitación y entrenamiento del SG-SST y la evaluación de su efectividad. Es por ello que la Universidad cuenta con un programa documentado con el propósito de brindar conocimiento en Seguridad y Salud en el Trabajo, necesario para desempeñar sus actividades de forma eficiente y segura, cumpliendo con los estándares de seguridad.

Este programa incluye una identificación de las necesidades en Salud y Seguridad en el Trabajo, de acuerdo con las competencias requeridas por cargo y su actualización (ascensos, traslados, etc., en línea con las necesidades, metas, presupuesto e indicadores).

12. Plan de acción anual

Población objeto	Programa - Actividad
Colaboradores directivos, administrativos y docentes	<p>Programa psicosocial: Seguimiento al programa, aplicación batería ministerio postest.</p>
Colaboradores directivos, administrativos y docentes	<p>Programa ergonomía: Escuelas de miembro superior e inferior, y espalda, valoraciones osteomusculares y de puesto de trabajo.</p>
Según matriz de identificación de peligros y valoración de riesgos	<p>Sistemas de vigilancia epidemiológica, programas de promoción y prevención de riesgos: Evaluación en fuente medio y trabajador de los factores de riesgo asociados al trabajo, intervención para el control de la exposición presente.</p>
Colaboradores expuestos	<p>Programa seguridad industrial: Trabajos de alto riesgo, suministro de elementos de protección personal, inspecciones planeadas, gestión del cambio y contratistas.</p>
Comunidad académico administrativa	<p>Plan básico legal: Elección COPASST, simulacros de evacuación, divulgación documental y requisiciones EPS y ARL.</p>

13. Gestión de contratistas

Este punto tiene como objetivo establecer los lineamientos que se deben aplicar para la Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) de contratistas en los procesos de selección que tramite y en los contratos que celebre la Universidad Católica de Colombia en calidad de contratante de bienes y servicios, de manera que se asegure una adecuada y consistente planeación, selección, ejecución y terminación de la relación contractual, implementando un sistema de control idóneo que elimine los accidentes e incidentes laborales, asociados a las actividades encargadas a los contratistas.

14. Verificación del sistema

A. Indicadores:

De estructura: Indicadores que evalúan la planeación, disponibilidad de recursos, definición de objetivos, elaboración del plan de acción anual y elaboración de la autoevaluación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST.

De proceso: Indicadores que evalúan el cumplimiento de los requisitos legales, cumplimiento del plan de trabajo anual, el estado de las no conformidades, el cumplimiento de los programas, y el cumplimiento de las acciones correctivas, preventivas y de mejora.

De resultado: Indicadores que miden el índice de frecuencia, severidad, lesiones incapacitantes de los accidentes laborales presentados en el periodo, la incidencia y prevalencia de las enfermedades laborales, frecuencia y severidad del ausentismo, y el porcentaje de incidentes y daños a la propiedad.

B. Revisión por la alta dirección:

Durante el Consejo Administrativo, la alta dirección realiza la evaluación del sistema SG-SST, de conformidad con las modificaciones en los procesos, la supervisión y medición de los resultados, las auditorías y demás informes que permitan recopilar información sobre su funcionamiento.

15. Mejora continua

A. Gestión de cambios

Aplica cuando se requiera evaluar el impacto sobre la seguridad y la salud, que puedan generar cambios internos (introducción de procesos, cambios en los métodos de trabajo, adquisiciones, instalaciones, variación del objeto de servicio, modificación de herramientas fundamentales en las actividades de mantenimiento, cambios en la infraestructura, normas o reglamentos de la Universidad, cambio significativo del personal que impacte la organización y cambios externos (legislación, evolución del conocimiento de seguridad y salud de en el trabajo).

B. Acciones correctivas y preventivas

Aplica para todas las no conformidades, observaciones y oportunidades de mejora detectadas en cualquier proceso de la Universidad, en los cuales se detecte una condición o acto inseguro.

16. Anexos

16.1 Reporte de eventos externos ante la ARL:

Los eventos externos se refieren a las actividades recreativas y/o académicas que en representación de la Universidad realizan los trabajadores (administrativos y docentes) en áreas diferentes a las instalaciones de la Institución.

Cada unidad académica o administrativa deberá, al iniciar el periodo laboral, enviar un comunicado a Seguridad y Salud en el Trabajo, con la descripción de las actividades, fechas y lugares; así como los trabajadores que saldrán de la Universidad a desarrollar actividades recreativas, deportivas y/o académicas nacionales o internacionales, como parte de las funciones para las cuales fue contratado o a las que asistirá en representación de la Universidad.

En el evento que se presente una salida extra sin conocimiento previo de la facultad o dependencia, éste deberá ser reportado por lo menos con un día de antelación, vía e-mail al correo: seguridadysalud@ucatolica.edu.co o mediante formato F 094 CCC 009 02, indicando:

- Nombre y documento de identificación de cada uno de los participantes (funcionarios, docentes de la Universidad).
- Identificación de la actividad: facultad, tipo de labor (académica, recreo-deportiva), cátedra (de la práctica o salida) o evento en el cual representará a la Universidad.
- Responsable de la actividad.

16.2 Solicitudes

16.3 Trámite para el cobro de incapacidades:

- Obtenga 3 copias de su incapacidad. Entregue el original de su incapacidad en la oficina de la Coordinación de Seguridad y Salud en el Trabajo, ubicada en el piso séptimo de la
- Sede Las Torres, para el trámite respectivo. Esta debe identificar claramente su nombre y documento de identificación, diagnóstico (código CIE 10), médico que expide, sitio de atención, días de incapacidad, fecha de inicio y de terminación, y el código de origen como accidente de trabajo.

Nota: Si su incapacidad no cuenta con alguno de los datos anteriores solicite copia de la atención médica de urgencias o de su historia clínica en donde se relacione el accidente de trabajo.

16.4 Trámite de presunta enfermedad laboral:

Si sospecha de una enfermedad laboral ocasionada por el trabajo que desempeña en la Universidad, solicite en su EPS valoración por medicina laboral.

Trámite ante la Coordinación de Seguridad y Salud en el Trabajo los documentos que requiera el médico laboral para el estudio en primera instancia, quien le colaborará y orientará en los procedimientos requeridos.



UNIVERSIDAD CATÓLICA
de Colombia

SEGURIDAD Y ÉTICA DEL CUIDADO

Seguridad y Salud en el Trabajo
Av. Caracas No. 46-72. Piso 7. Bogotá, Colombia.
3277300 Ext. 1189
www.ucatolica.edu.co