

**EJECUCIÓN DEL PROGRAMA DE SALUD OCUPACIONAL DEL COMITÉ
DEPARTAMENTAL DE CAFETEROS DEL CAUCA, EN LOS COMPONENTES:
SALUD ADMINISTRADA CON ENFOQUE DE RIESGO, SEGURIDAD VIAL,
DESPLAZAMIENTO EN EQUINOS Y CAÍDAS AL MISMO NIVEL.**



PAULA MARCELA BASTIDAS RIVERA

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS CONTABLES, ECONÓMICAS Y ADMINISTRATIVAS
PROGRAMA DE ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS
POPAYÁN
2012**

**EJECUCIÓN DEL PROGRAMA DE SALUD OCUPACIONAL DEL COMITÉ
DEPARTAMENTAL DE CAFETEROS DEL CAUCA, EN LOS COMPONENTES:
SALUD ADMINISTRADA CON ENFOQUE DE RIESGO, SEGURIDAD VIAL,
DESPLAZAMIENTO EN EQUINOS Y CAÍDAS AL MISMO NIVEL.**

PAULA MARCELA BASTIDAS RIVERA

Informe de pasantía para optar el título de Administradora de Empresas

**Asesora académica:
Esp. YUDITH CAICEDO**

**Asesora empresarial:
A.E YENNY ALEXANDRA BENAVIDES**

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS CONTABLES, ECONÓMICAS Y ADMINISTRATIVAS
PROGRAMA DE ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS
POPAYÁN
2012**

A Dios por darme la vida

A mi Familia por apoyarme incondicionalmente

A la Universidad del Cauca, en especial a los docentes que contribuyeron en mi formación académica y profesional como Administradora de Empresas.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	9
1. CONTEXTUALIZACIÓN DEL TRABAJO.....	11
1.1 DEFINICIÓN DEL PROBLEMA.....	11
1.2 OBJETIVOS.....	12
1.2.1 Objetivo general.....	12
1.2.2 Objetivos específicos	12
2. CONTEXTUALIZACIÓN TEÓRICA.....	13
2.1 MARCO REFERENCIAL.....	13
2.1.1 Actividad económica.....	13
2.1.2 Misión.....	14
2.1.3 Visión	14
2.1.4 Reseña histórica de la empresa.....	14
2.1.5 Ubicación geográfica de la empresa	15
2.1.6 Número de trabajadores	15
2.1.7 Estructura organizacional	16
2.1.8 Procesos dentro de la organización	16
2.1.9 Componentes de la organización.....	17
2.1.10 Servicio de extensión	17
2.1.11 Servicios prestados	18
2.2 MARCO CONCEPTUAL	21
2.3 MARCO JURÍDICO.....	24
3. CONTEXTUALIZACIÓN METODOLÓGICA.....	26
4. DESARROLLO DEL TRABAJO.....	28
4.1 DIAGNÓSTICO DEL PROGRAMA DE SALUD OCUPACIONAL DEL COMITÉ DE CAFETEROS DEL CAUCA	28
4.2 EJECUCIÓN DEL COMPONENTE DE SALUD ADMINISTRADA CON ENFOQUE DE RIESGO.....	37
4.2.1 Evaluaciones médicas ocupacionales periódicas	37

4.2.2	Campañas dirigidas a la detección temprana de enfermedades más comunes.....	40
4.3	EJECUCIÓN DEL COMPONENTE DE SEGURIDAD VIAL.....	45
4.3.1	Actualización del diagnóstico administrativo del parque automotor	45
4.3.2	Campaña de educación vial “Las 10 herramientas que garantizan mi seguridad en la vía”	46
4.3.3	Inspecciones de seguridad	48
4.3.4	Observaciones de comportamiento seguro	56
4.4	EJECUCIÓN DEL COMPONENTE DE DESPLAZAMIENTO EN EQUINOS	58
4.4.1	Capacitación sobre desplazamiento en equinos	58
4.5	EJECUCIÓN DEL COMPONENTE DE CAÍDAS AL MISMO NIVEL.....	61
4.5.1	Campaña prevención caídas al nivel “Un caminante a la defensiva”..	62
4.5.2	Capacitación caídas al nivel	63
4.5.3	Inspecciones de seguridad y observaciones de comportamiento seguro.....	66
4.6	FERIA DE LA SALUD - SEGUNDA VERSIÓN.....	68
4.7	ELABORACIÓN CARTILLA COMPONENTES SEGURIDAD VIAL, CAÍDAS AL NIVEL Y DESPLAZAMIENTO EN EQUINOS	72
5.	ASPECTOS A DESTACAR DEL PROCESO	73
6.	CONCLUSIONES.....	75
7.	RECOMENDACIONES.....	77
	REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS.....	79
	ANEXOS	80

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Número de trabajadores por área	15
Tabla 2. Marco normativo de la Salud Ocupacional en Colombia	25
Tabla 3. Resultados auditoria del Programa de Salud Ocupacional por componentes año 2011	28
Tabla 4. Población beneficiada evaluaciones médicas ocupacionales periódicas.	39
Tabla 5. Resultados inspecciones seguridad vial – Elementos de protección personal	49
Tabla 6. Resultados inspecciones seguridad vial – Apariencia de la moto	52
Tabla 7. Población beneficiada capacitación prevención caídas al nivel	65

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Estructura Organizacional Federación Nacional de Cafeteros	16
Figura 2. Cafecito Saludable promoción auto examen de seno.....	41
Figura 3. Cafecito Saludable cuidado aparato digestivo	42
Figura 4. Cafecito Saludable prevención diabetes	42
Figura 5. Invitación brigada de salud	43
Figura 6. Invitación jornada educativa prevención cáncer de estómago.....	44
Figura 7. Campaña seguridad vial “Las 10 herramientas que garantizan mi seguridad en la vía”	47
Figura 8. Lista de verificación observaciones de comportamiento seguro – seguridad vial.....	57
Figura 9. Campaña “Un caminante a la defensiva”	63
Figura 10. Lista de verificación inspecciones de seguridad y observaciones de comportamiento seguro – caídas al nivel.....	67

LISTA DE ANEXOS

Anexo A. Listados de asistencia evaluaciones médicas ocupacionales	80
Anexo B. Listado de asistencia prevención cáncer de estómago	82
Anexo C. Diagnóstico administrativo del parque automotor	83
Anexo D. Listado de entrega de estándares de comportamiento seguro	89
Anexo E. Formato de inspección para motocicletas Comité de Cafeteros del Cauca – Cero accidentes de motociclistas.....	90
Anexo F. [CD-ROM] Inspecciones seguridad vial Comité Cauca	91
Anexo G. Listado de asistencia a capacitación de desplazamiento en equinos	91
Anexo H. Listados de asistencia capacitación prevención caídas al nivel	92
Anexo I. Comunicado sobre aplazamiento segunda versión de la Feria de la Salud	93
Anexo J. [CD-ROM] Cartas de invitación y aplazamiento Feria de la Salud	93
Anexo K. Cartilla “Prevención de incidentes y accidentes laborales en seguridad vial, caídas a nivel y desplazamiento en equinos”	94

INTRODUCCIÓN

El Comité Departamental de Cafeteros del Cauca, como dependencia de la Federación Nacional de Cafeteros de Colombia, consciente de la importancia del papel que representa su talento humano para el logro de la competitividad de la empresa, se preocupa por brindarle el máximo bienestar individual y colectivo en su medio laboral a través de la adecuada ejecución del Programa de Seguridad y Salud Ocupacional, el cual ha sido elaborado teniendo como marco de referencia, las condiciones específicas de la empresa, las normas técnicas y legales vigentes definidas por el Gobierno Nacional a través del Ministerio de Protección Social y los estándares definidos por el ICONTEC.

En este orden de ideas, el informe que se presenta a continuación contiene la “Ejecución del Programa de Salud Ocupacional del Comité Departamental de Cafeteros del Cauca, en los componentes: Salud Administrada con Enfoque de Riesgo, Seguridad Vial, Desplazamiento en Equinos y Caídas al Mismo Nivel”, que le permitirán a la empresa cumplir con el Programa de Salud Ocupacional establecido por la organización a nivel nacional, con la Política de Salud Ocupacional de toda la empresa, con los criterios evaluados anualmente en la auditoría y con la reglamentación legal vigente en materia de seguridad y salud en el trabajo.

El presente documento parte con una contextualización del trabajo, en la cual se menciona la definición del problema y los objetivos, tanto general como los específicos, que fueron la base de la realización de la pasantía.

A continuación, se realiza una contextualización teórica en la que se presenta a la organización objeto de estudio, una descripción sobre la teoría que se utilizó en el proceso de la pasantía y un marco jurídico de la Salud Ocupacional en Colombia.

Seguido de la contextualización metodológica que se implementó durante la pasantía.

Posteriormente se realiza el desarrollo de las actividades que se ejecutaron por cada uno de los componentes definidos y que permitieron cumplir con los objetivos planteados al inicio del proceso.

Finalmente se presenta una serie de conclusiones que se obtuvieron con desarrollo del estudio y unas recomendaciones que pueden llevar a la empresa a un excelente cumplimiento de su Programa de Salud Ocupacional.

1. CONTEXTUALIZACIÓN DEL TRABAJO

1.1 DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

La Federación Nacional de Cafeteros en su interés de brindar óptimas condiciones de bienestar en su medio laboral a sus trabajadores y contratistas, que son el recurso más importante de la empresa, estableció un Programa de Salud Ocupacional buscando garantizar a todos sus colaboradores un ambiente de trabajo digno y seguro, mediante el desarrollo y ejecución de programas orientados a prevenir la ocurrencia de accidentes de trabajo o a la existencia de enfermedades profesionales.

Es así como el Comité Departamental de Cafeteros del Cauca, como dependencia de la Federación Nacional de Cafeteros, debe establecer el cronograma de actividades anual y realizar seguimiento y control a las actividades propuestas, garantizando el cumplimiento de su ejecución y verificando el impacto del mismo en la prevención e intervención de los riesgos ocupacionales, teniendo en cuenta los criterios planteados en el Programa de Salud Ocupacional.

Acorde a lo anterior, el Comité Departamental de Cafeteros del Cauca debe asegurar la implementación, mantenimiento y mejora del Programa de Salud Ocupacional en los componentes de Salud Administrada con Enfoque de Riesgo, Seguridad Vial, Desplazamiento en Equinos y Caídas al Mismo Nivel; a través de estrategias y acciones que contribuyan al óptimo bienestar de la calidad de vida de los trabajadores y al desarrollo de la organización.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo general

Ejecutar el Programa de Salud Ocupacional del Comité Departamental de Cafeteros del Cauca según los criterios establecidos en el programa de la Federación Nacional de Cafeteros, con el fin de mejorar la calidad de vida del trabajador y el desarrollo de la organización.

1.2.2 Objetivos específicos

- Ejecutar el Programa de Salud Administrada con Enfoque de Riesgo con el fin de promover, prevenir, mantener y mejorar la salud de los trabajadores.
- Ejecutar el Programa de Prevención en Seguridad Vial buscando disminuir el número de accidentes de tránsito de los trabajadores.
- Ejecutar el Programa de Desplazamiento en Equinos con el fin de prevenir accidentes por el inadecuado manejo de los mismos.
- Ejecutar el Programa de Caídas al Mismo Nivel con el fin de prevenir y reducir los accidentes ocasionados por estas caídas.

2. CONTEXTUALIZACIÓN TEÓRICA

2.1 MARCO REFERENCIAL¹



Fuente: Federación Nacional de Cafeteros

La **Federación Nacional de Cafeteros de Colombia** es una institución de carácter gremial, privada y sin ánimo de lucro, que tiene por objeto, fomentar la caficultura colombiana procurando el bienestar del caficultor, mediante mecanismos de colaboración, participación, e innovación.

Es una organización federativa y democrática que representa los intereses de más de 563 mil cafeteros colombianos. Por su número de agremiados es la ONG rural más grande del mundo, cuyas actividades se dirigen a mejorar las condiciones de vida de las familias cafeteras, a través del desarrollo sostenible y competitivo de la actividad cafetera y de la inversión social.

2.1.1 Actividad económica

Orientar, organizar, fomentar y regular la caficultura colombiana procurando el bienestar del caficultor a través de mecanismos de colaboración, participación y

¹ Disponible desde internet en <<http://www.federaciondecafeteros.org/>> y en Programa de Salud Ocupacional. Federación Nacional de Cafeteros. Unidad de Servicios de Salud. Oficina Central. Bogotá D.C. 2010. p. 14-31.

fomento de carácter económico, científico, tecnológico, industrial y comercial, buscando mantener el carácter de capital social estratégico de la caficultura Colombiana.

2.1.2 Misión

Asegurar el bienestar del caficultor colombiano a través de una efectiva organización gremial, democrática y representativa.

2.1.3 Visión

Consolidar el desarrollo productivo y social de la familia cafetera, garantizando la sostenibilidad de la caficultura y el posicionamiento del Café de Colombia como el mejor del mundo.

2.1.4 Reseña histórica de la empresa

Desde 1875 y hasta 1925 el café se convirtió en el mayor producto de exportación. Hacia finales de la década de los 20, representaba casi el 75% de la exportación total del país. En 1890 se exportaban menos de 300.000 sacos al año, a principios de 1930 ya se exportaban más de 3 millones.

No obstante las condiciones de comercialización para los caficultores no eran fáciles. No existían carreteras ni unión para lograr mejores precios en las exportaciones, por tanto las ganancias se quedaban en manos de los intermediarios. La inestabilidad de los mercados y la necesidad de apoyo para el desarrollo y fortalecimiento de la industria cafetera, estimularon a los productores a organizarse y buscar solución a sus problemas comunes.

Es así como los productores para mejorar sus condiciones, se reúnen en Medellín, el 27 de junio de 1927 y crean la Federación Nacional de Cafeteros de Colombia, con el apoyo del gobierno de ese entonces.

Desde su fundación la Federación empezó a actuar como entidad coordinadora de la política cafetera de Colombia, tanto en el plano nacional como internacional y

por contrato con el Gobierno Nacional empezó a regular el mercado del grano y a recaudar los impuestos provenientes de la exportación.

2.1.5 Ubicación geográfica de la empresa

La Federación Nacional de Cafeteros, brinda atención a los caficultores a través de sus sedes ubicadas en diferentes ciudades.

En la ciudad de Popayán, se encuentra el Comité Departamental de Cafeteros del Cauca ubicado en la calle 24 Norte # 15 – 42, barrio Campamento.

2.1.6 Número de trabajadores

La Federación de Cafeteros cuenta a nivel nacional con aproximadamente 2300 colaboradores, de los cuales 155 hacen parte del Comité Departamental de Cafeteros del Cauca. El número de trabajadores por área del Comité Cauca se muestra en la siguiente tabla:

Tabla 1. Número de trabajadores por área

Área	Número de Trabajadores
Unidad Administrativa y Financiera	16
Servicio de Extensión	127
Desarrollo Social	3
Programa Cafés Especiales	3
Programa Crédito Cafetero	1
Programa Gestión Empresarial	1
Programa Investigación Participativa	1
Programa SICA	3
Total	155

Fuente: Nómina Mayo 2012 - Comité de Cafeteros del Cauca

2.1.7 Estructura organizacional

Los colaboradores de la Federación conforman su administración. Están liderados por el Gerente General, quien es elegido por el Congreso Nacional de Cafeteros. La siguiente figura ilustra la estructura organizacional de la Federación Nacional de Cafeteros de Colombia:

Figura 1. Estructura Organizacional Federación Nacional de Cafeteros



Fuente: Federación Nacional de Cafeteros

2.1.8 Procesos dentro de la organización

- Investigación
- Extensión rural
- Fortalecimiento gremial

- Gestión de proyectos de desarrollo social
- Regulación de la política cafetera
- Gestión de mercadeo e innovación
- Compras y logística de aprovisionamiento
- Ventas
- Transformación y logística de distribución
- Servicio al cliente
- Procesos de apoyo administrativo y financiero
- Propiedad intelectual

2.1.9 Componentes de la organización

- Gerencia General
- Gerencia Administrativa
- Gerencia Comercial
- Gerencia Financiera
- Gerencia Técnica

2.1.10 Servicio de extensión

El Servicio de Extensión fue creado en 1959, durante el XXI Congreso Nacional de Cafeteros. Este grupo trabaja día a día en la transferencia de tecnología a los caficultores del país, para que mejoren su calidad de vida, a través de la adopción de prácticas adecuadas para producir café de excelente calidad en forma rentable y sostenible, respetando el medio ambiente y estimulándolos además a que participen en proyectos sociales, productivos de infraestructura y medio ambiente que contribuyan a su bienestar social y al de su familia.

Con el fin de atender los principios de la extensión de forma eficiente, directa y clara, el Servicio de Extensión actualmente desarrolla las siguientes estrategias de atención al caficultor, de acuerdo a las condiciones de cada departamento

cafetero, como: tamaño de las fincas cafeteras, número de caficultores en cada municipio, distancia de las fincas a los centros de venta y atención al caficultor.

- Atención individual o personalizada: Estrategia dirigida a los caficultores con atención puntual en su propia finca, que demanda la presencia del extensionista, ya sea para revisar técnicamente el cultivo, adelantar algún programa como la renovación de su cafetal o para apoyarlo en el área gerencial de su empresa cafetera; por lo general este tipo de atención recae sobre medianos y grandes caficultores, donde se pretende fortalecer una caficultura empresarial.
- Atención grupal: Atiende a pequeños y medianos agricultores, vecinos y amigos de una vereda, que como organización primaria de producción se agrupan para la capacitación tecnológica y gestión comunitaria para la toma de decisiones oportunas y adecuadas. En este grupo de cafeteros la base es la familia, para ellos el café puede ser un complemento más de sus ingresos, siendo importantes los proyectos específicos como la producción de alimentos que les permiten ahorrar y rescatar la cultura del autoabastecimiento.
- Atención masiva: Utilizando medios masivos de comunicación como la radio, el periódico y la televisión, regional o nacional, se divulga, motiva o informa sobre campañas dirigidas a los caficultores, la mayoría de los productos de comunicación los produce directamente el Servicio de Extensión.

2.1.11 Servicios prestados

Son funciones y servicios de la Federación Nacional de Cafeteros:

- Defender los derechos de los caficultores
- Procurar que las políticas macroeconómicas y sectoriales del Estado beneficien al caficultor.

- Trabajar para que los caficultores alcancen niveles de competitividad que les permita mantener un adecuado nivel de vida y continuar siendo el capital social estratégico del campo colombiano.
- Celebrar convenios o contratos con el Gobierno Nacional, departamental o municipal y con otras entidades de carácter público y privado, para la gestión, administración y manejo de programas de inversión e impuestos, normas, controles, prestación de servicios, propaganda y, en general sobre todo lo que tienda a beneficiar al caficultor.
- Celebrar pactos o convenios con organizaciones similares de otros países productores, con instituciones internacionales, con organizaciones no gubernamentales y con empresas privadas para la defensa de los ingresos de los caficultores y el fomento del consumo, del cultivo, propaganda, cuotas de exportación, precios, transporte, banca, impuestos y comercio cafetero.
- Entregar fondos en fideicomiso, o bajo cualquier modalidad, a entidades nacionales o del exterior, para financiar actividades relacionadas con el caficultor y la industria cafetera en general.
- Con arreglo a los reglamentos específicos adoptados por los órganos competentes, prestar asistencia a los caficultores, con el fin de mejorar su nivel de ingresos.
- Divulgar entre los caficultores los avances técnicos y la información correspondiente sobre el cultivo, beneficio y comercio del café y mantenerlos actualizados en relación con el comportamiento de las variables económicas, sociales y productivas que inciden en la actividad.
- Apoyar al caficultor mediante la adquisición, venta, préstamo, alquiler o distribución de los elementos necesarios o útiles para la caficultura.
- Organizar, administrar o promover obras de utilidad común, en cuanto favorezcan la caficultura del país.
- Organizar, administrar o promover, con sus recursos o con el concurso de organizaciones cafeteras o entidades oficiales o particulares de Colombia o de otros países, establecimientos de comercio dedicados a la venta, distribución y

divulgación del consumo de café, almacenes generales de depósito de café, bodegas, plantas de procesamiento de café y empresas de comercialización, almacenes de provisión agrícola, sociedades cooperativas, entidades solidarias o asociativas de ahorro y crédito, esquemas de cobertura y control del riesgo, tostadoras y trilladoras de café, centrales de beneficio, que tengan por objeto mejorar el ingreso del caficultor, disminuir los costos de producción, hacer más eficiente su comercialización y mejorar las calidades del café.

- Crear oficinas de propaganda, venta, comisión depósito de café, en el interior y en el exterior y organizar, administrar o participar en bolsas cafeteras.
- Organizar y sostener una activa y adecuada propaganda de café colombiano en el interior y en el exterior, buscando generar mayor reconocimiento y valor agregado al productor y promover el aumento del consumo.
- Comprar café, procesarlo y venderlo en el mercado interior y del exterior, o retenerlo en el país.
- Realizar un seguimiento de la industria cafetera mundial, y sus agentes, los países productores, los países consumidores, y, en general, de todos aquellos aspectos nacionales o internacionales que sean relevantes para el desarrollo de la industria cafetera colombiana.
- Llevar una completa estadística de la actividad cafetera y mantener permanentemente informado al Gremio, en sus diversas instancias, sobre lo concerniente a precios en los principales mercados, existencias o ventas en los más importantes centros de distribución o consumo mundial y sobre los pronósticos relativos a la producción de café, y, en general, a todo lo que pueda convenir para la buena organización de la industria cafetera. Igualmente corresponde a la Federación, en el país, la estadística de productores, de predios cafeteros, de producción y costos, de productividad, y, en general, de todas las actividades cafeteras que pueden servir para la mejor orientación de la industria en Colombia, así como los indicadores sociales de la actividad cafetera.

- Promover y ejecutar programas de desarrollo económico y de complementación del ingreso del caficultor.
- Apoyar la investigación y la transferencia de tecnología, para el cultivo, el procesamiento y la comercialización del café procurando, en todo caso, la preservación del medio ambiente y la conservación de los recursos naturales.
- Fomentar, apoyar e intensificar el establecimiento de industrias complementarias o que tiendan a incrementar el ingreso de los caficultores.
- Contratar empréstitos o préstamos con entidades nacionales o extranjeras, teniendo en cuenta las disposiciones de los Estatutos y de los contratos celebrados con el Gobierno Nacional, si fuere el caso, y constituir las garantías pertinentes.
- Con recursos propios u obtenidos de entidades oficiales, semioficiales o particulares, procurar la dotación de la infraestructura física y social indispensable para lograr el desarrollo social y económico de los habitantes de la zona de influencia cafetera.
- Procurar, por los medios que se consideren más adecuados el establecimiento de una política integral de protección social a los caficultores.
- Organizar fundaciones o asociaciones sin ánimo de lucro, para atender la prestación de servicios a sus federados, tales como la educación y la salud.
- Realizar inversiones permanentes con sus recursos sólo en activos que pertenezcan a la industria cafetera y efectuar inversiones temporales, para obtener beneficios y rendimientos que garanticen la solidez patrimonial de la Federación y le permitan atender oportuna y adecuadamente sus programas a favor de sus asociados y de bienestar para sus servidores.

2.2 MARCO CONCEPTUAL

A continuación, se presenta una breve definición de los conceptos más importantes que se tuvieron en cuenta durante el desarrollo del presente trabajo y

que serán de gran utilidad para la adecuada comprensión del mismo. Las definiciones fueron consultadas y tomadas de la normatividad vigente y del Programa de Salud Ocupacional de la Federación Nacional de Cafeteros.

- **Salud Ocupacional:**

La Ley 1562 de 2012 modificó este concepto por el de Seguridad y Salud en el Trabajo y la definió como “aquella 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 trabajo, que conlleva la promoción y el mantenimiento del bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las ocupaciones”².

- **Programa de Salud Ocupacional:**

“Es un conjunto de actividades orientadas a promover la salud y el bienestar de los trabajadores, prevenir la ocurrencia de accidentes y enfermedades profesionales, mediante la identificación, evaluación y control de los factores de riesgo ocupacionales, estrategias de promoción y prevención, atención y rehabilitación de los trabajadores. Hoy en día se considera que el programa de salud ocupacional es un conjunto de políticas, estrategias y acciones dirigidas a mejorar la calidad de vida del trabajador y el desarrollo de la organización. La promoción de la salud y la prevención de los accidentes y las enfermedades profesionales, son las actividades prioritarias en salud ocupacional y por lo tanto a ellas se deben orientar principalmente los esfuerzos del programa”³.

La nueva ley cambio el nombre de *Programa de Salud Ocupacional*, el cual se entenderá de ahora en adelante como *Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo*, y “consiste en el desarrollo de un proceso lógico y por etapas,

²Ley 1562 de 2012. Art. 1, p. 1

³ Programa de Salud Ocupacional. Federación Nacional de Cafeteros. Bogotá 2010. p. 9

basado en la mejora continua y que incluye la política, la organización, la planificación, la aplicación, la evaluación, la auditoría y las acciones de mejora con el objetivo de anticipar, reconocer, evaluar y controlar los riesgos que puedan afectar la seguridad y salud en el trabajo”⁴.

- **Accidente de trabajo**⁵:

La ley 1562 de 2012 creo una nueva definición de accidente de trabajo, denominado ahora como accidente laboral. “Es accidente de trabajo todo suceso repentino que sobrevenga por causa o con ocasión del trabajo, y que produzca en el trabajador una lesión orgánica, una perturbación funcional o psiquiátrica, una invalidez o la muerte.

Es también accidente de trabajo 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.

Igualmente se considera accidente 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.

También se considerará como accidente de trabajo 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.

De igual forma se considera accidente de trabajo 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”.

⁴Ley 1562 de 2012. Art. 1. p. 1

⁵ Ibid., Art. 3. p. 3

- **Enfermedad profesional:**

Este término se cambio por el de enfermedad laboral y es definida como “la contraída como resultado de la exposición a factores de riesgo inherentes a la actividad laboral o del medio en el que el trabajador se ha visto obligado a trabajar”⁶.

- **Incidente:**

Se entiende como incidente, según la resolución 1401 de 2007, todo “suceso acaecido en el curso del trabajo o en relación con éste, 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”.

- **Auditoría:**

En el Programa de Salud Ocupacional de la Federación Nacional de Cafeteros se define la auditoría como un “examen sistemático, para determinar si las actividades y los resultados relacionados con ellas, son conformes con las disposiciones planificadas y si éstas se implementan efectivamente y son aptas para cumplir la política y objetivos de la organización”⁷.

2.3 MARCO JURÍDICO

La principal normatividad relacionada con la Salud Ocupacional en Colombia y que fue de gran utilidad en la ejecución del trabajo de grado se relaciona a continuación:

⁶ Ibid., Art. 4. p. 3

⁷ Programa de Salud Ocupacional. Federación Nacional de Cafeteros. Bogotá 2010. p. 8

Tabla 2. Marco normativo de la Salud Ocupacional en Colombia

Norma	Contexto
Ley 9ª de 1979	Por la cual se dictan medidas sanitarias. Título III: Salud Ocupacional. Normas para preservar, conservar y mejorar la salud de los individuos en sus ocupaciones.
Ley 100 de 1993	Por la cual se crea el sistema de seguridad social.
Ley 769 de 2002	Por la cual se expide el Código Nacional de Tránsito Terrestre.
Ley 1562 de 2012	Por la cual se modifica el sistema de riesgos laborales y se dictan otras disposiciones en materia de Salud Ocupacional.
Decreto 614 de 1984	Bases para la organización y administración de la Salud Ocupacional.
Decreto ley 1295 de 1994	Determina la organización y administración del Sistema General de Riesgos Profesionales.
Resolución 2400 de 1979	Estatuto de Higiene y Seguridad Industrial.
Resolución 2013 de 1986	Reglamenta la organización y funcionamiento de los Comités de Medicina, Higiene y Seguridad Industrial en los lugares de trabajo.
Resolución 1016 de 1989	Establece la organización, funcionamiento y la forma de los programas de salud ocupacional en las empresas.
Resolución 2346 de 2007	Por la cual se regula la práctica de evaluaciones médicas ocupacionales y el manejo y contenido de las historias clínicas ocupacionales.

3. CONTEXTUALIZACIÓN METODOLÓGICA

La realización de la pasantía requirió de búsqueda de información en fuentes primarias y secundarias. Los datos de las fuentes primarias se recolectaron a través de contactos directos con el fin de dirigir la información a la solución del problema planteado inicialmente; los datos secundarios, fuentes elaboradas por terceras personas, se obtuvieron a través del análisis del Programa de Salud Ocupacional de la Federación Nacional de Cafeteros, del Panorama de Riesgos, de la documentación de las actividades que se han realizado en cada uno de los componentes del Programa de Salud Ocupacional y de la información proveniente de diferentes plataformas propias de la organización.

Para la ejecución del Programa de Salud Ocupacional del Comité de Cafeteros del Cauca, más específicamente de los componentes de Salud Administrada con Enfoque de Riesgo, Seguridad Vial, Desplazamiento en Equinos y Caídas al Mismo Nivel, se propuso la siguiente metodología y se dividió en diferentes etapas:

Etapa 1: Análisis del contexto organizacional, revisión de los resultados obtenidos en la última auditoría realizada a la implementación del Programa de Salud Ocupacional del Comité Departamental de Cafeteros del Cauca, y estudio de la normatividad vigente de la Salud Ocupacional en Colombia.

Etapa 2: Planeación del cronograma de actividades para la ejecución de los subprogramas de Salud Administrada con Enfoque de Riesgo, Seguridad Vial, Desplazamiento en Equinos y Caídas al Mismo Nivel.

Etapa 3: Ejecución del componente de Salud Administrada con Enfoque de Riesgo a través la realización de evaluaciones médicas ocupacionales periódicas,

campañas de promoción y prevención de enfermedades más comunes como cáncer de mama, cérvix, próstata, SIDA, entre otros.

Etapa 4: Ejecución del componente de Seguridad Vial a través del diagnóstico del parque automotor, actualización del listado de conductores de motos, plan de acción para el programa de prevención en seguridad vial que incluye asesorías en la formación de líderes de seguridad vial y formación de conductores, y campañas de educación vial.

Etapa 5: Ejecución del componente de Desplazamiento en Equinos a través de capacitación con el apoyo de la Policía de Carabineros, entrega de cartilla a los extensionistas de las seccionales, y campañas de prevención sobre el adecuado manejo de equinos.

Etapa 6: Ejecución del componente de Caídas al Mismo Nivel a través de la entrega de cartilla a los extensionistas de las seccionales, y campañas de prevención de caídas al mismo nivel.

4. DESARROLLO DEL TRABAJO

4.1 DIAGNÓSTICO DEL PROGRAMA DE SALUD OCUPACIONAL DEL COMITÉ DE CAFETEROS DEL CAUCA⁸

Con el fin de medir y evaluar el cumplimiento del Programa de Seguridad y Salud Ocupacional de la Federación Nacional de Cafeteros, anualmente se realiza una auditoria en cada una de las dependencias de la organización, entre ellas el Comité Cauca. Los resultados obtenidos en la auditoria permiten realizar un diagnóstico actual del Programa de Salud Ocupacional.

En la última auditoria realizada en Enero de 2012, que evaluó el desarrollo del Programa de Salud Ocupacional del año 2011, se tuvieron en cuenta 15 componentes de los cuales 5 no aplican para esta dependencia. Los resultados de cumplimiento por componente que arrojó la auditoria son los siguientes:

Tabla 3. Resultados auditoria del Programa de Salud Ocupacional por componentes año 2011

Componente evaluado	Porcentaje de cumplimiento
Plan Básico Legal	86%
Programa de Gestión Documental	89%
Programa para la prevención de la Hipoacusia Neuro-sensorial Inducida por Ruido	No aplica
Programa para la prevención de lesiones osteomusculares	100%
Programa de evaluaciones médicas ocupacionales	100%

⁸ Los datos utilizados para la elaboración del diagnóstico fueron tomados de los resultados de la última Auditoria del Comité Cauca, realizada el 24 de Enero de 2012.

Programa de control de accidentalidad	100%
Prevención del consumo de drogas Psicoactivantes y Alcohol	100%
Programa de Salud Administrada con enfoque de riesgo	100%
Programa de Prevención en Seguridad Vial	100%
Programa de Prevención de Accidentalidad en Tareas de Alto Riesgo: Trabajos en Alturas	64.71%
Programa de Prevención de Accidentalidad en Tareas de Alto Riesgo: Espacios confinados	No aplica
Programa de Prevención de Accidentalidad en Tareas de Alto Riesgo: Energías peligrosas	No aplica
Programa de Prevención de Accidentalidad en Tareas de Alto Riesgo: Trabajos en caliente	No aplica
Programa de Prevención de Accidentalidad en Tareas de Alto Riesgo: Excavaciones	No aplica
Programa de intervención de la relación con contratistas	0%

Fuente: Auditoria Comité de Cafeteros del Cauca 2011

Los componentes que se evaluaron y aplican para el Comité Cauca se analizan a continuación:

- **Plan Básico Legal:**

El Plan Básico Legal lo conforman el Panorama General de Riesgos, el Comité Paritario de Salud Ocupacional (COPASO), el Plan de Emergencias y el Avance del Programa de Salud Ocupacional.

En la auditoria se pudo evidenciar la existencia y actualización del Panorama General de Riesgos, en el cual se tienen identificados los riesgos tanto de las actividades rutinarias como no rutinarias. La última actualización del documento

se realizó en agosto de 2011 y es necesario que en el año 2012 se lleve a cabo un nuevo proceso de actualización.

El COPASO está constituido conforme a la normatividad, se reúne mensualmente y esta vigente hasta el año 2013; en los resultados de la auditoria se sugiere iniciar un proceso de capacitación y participación del COPASO en las actividades de salud ocupacional.

Con respecto al Plan de Emergencias se verificó su existencia y actualización, así como los registros de operación de los comités de emergencias, de la realización de simulacros y de evaluación y planes de mejoramiento luego de los simulacros.

Existe un registro de constitución y asignación de funciones de la Brigada de Emergencias y un registro de capacitación en primeros auxilios. No se cuenta con registros de capacitación en administración de emergencias, evacuación y rescate, control de incendios y manejo de materiales peligrosos.

El Plan Básico Legal se cumplió en un 86% durante el año 2011, teniendo en cuenta los criterios de evaluación de la auditoria.

- **Programa de Gestión Documental:**

Este programa tiene como objetivo asegurar el registro y documentación de las actividades de seguridad y salud ocupacional.

En el 2011 se cumplió con la existencia de registro de un programa de capacitación en riesgo ergonómico y tránsito a nivel virtual y programa de formación con la ARP SURA, al igual que con un programa de sensibilización con el fin de que los trabajadores tomen conciencia de las consecuencias de las actividades laborales, sus funciones y responsabilidades en función de la política de Seguridad y Salud Ocupacional.

Para asegurar la implementación, mantenimiento y mejora del sistema de S&SO se cuenta con una asignación de funciones, autoridad y responsabilidad en las descripciones de cargo.

El criterio de evaluación de este componente que no se cumplió fue que el responsable del sistema de gestión en S&SO no tiene formación en este campo.

La ejecución de este componente según los resultados se cumplió en un 89%.

- **Programa para prevención de lesiones osteomusculares:**

Con la ejecución de este programa se busca disminuir la incidencia y prevalencia de lesiones osteomusculares, por lo tanto se evalúan los programas de prevención de dolor cervical, dolor lumbar y síndrome del túnel carpiano.

El resultado de este componente en la auditoria fue un cumplimiento de 100% en los criterios de evaluación.

Entre los aspectos que se evaluaron se tuvieron en cuenta la existencia de los programas de pausas activas, acondicionamiento de puestos, capacitación en higiene postural y de seguimiento periódico a casos positivos.

- **Programa de evaluaciones médicas ocupacionales:**

Se evaluó el cumplimiento de la realización de evaluaciones médicas ocupacionales de ingreso, periódicas y de retiro, con el fin de identificar el estado de salud actual de los colaboradores y su evolución.

Se cumplió en un 100% las actividades correspondientes a este componente en el transcurso del 2011. Los criterios evaluados en cada uno de los exámenes médicos se cumplieron en la auditoria.

Los exámenes de ingreso son un requisito cada vez que un nuevo colaborador va a ingresar a la empresa y los resultados deben ser notificados a las partes interesadas.

Los exámenes periódicos se realizan a los trabajadores de nómina que llevan más de dos años en la empresa. En el año 2011 se realizaron los exámenes periódicos en las seccionales, quedando pendientes de realizar en el 2012 los exámenes a los colaboradores de la seccional Suárez, Popayán y a los de las oficinas administrativas del Comité Cauca. Los resultados de los exámenes realizados fueron notificados a las partes interesadas.

Los exámenes de retiro son decisión de cada colaborador si se realiza o no, la persona tiene cinco días para informar si desea realizarse dicho examen. Las partes interesadas son notificadas del resultado de la evaluación médica de retiro y se deja constancia del resultado en la historia laboral del ex colaborador.

- **Programa de control de accidentalidad:**

Dentro de este programa se tuvieron en cuenta tres parámetros: programa de control de incidentes, programa de control de accidentes y acompañamiento del COPASO. Con la ejecución de este componente se busca disminuir la frecuencia de cuasi incidentes, accidentes laborales sin incapacidad, accidentes con incapacidad, accidentes laborales graves y mortales.

Para los programas de control de incidentes y de accidentes se cumple con un procedimiento de reporte de casos, un registro de investigación de incidentes y accidentes y un registro de casos reportados. Igualmente, para la realización de cada investigación se cuenta con un registro de conformación del equipo para hacer las investigaciones.

Con respecto al acompañamiento del COPASO en el programa de control de accidentalidad se verificó que durante el 2011 se realizaron campañas de

promoción del reporte oportuno de casos, hubo participación en la investigación de accidentes de trabajo y se realizó el registro de los accidentes reportados.

El cumplimiento del componente fue de 100%.

- **Programa de prevención del consumo de drogas psicoactivas y alcohol:**

El objetivo de ejecutar este programa es brindar a los colaboradores un entorno laboral sano y seguro, libre de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivantes.

Los aspectos que se evaluaron dentro del programa fueron la socialización de la política organizacional frente al consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, y el acompañamiento del COPASO en campañas relacionadas con el tema.

El desarrollo de este programa fue de 100%.

- **Programa de salud administrada con enfoque de riesgo:**

Se busca intervenir y detectar tempranamente los factores de riesgo de enfermedad cardiovascular y enfermedades crónicas. Para el cumplimiento de este objetivo se tuvieron en cuenta tres parámetros: actualización de la encuesta de riesgo en la dependencia, intervención sobre los hallazgos de las encuestas de riesgo y campañas dirigidas a la detección temprana de enfermedades más comunes.

Durante el 2011 se realizó la actualización de la encuesta de riesgo e intervención sobre los hallazgos. Para la ejecución de este componente y más específicamente de este parámetro en el 2012, la actualización de las encuestas de riesgo se modificó por la identificación de diagnósticos de riesgo de origen común a partir de evaluaciones médicas ocupacionales periódicas.

Se realizaron campañas de estilos de vida y trabajo saludables con el fin de crear cultura de auto cuidado en los trabajadores. Se cumplió con los temas de las campañas que exigió la auditoria como criterios de evaluación.

La calificación obtenida en este componente fue 100%, porque se cumplió satisfactoriamente con cada uno de los criterios de evaluación correspondientes a los parámetros de este programa.

- **Programa de prevención en seguridad vial:**

La ejecución de este programa tiene como objetivo disminuir la accidentalidad vial, que representa la mayor causa de accidentes laborales en la dependencia.

Los parámetros que conforman este componente son: diagnóstico administrativo del parque automotor, determinación del grado de riesgo, presentación del diagnóstico y plan de acción a la dirección ejecutiva, inventario de conductores de vehículos y de motocicletas, designación de líderes de prevención de accidentes de tránsito, existencia de un plan de acción vehículos y de motos, plan de capacitación a líderes y plan de formación a conductores.

En el año 2011 se evidenciaron los hallazgos que permitieron cumplir con todos los criterios evaluados en este componente. El resultado obtenido en este programa fue de 100%.

Para la ejecución del programa de seguridad vial en el 2012 se implementaron dos nuevos criterios de evaluación: inspecciones de seguridad y observaciones de comportamiento seguro.

- **Programa de prevención de accidentalidad en tareas de alto riesgo: trabajos en alturas:**

Este programa se empezó a ejecutar en el Comité Cauca a partir del año 2010 y se puede considerar como un nuevo componente.

En los resultados de la última auditoría, se pudo evidenciar que en el 2011 se cumplieron el 64.71% de los criterios evaluados.

Los criterios que se evaluaron y se cumplieron fueron: existe registro de los trabajos en que se identifica el riesgo, existe un listado de los trabajadores directos y contratistas expuestos a tareas en alturas, evidencia de un registro de análisis de riesgo por oficio para cada tarea en alturas, definición de estándares de seguridad para cada trabajo en alturas, evidencia de suministro de equipos de protección a los trabajadores para estas tareas y sistemas de permiso para trabajo en alturas.

Por otra parte, no se cumplieron con los siguientes criterios de evaluación: ejecución de adecuaciones de infraestructura para trabajos en alturas, implementación de líneas de vida, inspecciones de seguridad en tareas en alturas y observaciones de comportamiento seguro de tareas en alturas.

- **Programa de intervención de la relación con contratistas:**

Con el fin de asegurar el cumplimiento de los requisitos de seguridad y salud ocupacional en la relación con contratistas, se empezó a evaluar este programa en la auditoría del año 2011 y en dicho año no se cumplió con ninguno de los criterios evaluados.

Los aspectos que se deben ejecutar en el año 2012 para cumplir con lo establecido en la auditoría para este componente son: planeación de la seguridad y salud ocupacional en proyectos ejecutados por contratistas, solicitud y formalización de requerimientos de seguridad y salud ocupacional a contratistas, verificación de cumplimiento de criterios de seguridad y salud ocupacional a contratados, análisis del trabajo seguro del proyecto y seguimiento al desarrollo en seguridad y salud ocupacional del proyecto.

El Programa de Salud Ocupacional de la empresa para el año 2012 estableció dos nuevos componentes para ejecutar a partir del presente año, estos nuevos componentes se implementaron en consecuencia a que en el transcurso del año 2011 se registraron en la Federación, accidentes laborales relacionados con estos riesgos. Los nuevos componentes han sido denominados **Programa de Prevención de Caídas a Nivel** y **Programa de Seguridad para el Desplazamiento en Equinos**.

- **Programa de prevención de caídas a nivel:**

Este programa en el transcurso del año debe estar identificado en el panorama de factores de riesgo, se deben cumplir con actividades de comunicación y sensibilización sobre este riesgo, debe existir una formulación y promoción de mecanismos de apoyo durante la de ambulación por área rural, se debe realizar una capacitación a los colaboradores sobre uso de apoyos en el área rural, se deben formular estándares de seguridad para actividades con riesgo de caídas a nivel y es necesario hacer inspecciones de seguridad y observaciones de comportamiento seguro.

- **Programa de seguridad para el desplazamiento en equinos:**

Los criterios de evaluación que se han establecido para este componente son la identificación del programa en el panorama de factores de riesgos, se debe comunicar y sensibilizar a los colaboradores sobre el riesgo de desplazamiento en equinos, ofrecer una capacitación para este tipo de desplazamiento, definir estándares de seguridad para desplazamiento en equinos y se deben realizar inspecciones de seguridad y observaciones de comportamiento seguro.

4.2 EJECUCIÓN DEL COMPONENTE DE SALUD ADMINISTRADA CON ENFOQUE DE RIESGO

El componente de Salud Administrada con enfoque de riesgo pertenece al Subprograma de Medicina Preventiva y del Trabajo, que tiene como objetivo promover el mejoramiento y mantenimiento de las condiciones generales de salud y de la calidad de vida de los trabajadores.

Las actividades que se realizaron en la ejecución de este componente se orientaron a promocionar la salud a través del auto cuidado y a prevenir e intervenir en los factores de riesgo que pueden afectar la salud de los colaboradores generando enfermedades de origen común y enfermedades laborales.

4.2.1 Evaluaciones médicas ocupacionales periódicas

Hasta el año 2011 en la Federación de Cafeteros se realizaba la actualización de las encuestas de riesgo a los colaboradores de nómina con mínimo dos años de antigüedad en la empresa. En el Comité Cauca la última actualización de las encuestas se hizo en el 2011, a los trabajadores de las seccionales Morales, Piendamó, Tambo, Rosas, Bordo, Santander y Oriente, quedando pendiente de realizar en el 2012 a los colaboradores de la sede principal y de las seccionales Suárez y Popayán.

Este año, dentro del Sistema de Seguridad y Salud Ocupacional de la Federación de Cafeteros se hizo una modificación a esta actividad, la cual consiste en cambiar la aplicación de las encuestas de riesgo por la realización de evaluaciones médicas ocupacionales periódicas.

La resolución 2346 de 2007, que regula la práctica de las evaluaciones médicas ocupacionales (EMO) y el manejo y contenido de las historias clínicas ocupacionales, establece en el artículo 5 del capítulo II que las EMO periódicas

programadas “se realizan con el fin de monitorear la exposición a factores de riesgo e identificar en forma precoz posibles alteraciones temporales, permanentes o agravadas del estado de salud del trabajador, ocasionadas por la labor o por la exposición al medio ambiente de trabajo. Así mismo, para detectar enfermedades de origen común, con el fin de establecer un manejo preventivo”.

- **Objetivos de la realización de las evaluaciones médicas ocupacionales periódicas a los colaboradores del Comité de Cafeteros del Cauca:**

- Identificar el estado de salud actual y la evolución de los colaboradores del Comité Departamental de Cafeteros del Cauca.
- Identificar los riesgos de origen común de los colaboradores.
- Prevenir enfermedades de origen común a través de campañas de promoción y prevención.
- Intervenir en los riesgos de origen común detectados en las EMO.

- **Realización de la actividad:**

Los exámenes ocupacionales se practicaron inicialmente a los 8 colaboradores de la seccional Suárez que contaban con más de dos años de antigüedad en la empresa. Para mayor facilidad se programaron los exámenes en el municipio de Santander de Quilichao, los cuales se realizaron en el transcurso de una mañana con el apoyo de un médico especialista en Salud Ocupacional.

Posteriormente, se programaron las EMO para los colaboradores de la sede principal y de la seccional Popayán, citando a un total de 43 personas. Estos últimos exámenes se hicieron en las instalaciones del Comité Cauca en la ciudad de Popayán. **(Ver Anexo A. Listados de asistencia Evaluaciones Médicas Ocupacionales).**

A los colaboradores de las otras seccionales no se les realizó EMO este año, en razón a que a ellos se les practicó el año anterior y estas evaluaciones se programan para realizarse cada dos años.

El total de colaboradores del Comité de Cafeteros del Cauca, que se vieron beneficiados en el 2012 con la aplicación de las EMO se resume en la siguiente tabla:

Tabla 4. Población beneficiada evaluaciones médicas ocupacionales periódicas

Seccional	Número de trabajadores evaluados por seccional	Total población evaluada (%)
Sede Administrativa	31	32.9%
Popayán	12	
Suárez	8	
Total	51	

Fuente: Listados de Evaluaciones Médico Ocupacionales

Una vez finalizados los exámenes médicos se solicitó al médico especialista en salud ocupacional, un diagnóstico general de salud de los trabajadores del Comité a los que se les practicó el examen. La finalidad del diagnóstico es identificar las principales patologías encontradas, cuales deben ser las medidas preventivas y correctivas pertinentes, y cuales son las recomendaciones médico laborales para cada colaborador. El diagnóstico fue entregado por el médico al área de Gestión Humana y la información contenida en este es confidencial.

4.2.2 Campañas dirigidas a la detección temprana de enfermedades más comunes

Con el fin de generar conciencia de auto cuidado en los empleados del Comité Cauca y prevenir enfermedades de origen común tales como: hipertensión, sobrepeso, enfermedades digestivas, enfermedad cardiovascular, cáncer de próstata, cáncer de cuello uterino, cáncer de mamá, entre otras, se planearon y ejecutaron campañas educativas dirigidas a todos los colaboradores del Comité, tanto empleados de nómina como contratistas.

- **Difusión de mensajes educativos:**

La difusión de estos mensajes se realizó a través de medios electrónicos, haciendo uso del “Cafecito Saludable”, una herramienta con la que cuenta el área de Gestión Humana del Comité Cauca y que tiene como fin dar a conocer actividades y temas de interés relacionados con el programa de Seguridad y Salud Ocupacional de esta dependencia.

Al inicio de la pasantía se propusieron unos temas para promocionar en el Cafecito Saludable, buscando que cada mes se dedicará a un tema en especial. Para la programación de los temas se contó con el apoyo de la Coordinadora de Gestión Humana. Posteriormente, se presentó la propuesta de los temas a una Fisioterapeuta, quien se encargó del contenido de la información para cada Cafecito. Una vez recibido el documento de la Fisioterapeuta con la información respectiva, se procedió a la elaboración de cada Cafecito de una forma agradable para el receptor.

Los mensajes fueron difundidos cada semana con un tema que generara conciencia a todas las personas que recibían el Cafecito. Estas campañas fueron enviadas a todos los correos de los trabajadores de la dependencia y se publicaron en las carteleras del Comité Departamental.

Entre las campañas de prevención que se promocionaron se encuentran:

- Auto examen de seno.
- Citología cervico vaginal.
- Cáncer de próstata.
- Sobrepeso y obesidad.
- Diabetes.

Figura 2. Cafecito Saludable promoción auto examen de seno



CAFECITO
Saludable

Conozca los cuatro pasos para realizar correctamente el auto examen de seno.

El examen personal de seno es uno de los métodos más eficaces y que tiene la mujer a su alcance para el diagnóstico precoz del cáncer de mama.

Este examen consiste en la palpación detallada de cada seno para detectar la aparición de alguna alteración o anomalía.

Es muy importante que se realice cada mes con el fin de que la mujer se familiarice con la apariencia y consistencia de sus senos.

**CÁNCER DE MAMA
TÓMATELO
A PECHO**

Recuerda que el Comité quiere ayudarte a ser saludable así que practica el auto examen mensualmente.

**Auto examen de senos
(Breast Self-Examination)**

1. Acuéstese y coloque su brazo izquierdo debajo de la cabeza. Examine el seno izquierdo con su mano derecha. Recorra toda la región de su seno con un pequeño movimiento circular, usando sus 3 dedos centrales. Fíjese si siente un bulto, un nódulo duro o una zona más gruesa. Use tres niveles de presión distintos sobre cada zona del seno: leve, mediano y firme. Examine todo el seno, desde la clavícula en la parte de arriba del seno hasta las costillas debajo del seno. Cambie de brazo y repita con el otro seno.
2. Fórese delante de un espejo y mírese los senos, con las manos apoyadas firmemente sobre su cadera. Fíjese si ve bultos, nuevas diferencias de tamaño y forma, e inflamación o pliegos en la piel.
3. Levante un brazo y después el otro para ver si tiene bultos debajo de los brazos.
4. Exprima suavemente el pezón de cada uno de sus senos entre el dedo pulgar e índice. Si nota una descarga de fluido de los pezones o cualquier bulto o cambio en sus senos, infórmele de inmediato a su profesional médico.

© 2007 TheaHealth and/or its affiliates. All rights reserved.

**F.T. Maria Lucia Paz Medina
Esp. Ejercicio Físico para la Salud**

Figura 3. Cafecito Saludable cuidado aparato digestivo



CUIDANDO NUESTRO APARATO DIGESTIVO

Hola!!! Hoy queremos enseñarte sobre cómo cuidar el aparato digestivo, a veces nos aquejan molestias gástricas como la gastritis, el reflujo y en el peor caso las úlceras, situaciones que podrían prevenirse con hábitos saludables como los que se presentan a continuación.

Debemos cuidar nuestra higiene porque nuestro cuerpo es para toda la vida. Por eso, también tenemos que cuidar la higiene del aparato digestivo. Debemos lavarnos las manos antes de comer, ya que en nuestras manos hay miles de bacterias que podemos introducir en nuestro cuerpo y perjudicarlo.

También debemos comer siempre a las mismas horas para que nuestro organismo se acostumbre a una dieta y que no pida comida a otras horas, lo mejor es comer fraccionadamente entre cinco y seis veces al día, es decir dividir las tres grandes comidas que culturalmente estamos acostumbrados a comer en seis pequeñas fracciones.

Debemos masticar bien los alimentos para que nuestro organismo los pueda asimilar mejor y no tomar alimentos, ni demasiado fríos, ni demasiado calientes. Si los tomamos muy calientes podríamos dañar nuestra lengua, boca y garganta.

Otra cosa que debemos hacer es cepillar siempre los dientes, ya que es nuestra única herramienta para comer y debemos combatir la caries y las enfermedades que perjudican nuestros dientes.

Tenemos que procurar no hacer ejercicios bruscos ni bañarnos durante el periodo de digestión, es decir 1 o 2 horas después de las comidas, pues nuestra sangre está ocupada haciendo ese trabajo y podríamos provocar un shock que podría producirnos hasta la muerte.

Haciendo todo esto tendremos nuestro organismo más sano y más cuidado.

Espera mas contenidos saludables la próxima semana.





F.T. Maria Lucia Paz Medina
Esp. Ejercicio Físico para la Salud

Figura 4. Cafecito Saludable prevención diabetes



Conociendo y previniendo la diabetes.

La Diabetes Mellitus es una enfermedad crónica del metabolismo que se manifiesta por niveles de glucosa en sangre elevados, debido a una secreción o acción deficiente de la insulina, producida por el páncreas.

Se calcula que, actualmente, hay 17 millones de personas que padecen la enfermedad en todo el mundo y que esta cifra se duplicaría al doble hacia el año 2030 (O.M.S.).

DIABETES

CONOCE LOS SINTOMAS



Complicaciones:

- 1) Enfermedad cardiovascular: es la principal causa de morbilidad y muerte en los diabéticos y aumenta cuando se agrega hipertensión arterial, hiperlipemia o tabaquismo.
- 2) Nefropatía diabética: es la principal causa de insuficiencia renal terminal en los adultos.
- 3) Neuropatía diabética: es la complicación más frecuente.
- 4) Retinopatía diabética: constituye un problema médico social por su capacidad de llevar a la ceguera permanente.

Medidas preventivas:

Las medidas preventivas tienen por meta alcanzar el mejor control posible de la glucemia y para ello es necesario:

- 1) Mantener una nutrición adecuada evitando la ingesta exagerada de azúcares y grasas.
- 2) Realizar ejercicios físicos todos los días, por el lapso de 30 minutos.
- 3) Evitar el sobrepeso, la obesidad, el tabaquismo y la hipertensión arterial.
- 4) Evitar las complicaciones y la discapacidad a través de una intervención médica oportuna.
- 5) Autocontrol de las piernas y pies consultando ante cualquier alteración de la coloración de la piel, la aparición de ampollas, grietas o lesión.
- 6) Autoanálisis domiciliarios antes y dos horas después de las comidas.

Cambiando el estilo de vida y los hábitos alimentarios, es la principal forma de prevenir la diabetes y sus complicaciones, logrando mejorar la calidad de vida.

Espera en una próxima edición, mas contenido saludable.

Tomado de: <http://www.uba.ar/extension/salud/difusion/nota17.php>

SI PADECES ALGUNO, ACUDE AL MÉDICO.

F.T. Maria Lucia Paz Medina
Esp. Ejercicio Físico para la Salud

- **Brigada de salud:**

Se programó una brigada de salud en las instalaciones del Comité Departamental, en la cual se contó con el apoyo de la empresa de salud Home Health. En el desarrollo de esta jornada los colaboradores que asistieron se vieron beneficiados con los servicios de oximetría, cálculo del índice de masa corporal y toma de presión.

La información sobre la jornada se envió a los correos de los colaboradores que tienen su oficina en la sede principal del Comité y se elaboró la siguiente invitación:

Figura 5. Invitación brigada de salud



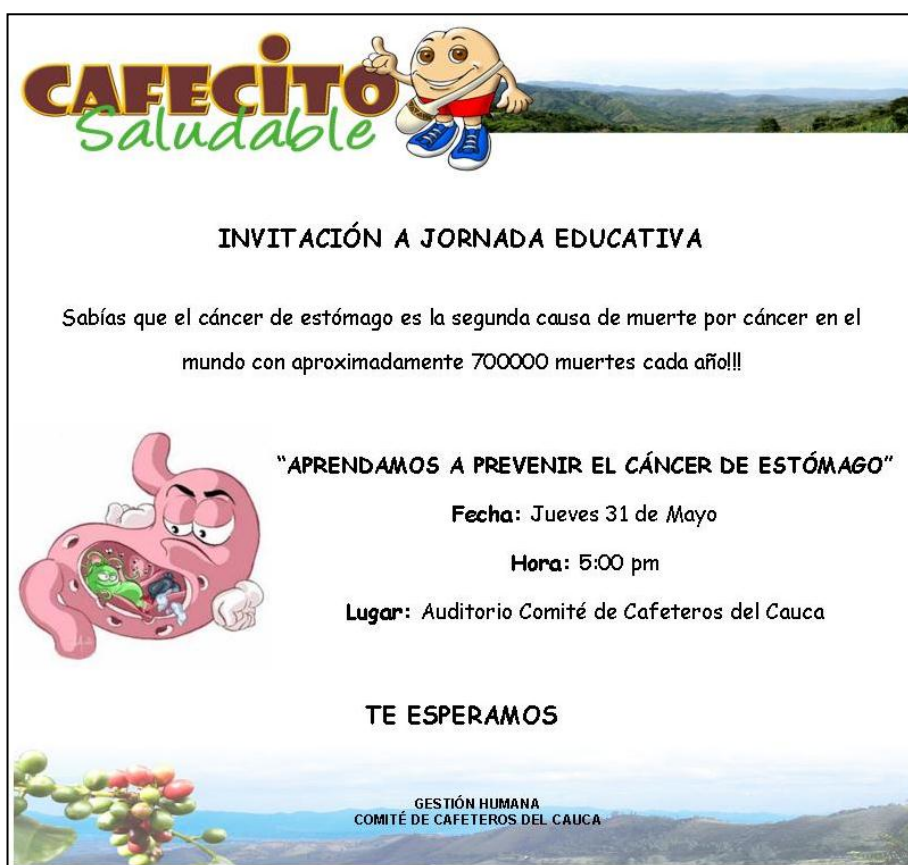
- **Jornada educativa sobre prevención de cáncer de estómago:**

El cáncer de estómago es uno de los temas que mas ha llamado la atención últimamente en la sociedad, dado el aumento que se ha presentado de casos de personas con esta enfermedad a nivel mundial.

Con el fin de que los colaboradores conocieran sobre esta enfermedad, como estar atentos ante cualquier síntoma y como detectarla a tiempo, se programó una jornada educativa sobre prevención del cáncer de estómago, la cual fue orientada por una enfermera profesional de la Nueva EPS.

La información sobre la jornada se hizo a través de correo electrónico, publicación en lugares visibles de la sede principal y el día del evento se invitó personalmente a todos los empleados de las oficinas del Comité Departamental.

Figura 6. Invitación jornada educativa prevención cáncer de estómago



Con la información que se dio en la jornada se vieron beneficiadas 25 personas que aceptaron y asistieron a la invitación; es decir el 16.12% de los colaboradores se beneficiaron con la actividad. **(Ver Anexo B. Listado de asistencia prevención cáncer de estómago).**

4.3 EJECUCIÓN DEL COMPONENTE DE SEGURIDAD VIAL

El componente de seguridad vial hace parte del Subprograma de Seguridad Industrial y representa el principal riesgo de seguridad de la Federación de Cafeteros a nivel nacional, pues la mayor causa de accidentes laborales que se reportan en cada dependencia, incluyendo al Comité de Cafeteros del Cauca, están involucrados con este riesgo. Por esta razón, este componente es una de las prioridades del Programa de Seguridad y Salud Ocupacional para el año 2012.

Este componente contempla tanto los riesgos al conducir motocicletas, como los riesgos para conductores de vehículos; sin embargo, en el desarrollo de la pasantía se hizo énfasis en la intervención del riesgo de tránsito para motociclistas, porque es el riesgo que mayor presenta registro de accidentes laborales en la dependencia. La relevancia de este riesgo se da porque muchos de los de los colaboradores de la empresa, en su mayoría los que pertenecen al servicio de extensión, deben hacer uso de sus motocicletas para poder realizar sus actividades laborales diariamente.

Las actividades que se planearon y ejecutaron para cumplir con este componente fueron:

4.3.1 Actualización del diagnóstico administrativo del parque automotor

El diagnóstico administrativo del parque automotor para el Comité de Cafeteros del Cauca, también denominado “Diagnóstico Administrativo y Evaluación del

Riesgo de Tránsito”, fue elaborado en Septiembre del año anterior por la empresa Prevent Salud Ltda, basándose en el modelo para la prevención de accidentes de tránsito de la Administradora de Riesgos Laborales - ARL SURA. La finalidad del diagnóstico es determinar el grado de riesgo de tránsito para la empresa e identificar los aspectos críticos que ameritan atención, para prevenir la ocurrencia de accidentes laborales relacionados con este riesgo.

La actualización de este diagnóstico se realizó a partir del documento inicial, haciendo unos ajustes a los resultados obtenidos el año anterior y que se evaluaron en la lista de verificación del modelo. Para la actualización se contó con la información y las evidencias requeridas, algunas de las cuales se completaron con la ejecución de la pasantía.

De acuerdo con las calificaciones obtenidas mediante la aplicación de la lista de verificación del diagnóstico, se llegó a la conclusión de que el Comité Cauca, paso de ubicarse el año anterior en un MODERADO NIVEL de riesgo de tránsito, a un BAJO NIVEL en lo corrido de este año. Lo anterior, teniendo en cuenta que se han tomado medidas preventivas que permitan controlar y disminuir este tipo de accidentes laborales. **(Ver Anexo C. Diagnóstico administrativo del parque automotor).**

4.3.2 Campaña de educación vial “Las 10 herramientas que garantizan mi seguridad en la vía”

Gran cantidad de los accidentes viales que se presentan al conducir motocicletas son causados por la imprudencia de los propios conductores; incluso en el Comité de Cafeteros del Cauca, muchas de las causas de los accidentes laborales que se presentan por este riesgo son ocasionados, en parte, por actos inseguros que realizan los colaboradores al conducir sus motos.

Con el objetivo de generar consciencia en los trabajadores sobre este riesgo y prevenir los accidentes de tránsito en motocicleta, se creó un material en el que se

dan a conocer unos consejos de seguridad para poner en práctica a la hora del desplazamiento en este tipo de vehículos.

Figura 7. Campaña seguridad vial “Las 10 herramientas que garantizan mi seguridad en la vía”



LAS 10 HERRAMIENTAS QUE GARANTIZAN MI SEGURIDAD EN LA VIA

Hola!!! Queremos compartir con ustedes algunas recomendaciones de seguridad vial para tener en cuenta a la hora de conducir motocicletas.



1. Uso un buen casco.
2. Respeto las señales de tránsito.
3. Manejo siempre a la defensiva y me anticipo a las emergencias.
4. Manejo mas despacio que lo que mi moto y capacidad me permiten. En caso de imprevistos manejo mejor las situaciones.
5. Mantengo la presión del aire en las llantas recomendada por el fabricante.
6. Siempre reviso mi moto o carro antes de usarla.
7. Siempre utilizo los dos frenos cuando voy a detenerme.
8. Siempre mantengo la derecha y no adelanto entre vehículos.
9. Uso las direccionales siempre que está indicado.
10. No consumo sustancias que contengan alcohol cuando estoy manejando.



Recuerda:

“MI SEGURIDAD EN LA VÍA, ES LA CLAVE DE MI BIENESTAR”

Fuente: Dr. José Humberto Devia



Esta campaña se compartió a todos los correos de los empleados del Comité, se publicó en las carteleras de la sede principal y se solicitó de una forma especial a las auxiliares administrativas de las seccionales que lo publicaran en lugares visibles de cada sede. Así mismo, se hizo entrega de este material impreso a los colaboradores de las seccionales Piendamó y El Tambo, en una capacitación en la

que cada grupo estuvo reunido (**Ver Anexo D. Listado de entrega de estándares de comportamiento seguro**).

El mensaje con la campaña también se envió al Director de Servicios de Salud de toda la Federación, quién reconoció la importancia y calidad del material, lo socializó con todos las dependencias de la empresa a nivel nacional y sugirió que lo implementaran en cada una de estas.

4.3.3 Inspecciones de seguridad

Las inspecciones de seguridad es una de las actividades que hace parte de la ejecución del componente de seguridad vial. Este aspecto es de gran importancia porque permite identificar las posibles causas de los accidentes de trabajo relacionados con riesgo de tránsito y establecer medidas preventivas para controlar estos accidentes.

Para realizar las inspecciones de seguridad se utilizó el “Formato de Inspección para Motocicletas”⁹ (**Ver Anexo E. Formato de inspección para motocicletas Comité de Cafeteros del Cauca – Cero accidentes de motociclistas**), el cual fue también de gran utilidad para actualizar el listado de conductores de motocicletas del Comité Departamental de Cafeteros del Cauca.

Los formatos fueron entregados a los coordinadores de las seccionales, quienes a su vez son líderes de seguridad vial en cada una de sus sedes correspondientes, para ser diligenciados con cada colaborador que conduzca moto. De las nueve seccionales, siete hicieron entrega de los formatos debidamente diligenciados y dos seccionales quedaron pendientes de entregar. Fueron recibidas 8 inspecciones de seguridad de la Seccional Oriente, 11 de Bordo, 13 de Rosas, 9 de Piendamó, 6 de Morales, 9 de Santander y 5 de Suárez, para un total de 61

⁹ Tomado de Diagnóstico Administrativo Riesgo de transito SURATEP – elaboró: Carlos Velásquez – Profesional en prevención de riesgos. SURATEP Regional Antioquia.

colaboradores que conducen moto. **(Ver Anexo F. [CD-ROM] Inspecciones seguridad vial Comité Cauca).**

En las inspecciones se tuvo en cuenta dos aspectos generales a evaluar: los elementos de protección personal y la apariencia de la moto. Para cuantificar los resultados totales de las inspecciones, se clasificaron las calificaciones de los parámetros evaluados con los valores 1 y 0, así:

- Para los elementos de protección personal: 1 = si tiene; 0 = no tiene.
- Para la calificación de la apariencia de la moto: 1 = la parte evaluada está en buen estado; 0 = la parte evaluada está en mal estado.

Los resultados obtenidos en las inspecciones de seguridad se presentan a continuación:

Tabla 5. Resultados inspecciones seguridad vial – Elementos de protección personal

		Elementos de protección personal (Si = 1 ; No = 0)							
Moto		Licencia de conducción	Casco en buen estado	Debidamente identificado	Gafas en buen estado	Guantes en buen estado	Posee impermeable	Utiliza zapatos antideslizantes	SOAT actualizado
Seccional Oriente	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	2	1	1	1	1	1	1	1	0
	3	1	1	1	1	1	1	1	1
	4	1	1	1	1	1	1	1	1
	5	1	1	1	1	1	1	0	1
	6	1	1	1	1	1	1	1	1
	7	1	1	1	1	1	1	1	1
	8	1	1	1	1	1	0	1	1
Seccional Bordo	9	1	1	1	1	1	1	1	1
	10	1	1	0	1	1	1	1	1
	11	1	1	1	1	1	1	1	1
	12	1	1	1	1	1	1	1	1
	13	1	1	1	1	1	1	1	1
	14	1	1	1	1	1	1	1	1
	15	1	1	1	1	1	1	1	1
	16	1	1	1	1	1	1	0	1
	17	1	1	1	1	1	1	0	1
	18	1	1	1	1	1	1	1	1

	19	1	1	1	1	1	1	1	1
Seccional Rosas	20	1	1	1	1	1	1	1	1
	21	1	1	1	0	1	1	0	1
	22	1	0	0	1	0	1	0	1
	23	1	1	1	1	1	1	1	1
	24	1	1	1	1	0	1	1	1
	25	1	1	1	0	0	0	1	1
	26	1	1	1	1	1	1	0	1
	27	1	1	0	1	1	1	0	0
	28	1	1	1	0	1	1	1	1
	29	1	1	1	1	0	1	1	1
	30	1	1	1	0	1	1	0	1
	31	1	0	1	0	1	1	0	1
Seccional Piendamó	32	1	1	0	0	0	1	0	1
	33	1	1	0	0	1	0	1	0
	34	1	1	1	0	1	1	0	1
	35	1	1	1	1	1	1	1	1
	36	1	1	0	0	0	0	0	1
	37	1	1	1	0	1	1	1	1
	38	1	1	1	1	1	1	0	1
	39	1	1	0	1	1	1	1	0
Seccional Morales	40	1	1	0	1	0	1	1	1
	41	1	1	0	0	0	1	1	1
	42	1	1	0	0	1	1	1	1
	43	1	1	0	1	1	1	1	1
	44	1	1	0	1	1	1	1	1
	45	1	1	1	1	1	1	1	0
Seccional Santander	46	1	1	0	0	1	1	1	0
	47	0	0	0	1	1	1	1	0
	48	1	1	0	1	0	1	1	1
	49	1	1	0	1	1	1	1	0
	50	1	1	1	1	1	1	1	0
	51	1	1	0	1	0	1	1	1
	52	1	1	1	1	1	1	1	1
	53	1	1	1	1	1	1	1	1
Seccional Suárez	54	1	1	0	1	0	1	1	1
	55	1	1	1	1	0	1	1	0
	56	1	0	0	1	0	1	1	1
	57	1	1	0	1	1	1	1	1
	58	1	1	0	1	1	1	0	1
59	1	1	1	1	0	1	1	1	
60	1	1	0	0	0	1	1	1	
61	1	1	0	0	1	1	1	1	

Analizando los resultados de los parámetros evaluados en los elementos de protección personal se encontró que:

- El 98.3% de los conductores de motocicleta tienen licencia de conducción, es decir que de los 61 colaboradores, 60 tienen licencia y 1 no la tiene.
- El 93.4% utiliza un casco en buen estado, lo que equivale a 57 personas que cumplen adecuadamente con este importante aspecto.
- Solo el 62.3% (38 personas) de los colaboradores que conducen moto están debidamente identificados, siendo este el resultado mas negativo.
- En total son 46 los colaboradores que usan gafas al conducir y las tienen en buen estado, equivalente al 75.4%
- El 73.7% usa guantes para conducir y los tienen en buen estado, es decir que solo 45 personas hacen uso de este elemento.
- De las 61 personas, 58 poseen impermeable a la hora de conducir, lo que equivale al 95.1% de las personas evaluadas.
- Los zapatos antideslizantes al conducir los usan 77% de los colaboradores, en otras palabras 47 personas hacen uso de zapatos antideslizantes al conducir y 14 no lo hacen.
- Finalmente, 51 colaboradores que equivale al 83.6% de los evaluados, cuentan con el SOAT actualizado. Están pendientes por actualización del SOAT 10 colaboradores.

En el siguiente cuadro se relacionan los resultados obtenidos en las inspecciones de seguridad en cuanto a la apariencia de la moto.

Tabla 6. Resultados inspecciones seguridad vial – Apariencia de la moto

		Apariencia de la moto (Buen Estado = 1 ; Mal Estado = 0)															
		Moto	Retrovisores	Pito	Comandos	Control de ignición	Direccionales	Luces	Amortiguadores	Mofle	Freno	Llantas, rines y radios	Protector de cadena	Sistema de transmisión de fuerza	Fugas de aceite o gasolina	Velocímetro	Sistema de embrague
Seccional Oriente	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	
Seccional Bordo	9	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Seccional Rosas	20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	

	26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	27	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	28	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
	30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Seccional Piendamó	33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
	34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	35	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	36	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
	37	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	38	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	39	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	41	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Seccional Morales	42	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	43	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	44	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
	45	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	46	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
	47	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1
Seccional Santander	48	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	49	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1
	50	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	51	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	52	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	53	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	54	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1
	55	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1

	56	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1
Seccional Suárez	57	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	58	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
	59	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	60	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	61	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1

De la tabla anterior se puede concluir que:

- El 100% de las motos inspeccionadas cuentan con un control de ignición en buen estado.
- De las motos evaluadas, 60 tienen en buen estado los amortiguadores, el mofle, el freno y el sistema de embrague, es decir que el 98.3% cuentan adecuadamente con estas características.
- El sistema de transmisión de fuerza esta en buen estado en el 96.7% de las motocicletas, 59 motos.
- El 95.1% de estas motos (58 motos), tienen en buen estado las llantas, rines y radios, y las fugas de aceite y gasolina.
- De las motos, 57 cuentan y tienen en buen estado los retrovisores y el pito, es decir el 93.4% de las motos inspeccionadas.
- Los comandos, los direccionales y el protector de cadena se encuentran en buen estado en el 91.8% de las motos, este porcentaje equivale a 56 motos.
- El 86.8% de las motos cuenta en buen estado con las luces traseras y delanteras, lo que significa que 53 motos cumplen correctamente con este aspecto evaluado.
- De las motos inspeccionadas 52 (85.2%), tienen en buen estado el velocímetro.

Los resultados anteriores, se socializaron a los correos de los colaboradores con la siguiente información:

*Señores
Extensionistas*

Cordial saludo,

Como es de su conocimiento hace unos meses se realizaron inspecciones de seguridad vial, con el fin de identificar el estado actual de sus motocicletas. Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en dichas inspecciones, nos permitimos hacer las siguientes recomendaciones:

- Hacer uso adecuado del casco; las personas que no tienen el casco en buen estado, se recomienda que adquieran uno que sea certificado. Se ha comprobado que el uso del casco reduce en un 75% los resultados fatales en caso de accidente.*
- Los elementos de protección personal deben estar en buen estado, pues estos reducen la gravedad de los accidentes de tránsito.*
- Es importante que todos tengan el SOAT actualizado. Recuerden que la empresa da facilidad de crédito a los Extensionistas que requieran compra de este seguro.*
- Las personas que tengan su motocicleta muy antigua o que se encuentre en mal estado y estén interesados en adquirir nuevas motocicletas, en la segunda versión de la Feria de la Salud se contará con la presencia de Supermotos del Cauca, quienes ofrecerán mayor facilidad de compra a los colaboradores del Comité.*

4.3.4 Observaciones de comportamiento seguro

De acuerdo al Programa de Seguridad y Salud Ocupacional de la Federación Nacional de Cafeteros para el año 2012, se implementó las observaciones de comportamiento seguro como nueva actividad de este componente.

Las observaciones de comportamiento tienen como objetivo identificar y tomar medidas preventivas y correctivas de los actos inseguros que realizan los colaboradores al conducir sus motocicletas y que por no corregirse a tiempo pueden ocasionar accidentes laborales.

La empresa no tiene establecida una lista de verificación para realizar las observaciones de comportamiento seguro del Programa de Seguridad Vial, razón por la cual en la ejecución de la pasantía se propuso y se creó un modelo como herramienta para aplicar en esta actividad.

La lista de verificación que se elaboró para este componente fue aprobada por el área de Gestión Humana del Comité Cauca y será utilizada para realizar observaciones de comportamiento seguro periódicamente. A continuación, se muestra la lista de verificación que se aportó al componente de seguridad vial del Comité de Cafeteros del Cauca.

Figura 8. Lista de verificación observaciones de comportamiento seguro – seguridad vial

MODELO DE OBSERVACIONES DE COMPORTAMIENTO SEGURO PROGRAMA DE SEGURIDAD VIAL - MOTOCICLETAS COMITÉ DEPARTAMENTAL DE CAFETEROS DEL CAUCA			
FECHA: _____		SECCIONAL: _____	
NOMBRE: _____		CARGO: _____	
Criterio de Evaluación	Cumple	No Cumple	No se Observo
Cuenta con todos los elementos de protección personal al conducir (casco, guantes, chaleco, botas, gafas).			
Hace uso adecuado de los elementos de protección cuando conduce.			
Hace inspección periódica de la moto antes de conducirla.			
Mantiene una adecuada posición corporal al conducir.			
Conduce la moto a una velocidad apropiada respetando los límites de velocidad establecidos por la Ley.			
Respetar las señales de tránsito.			
Conduce con las dos manos.			
Evita realizar maniobras peligrosas.			
Indica con anticipación los cambios y giros de carril, usando las direccionales de la moto.			
Guarda la distancia con respecto a otros vehículos.			
Reduce la velocidad si esta lloviendo y si la carretera no se encuentra en buen estado.			
Mientras conduce la motocicleta evita hablar por celular.			
Evita distracciones al conducir.			
Las condiciones del terreno por donde conduce son buenas.			
Observaciones:			
Nombre de quien realizó la observación: _____			
Firma del colaborador: _____			

Fuente: Elaboración propia

4.4 EJECUCIÓN DEL COMPONENTE DE DESPLAZAMIENTO EN EQUINOS

Como se mencionó anteriormente, el componente de desplazamiento en equinos es uno de los nuevos componentes del programa de Seguridad y Salud Ocupacional de la empresa para el 2012, teniendo en cuenta que se identificó como un factor de riesgo para los colaboradores. El objetivo de este componente es disminuir la incidencia y prevalencia de caídas y lesiones causadas por el desplazamiento en equinos en los colaboradores de la Federación Nacional de Cafeteros de Colombia.

4.4.1 Capacitación sobre desplazamiento en equinos

Como parte de la ejecución de este componente se realizó una capacitación con el apoyo de la Policía de Carabineros el día 3 de Julio de 2012 en las instalaciones del Comando de Policía Cauca en la ciudad de Popayán.

- **Objetivos de la capacitación:**

- Prevenir la ocurrencia de accidentes laborales relacionados al riesgo de desplazamiento en equinos.
- Identificar los aspectos generales a tener en cuenta para el desplazamiento en equinos.
- Conocer los elementos necesarios que se requieren para un adecuado desplazamiento en equinos.
- Contar con la participación de extensionistas de diferentes seccionales para que difundan entre sus compañeros la información obtenida en la capacitación.

- **Realización de la actividad:**

Para poder realizar la capacitación de desplazamiento en equinos, se solicitó la colaboración de la Policía de Carabineros, seccional Cauca, con el fin de que brindaran un espacio para enseñar a los colaboradores del Comité sobre

estándares de seguridad y aspectos relacionados con el adecuado manejo de equinos; la policía de carabineros dio respuesta positiva a la solicitud y se acordó realizar la actividad el día 3 de Julio de 2012 entre las 9:00 am y las 12:00 pm.

La capacitación se dirigió a los extensionistas de las diferentes seccionales y en total se seleccionaron 15 colaboradores quienes se invitaron a participar en la actividad. De los colaboradores invitados asistieron 13 personas a la capacitación. **(Ver Anexo G. Listado de asistencia a capacitación de desplazamiento en equinos).**

Se seleccionaron y capacitaron a colaboradores de varias seccionales con el fin de que se convirtieran en replicadores de los conocimientos adquiridos para que todos los colaboradores apliquen estos conocimientos y se puedan prevenir accidentes laborales como consecuencia de este riesgo. Sin embargo, de acuerdo a la Policía de Carabineros se pueden realizar más capacitaciones para beneficiar a muchos más colaboradores.

La capacitación fue práctica y se abordaron temas relacionados con la salud de los equinos, la forma adecuada de ensillar a los caballos, la posición correcta para montar y recomendaciones de seguridad para el manejo de estos animales. Igualmente se dio la oportunidad que los colaboradores montaran en caballos y aplicaran lo que aprendieron en la jornada.





4.5 EJECUCIÓN DEL COMPONENTE DE CAÍDAS AL MISMO NIVEL

Al igual que el componente de equinos, este componente se definió y empezó a ejecutarse a partir de este año, debido a que se han registrado accidentes laborales en todas las dependencias a causa de estas caídas. Igualmente, este componente se ha establecido como una de las prioridades del Sistema de Seguridad y Salud Ocupacional de la Federación Nacional de Cafeteros para el 2012.

Los colaboradores de la empresa pueden sufrir caídas al nivel en la oficina o en zonas rurales; sin embargo, en la mayoría de las ocasiones y en los accidentes que se han reportado los mas afectados son los Extensionistas, quienes se ven involucrados con este riesgo al desplazarse por terrenos rurales, transitando por caminos irregulares, resbalosos y poco aptos para caminar.

Las caídas al nivel representan la segunda causa de accidentes laborales registrados en el Comité de Cafeteros del Cauca. Con el fin de intervenir en la ocurrencia de este tipo de accidentes, se realizaron actividades promoviendo el auto cuidado como factor clave en la prevención de riesgos laborales.

4.5.1 Campaña prevención caídas al nivel “Un caminante a la defensiva”

Como una forma de sensibilizar a los colaboradores sobre uno de los riesgos a los que más expuestos se encuentran y poner en práctica aspectos de seguridad para prevenir accidentes por caídas al mismo nivel, se diseñó un material con estándares de seguridad para actividades con este riesgo.

El material se elaboró de una manera que llamara la atención de todos los empleados que recibieron la campaña, empezando con el nombre dado al mensaje “Un caminante a la defensiva”, que invita al auto cuidado y a participar en la prevención de este riesgo.

El mensaje inicialmente se envió a los correos institucionales de todos los colaboradores que pertenecen al Comité y se publicó en las carteleras más visibles de la sede principal.

En otra actividad que se realizó se hizo la socialización y entrega del material a los extensionistas de las seccionales El Tambo y Piendamó, teniendo en cuenta que en estas dos sedes se habían reportado anteriormente accidentes por esta causa. **(Ver Anexo D. Listado de entrega de estándares de comportamiento seguro).**

El mensaje fue enviado a Oficina Central, al Director de Servicios de Salud de toda la empresa, con la finalidad de ser compartido a todos los Comités Departamentales de Cafeteros del país. La respuesta fue positiva y se socializó el material a toda la empresa a través de correo electrónico, dando el reconocimiento por el buen trabajo realizado por el área de Gestión Humana del Comité Cauca.

En la siguiente figura se muestra el material que se compartió con todos los colaboradores del Comité Cauca y con todas las dependencias de la organización a nivel nacional:

Figura 9. Campaña “Un caminante a la defensiva”

CAFECITO
Saludable

“UN CAMINANTE A LA DEFENSIVA”

Hola!!! Hoy queremos dar conocer unos prácticos tips de seguridad que si tenemos en cuenta, seguro nos ayudaran a prevenir caídas al nivel al desplazarnos en la oficina o en áreas rurales.

¡¡¡Cuidado!!!

En la oficina:

- Camino con precaución si el suelo esta mojado o resbaloso.
- Evito correr, especialmente en situaciones de emergencia.
- Mantengo todos los elementos en su lugar.
- Estoy pendiente de no dejar cajones o archivadores abiertos.
- Conservo despejado el suelo de las zonas de paso, eliminando las cosas que puedan provocar una caída.
- Apoyo completamente el pie en la base del escalón al subir o bajar gradas y no obstruyo la visibilidad con objetos grandes y pesados.

En zona rural:

- Miro siempre por donde camino, analizo el terreno por donde me desplazo.
- Presto atención a los desniveles e irregularidades del suelo.
- Estoy atento al caminar para evitar distracciones que me puedan ocasionar un accidente.
- Utilizo mecanismos de apoyo (perrero, bastón) que me ayuden a mejorar mi equilibrio.
- Hago uso de medios auxiliares (linternas) si la iluminación de la zona es insuficiente.
- Utilizo la ropa y el calzado apropiado y los mantengo en buen estado. Estoy pendiente de los cordones.
- Siempre estoy consciente del riesgo y las consecuencias que pueden ocasionar una caída.

Caídas al mismo nivel:
todas aquellas que se presentan en un lugar de paso, en una superficie de trabajo y las caídas sobre o contra objetos.

Fuente: ARP Sura

GESTIÓN HUMANA
COMITÉ DE CAFETEROS DEL CAUCA

4.5.2 Capacitación caídas al nivel

Una de las actividades que conforman este componente es la realización de una capacitación en la que se sensibilice el riesgo de las caídas a nivel. Esta capacitación pretende que se realice en todas las seccionales, pero por limitaciones en el desplazamiento a todas las sedes y dificultad para reunir a todos

los colaboradores en la ejecución de la pasantía, se llevó a cabo en dos seccionales cercanas a la ciudad de Popayán: El Tambo y Piendamó.

- **Objetivos de la capacitación:**

- Prevenir los accidentes laborales ocasionados por caídas al nivel de los colaboradores del Comité Cauca.
- Estimular la participación de los colaboradores en la prevención de accidentes laborales a partir del auto cuidado.
- Brindar información sobre comportamientos seguros de trabajo que pueden evitar oportunamente los accidentes.

- **Realización de la actividad:**

La capacitación sobre prevención de caídas al nivel se programó para realizarse en las seccionales de Piendamó y El Tambo, porque son dos de las sedes de trabajo en donde se han presentado accidentes laborales relacionados con este riesgo en lo corrido del 2012 y se pretendió socializar en esas seccionales cada uno de los accidentes allí ocurridos con el de fin de prevenir otros de este tipo.

Contando con el apoyo de los coordinadores seccionales y de las auxiliares administrativas se acordó una fecha por cada seccional para realizar la capacitación, en la que se encontraran reunidos todos los extensionistas que pertenecen a cada sede. Una vez definidas las fechas, se solicitó el acompañamiento de la Fisioterapeuta para dar la capacitación a los colaboradores presentes, haciendo énfasis en tema de prevención de caídas al nivel.

En la capacitación se enseñaron aspectos relacionados con la forma adecuada de caminar, que elementos de protección personal se deben poseer para realizar esta actividad, como debe ser el calzado adecuado, que lesiones puede dejar una caída y como evitar esas lesiones y se resaltó la importancia de hacer uso de

apoyos en área rural. Por otra parte, se mencionó una breve información de temas relacionados con seguridad vial, pausas activas e higiene postural, los cuales hacen parte de otras actividades del Programa de Seguridad y Salud Ocupacional. **(Ver Anexo H. Listados de asistencia capacitación prevención caídas al nivel).**

Con la capacitación se beneficiaron los colaboradores de las seccionales que se mencionaron anteriormente, quienes manifestaron la importancia de que se sigan realizando estas acciones en las diferentes sedes de trabajo.

En la siguiente tabla se relaciona la cantidad de personas que participaron por seccional en la capacitación y el porcentaje total de colaboradores beneficiados.

Tabla 7. Población beneficiada capacitación prevención caídas al nivel

Seccional	Número de trabajadores que asistieron a la capacitación	Total población beneficiada (%)
Piendamó	13	16.7%
El Tambo	13	
Total	26	

Fuente: Listados de asistencia a capacitación sobre caídas al nivel

Aunque la población beneficiada inicialmente con la capacitación fue el 16.7% del total de colaboradores, la idea es que el 100% reciban la capacitación y se beneficien con esta, disminuyendo así la incidencia y prevalencia por caídas al nivel.

4.5.3 Inspecciones de seguridad y observaciones de comportamiento seguro

Las inspecciones de seguridad y las observaciones de comportamiento seguro para el componente de caídas al nivel, son actividades que permiten identificar que causas son las que están ocasionando los accidentes laborales, con el fin de intervenir en estas y disminuir el riesgo.

La empresa no cuenta con un formato que le permita registrar las inspecciones ni las observaciones, lo cual se considera fundamental para realizar adecuadamente esta actividad. Teniendo en cuenta este aspecto, se propuso la aplicación de un modelo de lista de verificación que permita registrar al mismo tiempo inspecciones y observaciones y llevar un control de las mismas.

En el modelo propuesto las inspecciones se relacionan con el medio y la condición de los elementos de protección personal; a su vez, las observaciones tienen que ver con los actos que realizan las personas al caminar.

El diseño de la lista de verificación que se aportó en la pasantía para implementarla en el componente de Caídas al Nivel se presenta a continuación, este modelo fue elaborado para ser aplicado a extensionistas, quienes son los más afectados por los accidentes de caídas al nivel.

Figura 10. Lista de verificación inspecciones de seguridad y observaciones de comportamiento seguro – caídas al nivel

PROGRAMA DE CAÍDAS AL MISMO NIVEL APLICADO A EXTENSIONISTAS - ZONA RURAL COMITÉ DEPARTAMENTAL DE CAFETEROS DEL CAUCA			
FECHA: _____		SECCIONAL: _____	
NOMBRE: _____		CARGO: _____	
LISTA DE CHEQUEO - INSPECCIONES DE SEGURIDAD			
Criterio de Evaluación	SI	NO	Recomendaciones
El calzado que utiliza para caminar es el adecuado y cumple con el criterio de seguridad.			
El entramado de la suela tiene la característica de antideslizante.			
Se observa deterioro (aberturas) en las suelas de los zapatos.			
Posee bastón o perrero de material resistente para caminar.			
Las condiciones del terreno por donde transita ofrecen pendientes, paso por riachuelos, alambrados, hay presencia de material suelto.			
Los caminos por donde frecuentemente transita son caminos de herradura.			
El tiempo de desplazamiento supera los 30 minutos.			
MODELO DE OBSERVACIONES DE COMPORTAMIENTO SEGURO			
Criterio de Evaluación	Cumple	No Cumple	No se Observo
Cuenta y hace uso de los elementos de protección personal al caminar (calzado de seguridad).			
Se hace inspección periódica de los elementos de protección personal (diaria, semanal, mensual).			
Utiliza mecanismos de apoyo que ayudan a mejorar el equilibrio. ¿Qué elemento?			
Camina con precaución si el suelo esta mojado o resbaloso.			
Evita correr.			
Siempre analiza el camino por donde se desplaza.			
Presta atención a los desniveles e irregularidades del suelo.			
Hace uso de medios auxiliares si la iluminación en la zona es insuficiente.			
Evita caminar con ambas manos ocupadas que impiden un correcto desplazamiento.			
Evita distracciones al caminar			
Observaciones:			
Nombre de quien realizó la observación: _____			
Firma del colaborador: _____			

Fuente: Elaboración propia

El modelo que se propuso para implementar en las inspecciones y observaciones de este componente fue revisado por un profesional de la ARL SURA, quién consideró que estaba bien realizada la herramienta y posteriormente fue aprobada por el área de Gestión Humana del Comité Cauca.

4.6 FERIA DE LA SALUD - SEGUNDA VERSIÓN

La Feria de la Salud del Comité Departamental de Cafeteros del Cauca, es un evento que surgió en el año 2011 como una estrategia del Programa de Seguridad y Salud Ocupacional, con el fin de promover y educar a los colaboradores acerca del estilo de vida saludable y la práctica e importancia del auto cuidado.

Para este año se tenía programada realizar la segunda versión de la Feria de la Salud para el día 14 de Agosto en las instalaciones del Comité de Cafeteros del Cauca, en donde se esperaba beneficiar a más de 180 colaboradores, entre trabajadores directos y contratistas, quienes recibirían servicios de salud y charlas educativas dirigidas a prevenir enfermedades comunes y accidentes de trabajo.

Por razones administrativas que se presentaron en el Comité cerca a la fecha del evento, este no se pudo realizar en la fecha planeada y se decidió aplazarla y que fuera ejecutada por la próxima pasante. **(Ver Anexo I. Comunicado sobre aplazamiento segunda versión de la Feria de la Salud).**

Como esta actividad hace parte de la ejecución de la pasantía y abarca dos de los componentes desarrollados en el presente trabajo, se realizó la planeación del evento y se espera que sea ejecutado en el 2012.

- **Objetivos general:**

Contribuir con la salud y el bienestar de los colaboradores del Comité Departamental de Cafeteros del Cauca promoviendo el auto cuidado y la autogestión de riesgos ocupacionales.

- **Objetivos específicos:**

- Prevenir los factores de riesgo de enfermedades más comunes a través de la educación, con el fin de mantener la salud de los colaboradores.
- Intervenir los riesgos de origen común identificados en las evaluaciones médicas ocupacionales realizadas a los colaboradores.
- Intervenir en la incidencia del riesgo de seguridad vial, generando conciencia de auto cuidado y autogestión de este riesgo.
- Generar un espacio de participación de los colaboradores en la prevención de enfermedades y accidentes de trabajo.

- **Empresas invitadas:**

Para la segunda versión de La Feria de la Salud se realizó la invitación a diferentes entidades con el fin de que se vinculen al evento con la prestación de servicios de salud y charlas educativas relacionadas con temas de prevención dirigidas a todos los colaboradores.

Entre las empresas que decidieron invitarse se encuentran las EPS a las que pertenecen la mayoría de los colaboradores y empresas del sector privado que ofrecen diferentes servicios relacionados con la salud.

La invitación se hizo llegar a las siguientes empresas:

- Nueva EPS
- Saludcoop EPS

- Coomeva EPS
- Servicio Occidental de Salud - SOS EPS
- Comfenalco Valle EPS
- Fundación Innovagen
- Fundación Oftalmológica Vejarano
- Cooperativa de Caficultores del Cauca
- BBVA Horizonte
- Supermotos del Cauca
- Secretaria de Tránsito de Popayán
- Caja de Compensación del Cauca – Comfacauca
- Previred

Inicialmente se envió la invitación con la solicitud de los servicios a cada empresa, con fecha del evento el día 14 de Agosto, pero por las razones que mencionaron anteriormente, se notificó el aplazamiento del evento a todas empresas. **(Ver Anexo J. [CD-ROM] Cartas de invitación y aplazamiento Feria de la Salud).**

Muchas de las empresas están muy interesadas en participar en el evento y confirmaron su vinculación para la nueva fecha pendiente por definir.

- **Actividades programadas:**

1. Servicios de salud: Los servicios de salud que se espera puedan acceder los colaboradores el día del evento se solicitaron a la EPS a las que pertenecen la mayoría de los empleados. Se pidió apoyo en la prestación de servicios de:

- Medicina general
- Optometría
- Jornada de vacunación
- Índice de masa corporal
- Desparasitación
- Odontología

2. Charlas educativas: Se definieron unos temas de interés relacionados con los objetivos de la feria con el fin de que diferentes entidades se vinculen con charlas educativas, los temas propuestos son los siguientes:

- Cáncer de cuello uterino
- Cáncer gástrico
- Diabetes
- Enfermedades cardiovasculares
- Hábitos saludables
- Conducción segura de motocicletas

• **Presupuesto:**

Para la realización de la segunda versión de la Feria de la Salud se presentó el siguiente presupuesto teniendo en cuenta los requerimientos para el día del evento:

Detalle	Cantidad	Valor Unitario	Valor Total
Mesas	30	\$3.000	\$90.000
Sillas	180	375	\$67.500
Cortinas para carpas	5	\$10.000	\$50.000
Transporte	4	\$10.000	\$40.000
Refrigerios y Almuerzos	230	\$7.000	\$1.610.000
Detalles (llaveros o lapiceros)	250	\$1.300	\$325.000
Camisetas staff	13	\$15.000	\$195.000
Subtotal			\$2.377.500
(-) Ingresos esperados por patrocinios			\$250.000
TOTAL			\$2.127.500

4.7 ELABORACIÓN CARTILLA COMPONENTES SEGURIDAD VIAL, CAÍDAS AL NIVEL Y DESPLAZAMIENTO EN EQUINOS

Como actividad relacionada con estos tres componentes, se elaboró una cartilla electrónica que puede ser visualizada por el personal del Comité de Cafeteros del Cauca, la cual se pretende que sea distribuida a los correos institucionales de todos los colaboradores actuales, sea entregada en la inducción a nuevos colaboradores y se socialice como plan de acción en los accidentes laborales.

Esta herramienta se creó con el objetivo de recopilar toda la información sobre prevención de accidentes en un solo material, agradable a la vista de los colaboradores, disponible para ser consultada en cualquier momento y sobre todo que sea aplicada en las actividades cotidianas de cada uno de los empleados.

Para su elaboración se consultó información en diferentes fuentes, se revisó los materiales que son de propiedad del Comité y se tuvo en cuenta las causas de los accidentes de la empresa, para que la información presentada en esta fuera real.

La revista electrónica se hizo con el apoyo de un diseñador gráfico, a quien se le suministró previamente toda la información que debía contener el material y la idea que se pretendía plasmar.

Se espera que con la distribución de este importante aporte que le pertenece al área de Gestión Humana del Comité de Cafeteros del Cauca, se logre controlar y disminuir el riesgo por accidentalidad vial, caídas al nivel y desplazamiento en equinos.

(Ver Anexo K. Cartilla “Prevención de incidentes y accidentes laborales en seguridad vial, caídas a nivel y desplazamiento en equinos”).

5. ASPECTOS A DESTACAR DEL PROCESO

Con la ejecución de las actividades programadas en el proceso de la pasantía se cumplió con los objetivos definidos inicialmente. Así mismo, se aportaron valiosas herramientas al Comité Departamental de Cafeteros del Cauca, las cuales serán implementadas en cada uno de los componentes objetos de estudio y son de gran utilidad para el cumplimiento de las actividades del Programa de Seguridad y Salud Ocupacional de la Federación Nacional de Cafeteros de Colombia.

Los aspectos a destacar en el proceso se relacionan a continuación:

- Campaña de prevención de riesgo de tránsito **“Las 10 herramientas que garantizan mi seguridad en la vía”**; material que invita a concientizar a los colaboradores sobre el autocuidado a la hora de conducir como factor clave del bienestar individual. Como se mencionó anteriormente esta campaña se difundió entre todos los colaboradores del Comité Cauca y se socializó con todas las dependencias de la organización a nivel nacional.
- Campaña de prevención contra caídas al mismo nivel **“Un caminante a la defensiva”**; en la cual se promueve el autocuidado al caminar y se tienen en cuenta aspectos que pueden ocasionar y prevenir accidentes laborales por caídas al nivel y que se basaron en hechos reales de accidentes ocurridos en la dependencia. Al igual que la campaña anterior, esta se socializó con todos los empleados que pertenecen a la dependencia y se compartió para ser aplicada en toda la Federación.
- Teniendo en cuenta que para el año 2012 se implementaron como nuevas actividades de los componentes de Seguridad Vial y Caídas al Nivel la realización de inspecciones de seguridad y de observaciones de comportamiento seguro y que no existe en la empresa un formato para su

registro, se aportó el diseño de un modelo de lista de verificación para cada componente correspondientemente. Estos diseños fueron aprobados por el área de Gestión Humana del Comité Cauca por ser de gran utilidad, de fácil aplicación y porque contienen todos los aspectos a considerar en las inspecciones y observaciones.

- Creación de cartilla electrónica para la “**Prevención de incidentes y accidentes laborales en seguridad vial, caídas a nivel y desplazamiento en equinos**”. Este material contempla tres de los componentes ejecutados en la pasantía y se aportó con el fin de que se dé a conocer a todos los colaboradores actuales, sea entregada en la inducción a nuevos colaboradores y se socialice como plan de acción en los accidentes laborales. Este importante aporte pretende controlar y disminuir el riesgo por accidentalidad vial, caídas al nivel y desplazamiento en equinos.

6. CONCLUSIONES

- La Federación Nacional de Cafeteros de Colombia cuenta con un Programa de Seguridad y Salud Ocupacional a nivel nacional, que define todos los criterios que deben tener en cuenta cada una de las dependencias para la intervención y prevención de los riesgos ocupacionales, con el fin de brindar bienestar a sus colaboradores en su medio laboral y garantizar a todos un ambiente de trabajo digno y seguro.
- Con el cumplimiento que realiza el Comité Departamental de Cafeteros del Cauca en cuanto al Programa de Seguridad y Salud Ocupacional, se puede evidenciar el interés que tiene la empresa por mejorar el bienestar y la calidad de vida de sus colaboradores, a través de la promoción de la salud en el trabajo y de la prevención de accidentes laborales y enfermedades profesionales.
- Los resultados obtenidos en la auditoria que se realiza anualmente al Programa de Salud Ocupacional demuestran que cada vez hay un mayor compromiso por parte del Comité de Cafeteros del Cauca con la ejecución de las actividades de cada componente dirigidas a promover, prevenir y controlar la ocurrencia de riesgos ocupacionales.
- La ejecución de los componentes de seguridad vial y caídas al mismo nivel arrojan importantes resultados para el Comité Cauca, teniendo en cuenta que estos dos componentes representan los principales factores de riesgo a los que se enfrentan los colaboradores y es el mayor registro de accidentes laborales reportados a la dependencia.

- Para una adecuada ejecución de las actividades del Programa de Salud Ocupacional es de vital importancia el apoyo incondicional de la dirección y el grado de compromiso de todos los colaboradores.
- La estimulación de los colaboradores a participar en la prevención de riesgos profesionales a partir del cuidado integral de su salud es un factor clave para la prevención de enfermedades profesionales y accidentes de trabajo.

7. RECOMENDACIONES

- Es importante que se continúe con las capacitaciones en todas las seccionales del Comité, invitando a participar a todos los colaboradores en las actividades del Programa de Salud Ocupacional, pues al interactuar directamente con ellos se pudo evidenciar mayor compromiso, motivación y satisfacción laboral.
- Se recomienda que se sigan desarrollando campañas de promoción y prevención que llamen la atención de los empleados y que se puedan compartir con todas las dependencias de la Federación Nacional de Cafeteros; difundiendo estas campañas a través de medios electrónicos, teniendo en cuenta que es la forma más fácil y práctica de llegar a todos los colaboradores.
- Para los componentes de seguridad vial y caídas al nivel, se recomienda implementar los modelos que se aportaron en este trabajo para realizar las inspecciones de seguridad y las observaciones de comportamiento seguro, ya que se demostró utilidad y facilidad en el manejo de las listas de verificación y abarcan los aspectos necesarios para una correcta inspección y observación.
- Es importante que se realice la ejecución de la segunda versión de la Feria de la Salud contando con la participación de todos los colaboradores en un espacio dedicado a la promoción de la salud en el trabajo. Este evento se podría institucionalizar anualmente en el Comité Cauca, con el fin de contribuir con la salud y el bienestar de los colaboradores y crear cultura de prevención y auto cuidado.

- Se hace necesario socializar con todos los colaboradores tanto de nomina como contratistas, la cartilla virtual sobre “Prevención de incidentes y accidentes laborales en seguridad vial, caídas al nivel y desplazamiento en equinos”, buscando disminuir, prevenir y controlar la ocurrencia de accidentes laborales en el Comité de Cafeteros del Cauca.
- Se recomienda mayor compromiso por parte de los miembros del COPASO en la participación de actividades del Programa de Salud Ocupacional, teniendo en cuenta que sus responsabilidades van más allá de colaborar en la investigación y análisis de las causas de los accidentes laborales. Es importante que los representantes del COPASO consideren las ideas y recomendaciones manifestadas por los colaboradores sobre los posibles riesgos existentes en sus puestos de trabajo y la manera mas adecuada de minimizar los accidentes que se puedan presentar.
- Se hace necesario la aplicación de indicadores de gestión en el área de Salud Ocupacional para determinar el impacto y la contribución de la actividades del programa a la empresa.

REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

ALVARES HEREDIA, Francisco. Salud Ocupacional. Bogotá. 2009. 360 páginas.

Decreto ley 1295 de 1994. Sistema General de Riesgos Profesionales. Ministerio de la Protección Social. [Publicación en línea]. Bogotá D.C. – Colombia. 22 de junio de 1994. 32 páginas.

Legislación, Sistema General de Riesgos Profesionales. Ministerio de la Protección Social. Bogotá D.C – Colombia. Enero de 2008. 604 páginas

Ley 1562 de 2012. Ministerio de Trabajo [Publicación en línea]. Bogotá D.C Colombia 11 de Julio de 2012. 22 páginas.

Programa de Seguridad y Salud ocupacional. Unidad de Servicios de Salud. Oficina Central. Federación Nacional de Cafeteros. Bogotá D.C. 2010. 111 páginas.

Resolución 1016 de 1989. Ministerio de la Protección Social. [Publicación en línea]. Bogotá D.C – Colombia. 31 de marzo de 1989. 6 páginas.

Resolución 2346 de 2007. Ministerio de la Protección Social. [Publicación en línea]. Bogotá D.C – Colombia. 11 de julio de 2007. 12 páginas.

Resolución 2400 de 1979. Ministerio de la Protección Social. [Publicación en línea]. Bogotá D.C – Colombia. 22 de mayo de 1979. 126 páginas.

RENGIFO R., Eugenio. ROA B., Jaime Arturo. Programa de salud ocupacional de la Universidad del Valle. Santiago de Cali. Enero de 2007. 69 páginas.

ANEXOS

Anexo A. Listados de asistencia evaluaciones médicas ocupacionales

- Seccional Suárez:**

FEDERACION NACIONAL DE CAFETEROS PROGRAMA DE SALUD OCUPACIONAL-SUBPROGRAMA DE MEDICINA PREVENTIVA Y DEL TRABAJO									
EXAMENES MEDICOS OCUPACIONAL DE CONTROL PERIODICO 2012 - SECCIONAL: <u>Suárez</u> - 10-04/2012									
NOMBRE	EDAD	CARGO	ANTIGÜEDAD	PEP	AT	DX1	DG2	VICIO REFRACCION	FIRMA
1. Gonzalo Torres Marin	44	Auxiliar Admin	23 años	No	No	Obesidad	Discapacidad	Presbicia	[Firma]
2. Jhon Emerson Palata Martinez	38	Extensionista	13 años	No	No	DBT Trastorno dep.	-	NO	[Firma]
3. Fernando Ortega Ospina	43	Extensionista	9 años	No	No	Acumbago post	-	Presbicia	[Firma]
4. Mano Julian Tobar Camargo	43	Extensionista	11 años	No	No	Hernia de columna - S1, S2	-	NO	[Firma]
5. Hernan Poya Ramos	53	Extensionista	33 años	No	No	Cataratas	Hernia de columna - S1, S2	Presbicia	[Firma]
6. Teresa Numan Moracho	31	Extensionista	3 años	No	No	Sano	-	Presbicia	[Firma]
7. Felix Hernando Carabali	33	Extensionista	3 años	No	No	Sano	-	Presbicia	[Firma]
8. Guillermo Rosero	43	Extensionista	15 años	-	-	-	-	-	[Firma]
8. Carlos Rivera	45	Coord. Seccional	15 años	No	No	Sano	-	-	[Firma]

EVALUA: *Esther Rodríguez P.*
 MD ESP SALUD OCUPACIONAL
 CC 41537243
 REG 1594193 - LC 5090198 - V0191109

- Sede Administrativa y Seccional Popayán:**

FEDERACION NACIONAL DE CAFETEROS PROGRAMA DE SALUD OCUPACIONAL - SUBPROGRAMA DE MEDICINA PREVENTIVA Y DEL TRABAJO									
EXAMENES MEDICOS OCUPACIONALES DE CONTROL PERIODICO 2012 - SECCIONAL: <u>Domitica Cauca</u> - 10/04/12									
NOMBRE	EDAD	CARGO	ANTIGÜEDAD	PEP	AT	DX1	DG2	VICIO REFRACCION	FIRMA
1. Nelson Rendon	57	Coord. adm.	12	-	No	Artritis	-	Hipometropia	[Firma]
2. Franklin Suscaсты	31	Analista SICA	4	-	No	Obesidad	-	-	[Firma]
3. Hector Kanio Rangel	56	Extensionista	35	-	No	HTA control	-	Presbicia con	[Firma]
4. Katharine Bedoya	53	Analista Tecnol.	25	-	No	Hepatitis	-	Presbicia con	[Firma]
5. Maria Elena Diaz	48	aux. contable	26	-	No	Sano	-	Vicio refracc. con	[Firma]
6. Soliane Vargas R.	40	Coord. Programa	12	-	Si	Espondilomieloma	-	Vicio refracc. con	[Firma]
7. Rodolfo Granda	50	Laborat. Control. Extensionista	25	-	No	Sano	-	Presbicia con	[Firma]
8. Ferrer Rengifo	45	Coord. Progra	18	-	Si	Schistosoma	-	Presbicia con	[Firma]
9. Carlos Rodrig. Solarte	48	Vicer. de adm.	19a	-	No	HTA control	-	Presbicia con	[Firma]
10. Jorge E. Revellado	45	Extensionista	16a	-	No	Obesidad	-	-	[Firma]
11. Dorby del mafranta	46	Coord. adm.	18a	-	Si	Espondilomieloma	-	Vicio refracc. con	[Firma]
12. Milton Javier Vidal	45	Coord. de cafes especiales	13a	-	Si	Phlegmon	-	Presbicia con	[Firma]
13. Rosa Teresa Paz	49	Sup. Adm.	22a	-	No	Arterioesclerosis	-	Vicio refracc. con	[Firma]
14. Orlando Sanchez	47	Coord. adm. de programas	19a	-	No	Sano	-	-	[Firma]
15. Ismael Alberto Hurtado	52	Coord. adm. de proyectos	7a	-	No	Obesidad	-	Presbicia con	[Firma]
16. Pedro Jose Valencia	57	Analista de apoyo financiero	21	-	No	Arterioesclerosis	-	Presbicia con	[Firma]
17. Silvana Lopez	46	Sup. Adm.	20	-	No	HTA control	-	Presbicia con	[Firma]


EVALUA: *Esther Rodríguez P.*
 MD ESP SALUD OCUPACIONAL
 CC 41537243
 REG 1594193 - LC 5090198 - V0191109

FEDERACION NACIONAL DE CAFETEROS PROGRAMA DE SALUD OCUPACIONAL - SUBPROGRAMA DE MEDICINA PREVENTIVA Y DEL TRABAJO										
EXAMENES MEDICOS OCUPACIONALES DE CONTROL PERIODICO 2012 - SECCIONAL: Julio 2012										
	NOMBRE	EDAD	CARGO	ANTIGÜEDAD	PEP	AT	DX1	DG2	VICIO REFRACCION	FR
18	Zwart Sandoval	47	Extensivista	7a	No	No	Sano	-	Presbicia	10/11/12
19	Raquel Julia	49	Recursos	23a	No	No	Várices	Schepers	Myopia	10/11/12
20	Valle Kennedy	39	Supervisor	17a	No	No	-	-	-	10/11/12
21	Luis Mauricio Gomez	59	Administrativo	33a	No	No	RGE	conjuntivitis	Presbicia	10/11/12
22	Yerson Jorbo M.	33	Conductor	14a	No	No	Obesidad	-	-	10/11/12
23	Juan Carlos Rojas	49	Extensivista	7a	No	No	Arterioesclerosis	-	Presbicia	10/11/12
24	Juan Alvarado	58	Extensivista	35a	No	Si	Sano	-	Presbicia	10/11/12
25	Requena Gomez	41	Extensivista	27a	No	No	Sano	-	-	10/11/12
26	Julian Palomino	50	Extensivista	7a	No	No	Sano	Plasmocitoma	Presbicia	10/11/12
27	Hermana H. Lopez	41	Extensivista	17a	No	No	Sano	-	Myopia	10/11/12
28	Hermana A. Lopez	44	Extensivista	6a	No	Si	Inf. Hemorroidal	SOTC	-	10/11/12
29	Rodrigo Palta	43	Extensivista	14a	No	No	Sano	Schepers	-	10/11/12
30	Gerardo A. Herro	53	Extensivista	32a	No	No	Diabetes	Centr.	Presbicia	10/11/12
31	Emilio A. Delgado	31	Coordinador	3a	No	No	Escleriosis	-	-	10/11/12
32	Andrés Mauricio	36	Extensivista	3a	No	Si	Schepers	-	-	10/11/12
33	Erick Quiñeyas	42	Supervisor	23a	No	No	Obesidad	-	-	10/11/12
34	Juan Carlos Alegre	43	Coordinador	18a	No	No	conjuntivitis	RGE	-	10/11/12
35	Roberto Castillo	46	Director	7a	No	No	eprosódica	Schepers	Presbicia	10/11/12

FEDERACION NACIONAL DE CAFETEROS PROGRAMA DE SALUD OCUPACIONAL - SUBPROGRAMA DE MEDICINA PREVENTIVA Y DEL TRABAJO										
EXAMENES MEDICOS OCUPACIONALES DE CONTROL PERIODICO 2012 - SECCIONAL: Julio 2012 - 1° A										
	NOMBRE	EDAD	CARGO	ANTIGÜEDAD	PEP	AT	DX1	DG2	VICIO REFRACCION	FR
36	Astrid Milena Delgado	38	Ases. adm.	8a	Si	No	-	-	Tamboritis	10/11/12
37	Edgar David Diaz	55	abogado	7a	Si	No	H.T.A.	Dislip.	Tamboritis	10/11/12
38	Gustavo Obando	39	Ases. Financiero	14a	No	No	Schepers	-	Post. Pico	10/11/12
39	Gerardo Montenegro	49	Director Ejecutivo	15a	No	No	Sano	-	Presbicia	10/11/12
40	Jesús Sandoval	49	Ases. adm.	11a	No	No	Asm.	otitis	Presbicia	10/11/12
41	Lucas Acosta	47	Ases. adm.	13a	No	No	Sano	-	Asm.	10/11/12
42	Lady E. Alegría	52	Ases. adm.	33a	No	No	Hepatitis	Hgado	Presbicia	10/11/12
43	Ronice Liza Lopez	36	Analista	10a	No	No	Sana	hipertension	Myopia	10/11/12


EVALUA: *[Signature]* Rd E.S.O.
cc 41537243

Anexo B. Listado de asistencia prevención cáncer de estómago

	FEDERACIÓN NACIONAL DE CAFETEROS DE COLOMBIA	Código: FE-GH-F-0013
	LISTADOS DE ASISTENCIA	Fecha: 07/07/2009
		Versión: 2

Acción de Capacitación: Prevención Cáncer de Estómago
Nombre de la capacitación dictada
 Número de sesión: Única Sesión
Indique el número de sesión. Si tiene ó sea una Única sesión
 Nombre del Capacitador: Gabriela Alban Empresa: Nueva EPS
Persona que dicta la capacitación Empresa que presta el servicio
 Lugar y Fecha de Realización: Popayán 31 de Mayo de 2012
Lugar y Fecha de la capacitación
 Hora de Inicio: 5:00 pm Hora finalización: _____

No.	NOMBRE DEL PARTICIPANTE	No. DE CÉDULA	DEPENDENCIA	FIRMA DE ASISTENCIA
1	Nelly Muñoz M	34568365	comite de cafeteros	Nelly Muñoz M
2	MARINA RUIZ BRAY	34530983	COMERCIO / SISTEMAS	M.B.
3	Trinidad Calambás	34543367	Comité	Trinidad Calambás
4	Rogel Julia Ruiz H	34511745	Comunicación	Rogel Julia
5	Liliana López M.	25633923	Desarrollo Social	Liliana
6	Gloria Molano	34546777	Desarrollo Social	Gloria Molano
7	Roberto Carhillán S.	10.549.815	Administrativa	Roberto Carhillán S.
8	Nelson Trujillo	15848917	SICA	Nelson Trujillo
9	Jairo E. Lomelo H.	306101691	Logística	Jairo E. Lomelo H.
10	Luis Hernán León B.	1061686743	CRÉDITOS	Luis Hernán León B.
11	Juan Carlos Ruiz	34560528	Coord. Operación	Juan Carlos Ruiz
12	Orlando Sánchez Hurtado	10.540.856	Coord. Programas	Orlando Sánchez
13	Franklin Insuesti	4617484	SICA	Franklin Insuesti

	FEDERACIÓN NACIONAL DE CAFETEROS DE COLOMBIA	Código: FE-GH-F-0013
	LISTADOS DE ASISTENCIA	Fecha: 07/07/2009
		Versión: 2

No.	NOMBRE DEL PARTICIPANTE	No. DE CÉDULA	DEPENDENCIA	FIRMA DE ASISTENCIA
14	Jorge Sánchez Macena	1001.690.197	Logística	JAS.
15	Richard Andrés Pérez	1061.695.515	Gestión Documental	Richard Pérez
16	Erica Quinmas S	76313094	AUXILIA ADMINISTRATIVA	Erica Quinmas
17	FERRER RENÉ G.F.	76306157	SERVICIO DE EXTENSION	FERRER RENÉ G.F.
18	Alejandra Gómez Ruiz	1061706375	COMUNICACION	Alejandra Gómez
19	Deby Yalima Fuentes	34542802	Servicio Extensión	Deby Fuentes
20	Maria Teresa Ruiz M	34526318	Extensión Rural	Maria Teresa Ruiz
21	Teresa Guerrero Escobar	59.821008	Extensión Rural	Teresa Guerrero
22	Felix Camila Muñoz	1061734476	SICA	Felix Camila
23	Carlos Gustavo Ruiz	1061701702	SISTEMAS	Carlos Gustavo
24	Jennifer Alexandra Benavides B.	1.061.694.058	Gestión Humana	Jennifer Benavides
25	Paula Marcela Bastidas R.	1.061.700.092	Gestión Humana	Paula Marcela Bastidas
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				

Anexo C. Diagnóstico administrativo del parque automotor

Diagnóstico Administrativo y Evaluación del Riesgo de Tránsito Comité Departamental de Cafeteros del Cauca

Elaborado por: Prevent Salud Ltda.

Actualizado por: Paula Marcela Bastidas R.

I. Objetivos:

Identificar las situaciones de riesgo propias de los sistemas organizacionales, de la tecnología y de los comportamientos de las personas que puedan ser causas básicas en el proceso de ocurrencia de accidentes de tránsito.

Determinar el grado de riesgo de tránsito propio de la organización, e identificar los aspectos críticos que ameritan atención.

Contribuir a la prevención de accidentes de tránsito, con el fin de mantener una fuerza productiva saludable y fomentar la cultura de la seguridad vial.

II. Metodología:

El modelo para la prevención de accidentes de tránsito que ofrece la Administradora de Riesgos Laborales ARL SURA, está basado en un enfoque de mejoramiento continuo.

Para el desarrollo del componente de Planificación, se da paso a la elaboración del diagnóstico administrativo y evaluación del riesgo de tránsito, con la aplicación de una lista de verificación que contiene cinco componentes:

- Selección, inducción y entrenamiento del personal
- El conductor
- Gestión del desempeño en seguridad

- Costos
- Compra de vehículos

El diagnóstico administrativo del riesgo de tránsito se realizó el 1 de Septiembre de 2011 con el apoyo de Prevent Salud, y es actualizado en el mes de Septiembre de 2012 contando con la información y las evidencias requeridas para su desarrollo.

III. Resultados:

Datos Generales:

Número de conductores empleados directos:	168
Número de conductores temporales o contratistas:	2
Total conductores de carro:	51
Total conductores de moto:	117
El parque automotor propio está compuesto por:	1
No. de carros:	1
No. de motos:	0

1. Selección, inducción y entrenamiento del personal:

Cuando la empresa va a seleccionar un nuevo conductor, tiene en cuenta:	SI	NO
a. ¿Existe una política de prevención de accidentes de tránsito conocida y ejecutada por todos los empleados?	X	
b. ¿Existe un perfil de competencias (conocimientos requeridos, habilidad, experiencia, tipo de personalidad, características físicas, motivación para el oficio) para el cargo de conductor?	X	
c. ¿En su proceso de selección se aplican pruebas psicológicas y pruebas de conocimiento básico en seguridad vial, para analizar las competencias de los aspirantes a conductores, y se confrontan con el perfil específico del cargo?		X
d. ¿Se analizan los antecedentes judiciales y familiares del aspirante a conductor?	X	
e. ¿Se aplica un plan de inducción para los conductores que van a ingresar?	X	
f. ¿Desarrollan un plan continuo de capacitación técnica en seguridad vial y mecánica básica para conductores?	X	

g. ¿Existen estándares o normas de seguridad para los conductores, que describan sus responsabilidades y restricciones?	X	
h. ¿Se ha divulgado a los conductores un procedimiento del qué hacer en caso de cualquier eventualidad con el vehículo? (accidente, varada, robo, entre otras.) ¿Se tiene por escrito?	X	

Observaciones: El Comité de Cafeteros del Cauca tiene solamente un vehículo propio, el cual esta asignado a la Gerencia y el conductor es un trabajador asignado. Hay 117 extensionistas con moto y 51 trabajadores con vehículo, de propiedad de cada uno de los trabajadores.

2. El conductor:

Qué tan confiable o segura es la interacción de los conductores con el tipo de vehículos que conducen:	SI	NO
a. En caso de ser exigencia de la empresa, ¿se verifica periódicamente la vigencia de la documentación del conductor y del vehículo? (pase, certificado judicial, seguro obligatorio)	X	
b. ¿Todos los conductores de su empresa conocen técnicamente el vehículo que conducen? (manejo del vehículo, especificaciones, chequeo)	X	
c. Cuando a los conductores antiguos se les cambia de vehículo, ¿se verifica que c/u tenga experiencia en el manejo del nuevo que le asignan?	N.A	N.A
d. ¿Está seguro que todos los conductores de motocicletas tienen asignada una del tamaño adecuado para su estatura?		X
e. ¿Las modificaciones de los vehículos están autorizadas por las autoridades de transportes y tránsito, y su conductor las sabe operar?	X	

Observaciones: La empresa no ha cambiado el vehículo propio con el que actualmente se cuenta, por lo cual no se ha verificado las condiciones que implica un cambio de vehículo. Los demás vehículos son propiedad de los trabajadores, quienes al adquirir uno nuevo lo hacen de acuerdo a sus capacidades y a sus preferencias, la empresa no interviene en la adquisición de estos vehículos.

3. Gestión del desempeño en seguridad:

Cuál es el interés de la empresa por conocer la calidad de sus conductores y la seguridad con que circulan en las vías:	SI	NO
a. ¿Disponen de un método para verificar el desempeño de los conductores en la operación segura del vehículo?	X	
b. ¿Los conductores de su empresa aplican una lista de chequeo y mantenimiento técnico preventivo a los vehículos?		X
c. ¿Está seguro que los conductores de su empresa cuentan con los elementos personales de seguridad requeridos? (casco, gafas, zapatos, chaleco reflectivo)	X	
d. ¿Los conductores utilizan los elementos de protección personal?	X	
e. ¿Los vehículos se encuentran debidamente identificados con los distintivos de la empresa?		X
f. ¿Todos los vehículos cuentan con equipo de carretera? (herramienta básica, repuesto, señales, extintor vigente y botiquín)	X	

Observaciones: Se creó una lista de verificación para realizar observaciones de comportamiento seguro de los extensionistas en las vías. Existe una lista para extensionistas de verificación de sus motos pero es poco usada. Falta identificar los vehículos con los distintivos de la empresa.

4. Costos:

La empresa sabe cuánto le cuesta el mantenimiento de sus vehículos, las multas, las demandas y el ausentismo de sus conductores:	SI	NO
a. ¿Conoce los costos de mantenimiento y daños ocurridos a cada vehículo y el tipo de daño más frecuente?	N.A	N.A
b. ¿Cuenta la empresa con un registro por escrito del ausentismo derivado de las lesiones o accidentes de tránsito, y se han costado?	X	
c. ¿Han estado exentos de atender citaciones ante autoridades de tránsito por infringir las normas o por accidentes con los vehículos de su empresa?	X	
d. ¿Su empresa, ha estado exenta de atender reclamaciones o demandas por responsabilidad civil, por daños causados con los vehículos?	X	

e. ¿La empresa cuenta con un procedimiento estandarizado para la investigación de los incidentes y accidentes de tránsito?	X	
f. ¿Se han definido unos indicadores de gestión que permitan monitorear la efectividad de los planes de acción?	X	

Observaciones: La empresa conoce los costos de mantenimiento y daños ocurridos en el vehículo propio, los de los otros vehículos no los conoce porque estos son propiedad de los trabajadores y ellos responden personalmente por sus costos de mantenimiento y daños ocurridos.

5. Compra de Vehículos:

Cuándo su empresa va a comprar un vehículo tiene en cuenta:	SI	NO
a. Procedencia y documentación legal	N.A	N.A
b. Que ofrezca seguridad para el conductor	N.A	N.A
c. El peso que puede soportar	N.A	N.A
d. La facilidad de adquirir los repuestos	N.A	N.A
e. Buen respaldo técnico o talleres especiales	N.A	N.A
f. El tipo de terreno por el cual puede circular	N.A	N.A

Observaciones: Este aspecto no aplica para el Comité de Cafeteros del Cauca, porque la empresa no tiene como prioridad la compra de vehículos.

IV. Medición del Grado de Riesgo:

Cada uno de los ítems evaluados tiene un valor de 0.3, excepto la 1 C que tiene un valor de 0.4.


De acuerdo con las calificaciones obtenidas mediante la aplicación de la lista de verificación, se presentan a continuación los logros resultantes por cada componente.


COMPONENTE	CALIFICACIÓN OBTENIDA	PORCENTAJE DE LOGRO
Selección, Inducción y Entrenamiento	2.1	84%
El Conductor	1.2	80%
Gestión del Desempeño en Seguridad	1.2	67%
Costos	1.8	100%
Compra de Vehículos	1.8	100%
PUNTUACIÓN TOTAL	8.1	86%

La calificación total obtenida de 8.1 puntos señala que, de acuerdo con la escala de medición, la empresa se ubica en un **BAJO NIVEL** de riesgo de tránsito.

RANGO	GRADO DE RIESGO
Entre 8 y 10 puntos	Bajo Riesgo
Entre 6 y 7.9 puntos	Moderado Riesgo
Entre 0 y 5.9 puntos	Alto Riesgo

Anexo D. Listado de entrega de estándares de comportamiento seguro

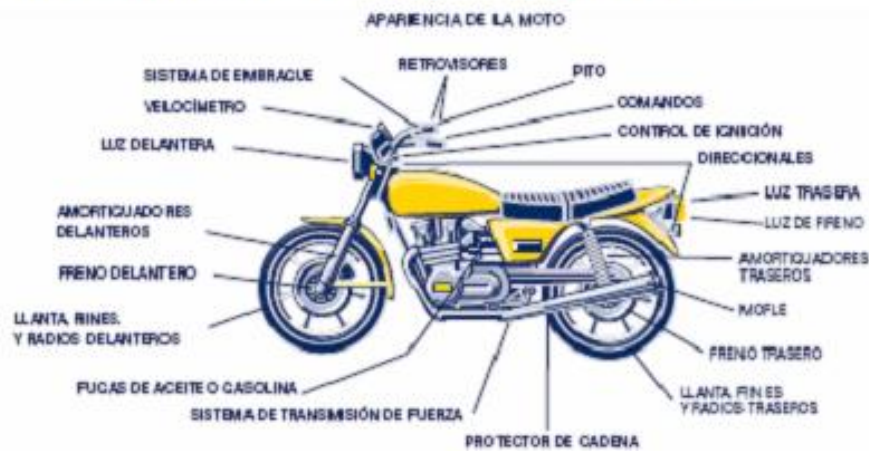
Registro de entrega Estandares de Comportamiento Seguro Programas Seguridad Vial y Caidas al Nivel Comité Departamental de Cafeteros del Cauca		
Fecha: <u>24 Agosto de 2012</u>		
Nº	Nombre	Firma
1	Juanito A. Mayo	[Firma]
2	Olga Regina Zapata	[Firma]
3	Jesús Hernando Neopina Naupa	[Firma]
4	Hugo H. Collazos O.	[Firma]
5	Antony Salazar Vargas	[Firma]
6	Juan Carlos Parra	[Firma]
7	Edwin Pacheco	[Firma]
8	Hernán Jurado	[Firma]
9	Olga Lucía Ramírez	[Firma]
10	Josefina Cincha Pérez	[Firma]
11	Jorge H. Peiró Pardo	[Firma]
12	Andrés Alfonso Hurtado H.	[Firma]
13	Ivan Francisco Lehmann	[Firma]
14	Harold Daniel	[Firma]
15		
16		
17		

Registro de Entrega Estandares de Comportamiento Seguro Programas Seguridad Vial y Caidas al Nivel Comité Departamental de Cafeteros del Cauca		
Fecha: <u>31 Agosto 2012</u>		
Nº	Nombre	Firma
1	William Becerra	[Firma]
2	Jorge Hurtado	[Firma]
3	James A. Navin	[Firma]
4	Jorge Alfonso Torres G.	[Firma]
5	Alfonso Torres Torres	[Firma]
6	Leonarda Coorua	[Firma]
7	Rafael Pacheco Lora	[Firma]
8	Lara D. Manzano	[Firma]
9	Jorge Ariel Ruiz	[Firma]
10	Leyla Jaleth Campo Idrobo	[Firma]
11	Adriana E. Ortiz Polina	[Firma]
12	Kimena Arellano Bolaños	[Firma]
13	James Muñoz Oidoroz	[Firma]
14		

Anexo E. Formato de inspección para motocicletas Comité de Cafeteros del Cauca – Cero accidentes de motociclistas

FECHA _____ SECCIONAL _____
 NOMBRE _____ CARGO _____
 JEFE INMEDIATO _____
 LICENCIA DE CONDUCCIÓN SI ___ NO ___ PLACA N° _____ CILINDRAJE _____
 EL CASCO ESTA EN BUEN ESTADO SI ___ NO ___ NO TIENE _____
 DEBIDAMENTE IDENTIFICADO SI ___ NO ___
 LAS GAFAS ESTAN EN BUEN ESTADO SI ___ NO ___ NO TIENE _____ TIPO DE GAFAS _____
 LOS GUANTES ESTAN EN BUEN ESTADO SI ___ NO ___ NO TIENE _____ TIPO DE GUANTES _____
 POSEE IMPERMEABLE SI ___ NO ___ ESTADO _____
 UTILIZAN ZAPATOS DE CUERO ANTIDESLIZANTES SI ___ NO ___
 TIENE SOAT ACTUALIZADO SI ___ NO ___ VENCIMIENTO _____

INSTRUCCIONES: marque en el cuadro con un visto bueno si las partes evaluadas se encuentran en bien y con una X si estas se encuentran en mal estado y en observaciones explique lo malo que observó.




OBSERVACIONES:

NOMBRE DE QUIEN REALIZO LA INSPECCIÓN:

Tomado de Diagnostico Administrativo Riesgo de Transito SURATEP - elaboro: Carlos Velásquez - profesional en prevención de riesgos. SURATEP Regional Antioquia

Anexo F. [CD-ROM] Inspecciones seguridad vial Comité Cauca

Anexo G. Listado de asistencia a capacitación de desplazamiento en equinos

	FEDERACIÓN NACIONAL DE CAFETEROS DE COLOMBIA	Código: FE-GH-F-0013
		Fecha: 07/07/2009
	LISTADOS DE ASISTENCIA	Versión: 2

Acción de Capacitación: Medidas de Seguridad para el Manejo de Equinos
Nombre de la capacitación dictada

Número de sesión: Única Sesión
Indique el número de sesión del evento o si es una Única sesión


Nombre del Capacitador: Intendente Oscar Peralaza Empresa: POLICIA DE CARABINEROS

Lugar y Fecha de Realización: Popayán, 03 de Julio de 2012

Hora de Inicio: 09:00 Hora finalización: 12:00

No.	NOMBRE DEL PARTICIPANTE	No. DE CÉDULA	DEPENDENCIA	FIRMA DE ASISTENCIA
1	Helmer Pino	76311238	Seccional Popayan	<i>Helmer Pino</i>
2	JUAN CARLOS CASAS	10541963	SECCI POPAYAN	<i>Juan Carlos Casas</i>
3	Juanfrancisco Lehmann	10483232	Piendamó	<i>Juanfrancisco Lehmann</i>
4	Josefina OTALORA PEREZ	25463843	PIENDAMO	<i>Josefina Otalora Perez</i>
5	Gerardo Henao M	10535001	Tambo	<i>Gerardo Henao M</i>
6	Eder Caicedo	76313470	ROSAS	<i>Eder Caicedo</i>
7	JAMES ADRIAN NAVA	76314238	TAMBO	<i>James Adrian Nava</i>
8	JORGE EDUARDO HURTADO	10547280	TAMBO	<i>Jorge Eduardo Hurtado</i>
9	HERRAN FELIPE ORDÓÑEZ A.	10305868	ROSAS	<i>Herran Felipe Ordóñez A.</i>
10	Juanito Armando Hoyos	10660319	Morales	<i>Juanito Armando Hoyos</i>
11	Juliano Palomino	10540716	Popayán	<i>Juliano Palomino</i>
12	Paulo N. Mera	76314583	MORALES	<i>Paulo N. Mera</i>
13	Andrés M. Pico	76314792	Tambo	<i>Andrés M. Pico</i>

Anexo H. Listados de asistencia capacitación prevención caídas al nivel

	FEDERACIÓN NACIONAL DE CAFETEROS DE COLOMBIA	Código: FE-GH-F-0013
	LISTADOS DE ASISTENCIA	Fecha: 07/07/2009
		Versión: 2

Acción de Capacitación: Caidas al Nivel, Seguridad Vial, Pausas Activas e Higiene Postural
Nombre de la capacitación o taller


Número de sesión: Unica Sesión
Indique el número de sesión del tema a ser una única sesión

Nombre del Capacitador: Adriana Acosta Delgado Empresa: Fisioterapeuta
Persona que dicta la capacitación Empresa que presta el servicio

Lugar y Fecha de Realización: Piendamó, 24 de Agosto de 2012
Ciudad y fecha de la capacitación

Hora de Inicio: 11:30 Hora finalización: 12:15

No.	NOMBRE DEL PARTICIPANTE	No. DE CÉDULA	DEPENDENCIA	FIRMA DE ASISTENCIA
1	Juanito Prando	2066319	Seccional Piendamó	[Firma]
2	Olga Regina Zapata	2555014	Seccional Piendamó	[Firma]
3	LESIS HERNANDEZ MEDINA NAVAL	10.297.653	SECCIONAL PIENDAMO	[Firma]
4	HUGO H. COLLIN ROSO	76303716	PIENDAMO	[Firma]
5	Antony Palma Vargas	10306224	PIENDAMO	[Firma]
6	Luis Carlos Escamez	1051712658	PIENDAMO	[Firma]
7	EDWIN PACHECO	10306170	SECCIONAL PIENDAMO	[Firma]
8	HERNAN JURADO	76320819	SECCIONAL PIENDAMO	[Firma]
9	Olga Lucia Ramirez	34601277	SECC. PIENDAMO	[Firma]
10	JOSEFINA CINCELA PEREZ	25463543	PIENDAMO	[Firma]
11	JORGE H. PRIETO Z.	10497163	PIENDAMO	[Firma]
12	ANDRES A. HURTADO A.	7632126	SECCIONAL PIENDAMO	[Firma]
13	Juan Francisco Lehmann	10483232	PIENDAMO	[Firma]

	FEDERACIÓN NACIONAL DE CAFETEROS DE COLOMBIA	Código: FE-GH-F-0013
	LISTADOS DE ASISTENCIA	Fecha: 07/07/2009
		Versión: 2

Acción de Capacitación: Caidas al Nivel, Seguridad Vial, Pausas Activas e Higiene Postural
Nombre de la capacitación o taller

Número de sesión: Unica Sesión
Indique el número de sesión del tema a ser una única sesión

Nombre del Capacitador: Adriana Acosta Delgado Empresa: Fisioterapeuta
Persona que dicta la capacitación Empresa que presta el servicio

Lugar y Fecha de Realización: El Tambo, 31 de Agosto de 2012
Ciudad y fecha de la capacitación

Hora de Inicio: 8:30 Hora finalización: 9:15

No.	NOMBRE DEL PARTICIPANTE	No. DE CÉDULA	DEPENDENCIA	FIRMA DE ASISTENCIA
1	WILSON LOPEZ M	10-546442	COOP. TAMBO	[Firma]
2	JAMES ROMAN NAVAL	7632238	SUC TAMBO	[Firma]
3	Jorge Eduardo Hurtado	10.547.181	SECCIONAL TAMBO	[Firma]
4	Jorge Alberto Papi G	76302989	SECCIONAL TAMBO	[Firma]
5	Walter Zuriso Torres	76317994	SECCIONAL TAMBO	[Firma]
6	Leonardo Coorut A.	14877091	SECC. TAMBO	[Firma]
7	RODRIGO VILCHEZ LOPEZ	14872288	EXT. TAMBO C.	[Firma]
8	JARA D. MORAÑO	39659383	SECCIONAL TAMBO	[Firma]
9	Jorge Ariel Ruiz	10.545.410	SERV. EXTENSION EL TAMBO	[Firma]
10	Leyla Jaleth Campo Saldaña	34315386	SECCIONAL EL TAMBO	[Firma]
11	Adriana E. Ortiz Molina	34.551.325	SECCIONAL EL TAMBO	[Firma]
12	Liliana Arriba Balanos	25.393.339	SECCIONAL EL TAMBO	[Firma]
13	JAMES HONOR OROZCO	76330229	EXT TAMBO	[Firma]

Anexo I. Comunicado sobre aplazamiento segunda versión de la Feria de la Salud

Comité Departamental de Cafeteros del Cauca



Popayán, 3 de octubre de 2012

Señores:

Universidad del Cauca

Facultad de Ciencias, Contables, Económicas y Administrativas
La Ciudad

Cordial Saludo:

Nos permitimos informar que la estudiante del Programa de Administración de Empresas de la Universidad del Cauca, señorita Paula Marcela Bastidas Rivera identificada con cédula de ciudadanía número 1.061.706.042 de Popayán, realizó su pasantía en el área de Gestión Humana del Comité Departamental de Cafeteros del Cauca Programa de Salud Ocupacional, y se le asignó inicialmente como uno de sus objetivos la planeación y ejecución de la segunda versión de la Feria de la Salud del Comité, sin embargo por decisión nuestra el evento fue aplazado para el mes de octubre, y por tanto la estudiante llevó a cabo solamente la planeación de dicha Feria, quedando la ejecución a cargo de la próxima pasantía.

Con toda atención,


ROBERTO CASTRILLÓN SIMMONDS
Director Administrativo y Financiero.

Misión: Asegurar el bienestar del caficultor colombiano a través de una efectiva organización gremial, democrática y representativa

Calle 24 N No. 15-42 Campamento - Teléfonos: 8232985 - 86 - 87 Telefax: 8231800 A.A. 558
Cauca - Colombia

Anexo J. [CD-ROM] Cartas de invitación y aplazamiento Feria de la Salud

Anexo K. Cartilla “Prevención de incidentes y accidentes laborales en seguridad vial, caídas a nivel y desplazamiento en equinos”



Diseño: David Fernando Mora Figueroa
Septiembre 2012

CAUCA
Comité Departamental
de Cafeteros del Cauca



Manual para la prevención de accidentes de tránsito

“Mi Seguridad en la Vía”

La accidentalidad en las vías al conducir motocicletas es uno de los principales riesgos a los que se enfrentan nuestros colaboradores día a día y es la mayor causa de los accidentes de trabajo reportados anualmente. Con el fin de prevenir y disminuir estos accidentes les presentamos a continuación unos aspectos a tener en cuenta al momento de conducir este tipo de vehículo.

Reviso mi motocicleta:

Antes de empezar a conducir es necesario hacer una revisión diaria del estado de la motocicleta como forma de mantenimiento preventivo.



Pasos a continuación:



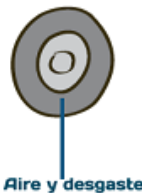
3

Pasos a seguir:

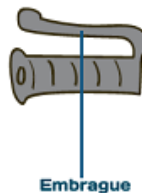
1 Verifico que las luces, los frenos, las direccionales y el pito funcionen correctamente.



2 Reviso la presión, el aire y el desgaste de las llantas.



3 Examino el embrague y el acelerador antes de iniciar mi recorrido.



4 Limpio y ajusto los dos espejos adecuadamente.



5 Reviso semanalmente el nivel de aceite y el hidráulico, asegurándome que no haya señales de fugas de aceite o de gasolina.



4

Utilizo los elementos de protección personal:

Al conducir es de vital importancia utilizar adecuadamente los equipos de protección con el fin de reducir la gravedad de los accidentes de tránsito:

1 Casco

Debe ser certificado, su uso es obligatorio, debe proteger la totalidad de la cabeza y siempre debe estar bien amarrado.



2 Chaleco

Permite incrementar la visibilidad del conductor, los chalecos de color naranja, rojo, amarillo o verde son los más visibles.



3 Guantes

Permiten un mejor agarre y protegen las manos al momento de un accidente, deben tener refuerzo en las manos.



4 Botas

Cubren el pie en su totalidad, las suelas deben ser de material duro, durable y antideslizante.



5

Mantengo una adecuada posición corporal:

Adopto una postura correcta que me genera una mayor comodidad al conducir. Existen siete aspectos para lograrla:

1

Ojos:
Mirar siempre adelante sin fijarlos en un solo punto.

2

Codos:
Relajados, permitiendo que se doblen naturalmente.

3

Manos:
Deben tomar los manillares firmemente y ajustarlos al mismo nivel o por debajo de los codos.

6



4 **Hombros:**

Relajados y con naturalidad.

5 **Cadera:**

No debe estar ni muy adelante, ni muy atrás, en una posición que no limite su capacidad de reacción al realizar los cambios.

6 **Rodillas:**

Sujetando en todo momento el tanque de la gasolina, lo que ayudará a conservar el equilibrio cuando se hace un giro.

7 **Pies:**

Mantenerlos siempre sobre el calapie, con la punta hacia adelante, listo para accionar el freno.

Pongo en práctica "Las 10 herramientas que garantizan mi seguridad en la vía":

1

Uso un buen casco.



2

Respeto las señales de tránsito.



3

Manejo siempre a la defensiva y me anticipo a las emergencias.



4

Manejo más despacio que lo que mi moto y capacidad me permiten. En caso de imprevistos manejo mejor las situaciones.



5

Siempre reviso mi moto antes de usarla.



8

Respeto las señales de tránsito:

CAUCA
Comité Departamental
de Cafeteros del Cauca

Siempre que conduzco por un camino identifico y respeto las señales de tránsito: reglamentarias, preventivas, informativas, marcas viales y semáforos, que me indican acciones y prohibiciones al manejar.

Manejo a una velocidad apropiada:

Al conducir tengo en cuenta la velocidad máxima establecida en el Código Nacional de Tránsito y el análisis de causalidad de accidentes de tránsito encontrados en el Comité Cauca. No conduzco a una velocidad excesiva mucho menos si transito por carretera.



En lugares de concentración de personas, zonas residenciales y zonas escolares.



En zonas urbanas.



En zonas rurales con carreteras pavimentadas.



En zonas rurales con carreteras no pavimentadas.



7



6

Siempre utilizo los dos frenos cuando voy a detenerme.



7

Siempre mantengo la derecha y no adelanto entre vehículos.



8

Uso las direccionales siempre que está indicado.



9

Evito hablar por celular mientras manejo y lo apago cuando coloco combustible a mi motocicleta.



10

No consumo sustancias que contengan alcohol cuando estoy manejando.



9

Manual para la prevención de caídas al mismo nivel

“Un Caminante a la Defensiva”

Cuando hablamos de caídas al mismo nivel, hacemos referencia a aquellas caídas que se presentan en un lugar de paso, en una superficie de trabajo y las caídas sobre o contra objetos.

Según análisis realizado por la ARP SURA, las caídas a nivel del piso representan una de las mayores causas dentro de la accidentalidad laboral del país. Para evitar este tipo de accidentes es necesario que tengamos en cuenta:

En la oficina:

- Mantengo todos los elementos en su lugar, me aseguro de no dejar obstáculos en las vías por donde nos movilizamos frecuentemente.



10

- Estoy pendiente de no dejar cajones o archivadores abiertos.



- Camino con precaución si el suelo esta mojado o resbaloso.



- Conservo despejado el suelo por las zonas de paso, mantengo libre de cables y elimino las cosas que puedan provocar una caída.



- Apoyo completamente el pie en la base del escalón al subir o bajar gradas y no obstruyo la visibilidad con objetos grandes y pesados.



En zona rural:

- 🕒 Miro siempre el camino, analizo el terreno por donde me desplazo.
- 🕒 Estoy atento al caminar para evitar distracciones que me puedan ocasionar un accidente.
- 🕒 Utilizo la ropa y el calzado apropiado y los mantengo en buen estado. Estoy pendiente de los cordones.
- 🕒 Hago uso de medios auxiliares si la iluminación de la zona es insuficiente.
- 🕒 Presto atención a los desniveles e irregularidades del suelo.
- 🕒 Utilizo mecanismos de apoyo que me ayuden a mejorar mi equilibrio.

Elementos de protección personal:

Al caminar por campo abierto los elementos de protección personal son de gran utilidad para prevenir y minimizar la gravedad de los accidentes ocasionados por caídas al nivel. Los principales EPP son:

🕒 Calzado:

seleccióno el calzado adecuado para el lugar por donde voy a caminar, me aseguro que sea antideslizante y me de estabilidad al caminar.



🕒 Perrero o bastón:

hago uso de esta herramienta para mejorar el equilibrio, evitar heridas producidas por animales y separar objetos como ramas de arboles que me puedan ocasionar un golpe.



11

Consecuencias de las caídas

"Las caídas al nivel pueden ocasionar consecuencias físicas y productivas"

1 Físicas:

- a** Dolores crónicos en diferentes partes del cuerpo como rodillas y espalda.



b Esguinces y torceduras.



- d** En los casos más extremos invalidez parcial o permanente.

c Fracturas en extremidades.



12



2

Productivas:

- Incapacidades.
- Pérdida de capacidad laboral.
- Temor ante la realización de actividades similares.

Tips de seguridad para prevenir caídas al nivel



● Siempre estoy consciente del riesgo y las consecuencias que me pueden ocasionar una caída.



● Todo a su tiempo y en su momento: dejo las carreras para cuando realice una actividad deportiva. Buscar atajos, correr o saltar los escalones de las escaleras no son opciones válidas.



● Camino siempre fijándome dónde piso, procurando apoyar toda la planta del pie, de una forma acompasada, sin arrastrar las piedrecillas del camino, y sin golpear raíces o piedras. El bastón es una muy buena ayuda para mantener la estabilidad.

13

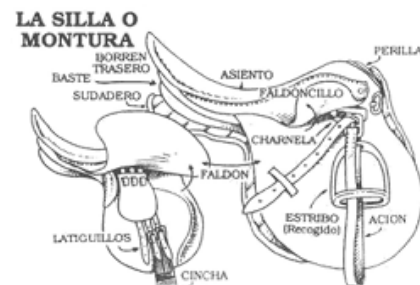
Manual para el manejo y desplazamiento adecuado en equinos

Gran cantidad de las actividades que realizan nuestros colaboradores las llevan a cabo en zonas rurales, en donde muchas veces para desplazarse deben buscar medios de transporte alternos que les permitan llegar a su lugar de destino, uno de los medios de transporte más común y utilizado en estas zonas son los equinos. Buscando prevenir riesgos durante el desplazamiento en estos animales, les presentamos la siguiente información sobre el manejo adecuado de equinos.

Como ensillar al caballo:

1

Partes de la cabezada y la silla:



14

2 Como poner y quitar la cabezada:

COMO PONER LA CABEZADA



Introdúcela así. Mete el fiador en la boca y pon la cabeza tras las orejas.



ADROCHAR MUSEROLA Y AFROGADERO. Para comprobar que está bien ajustado, mira si te cabe el puño como muestra el dibujo.

COMO QUITAR LA CABEZADA



DESATAR MUSEROLA Y AFROGADERO. Tirar suavemente de la cabeza y dejar que el caballo suelte el fiador teniendo cuidado de no golpearlo los dientes con este.

3 Como poner y quitar la montura:

COMO PONER LA MONTURA

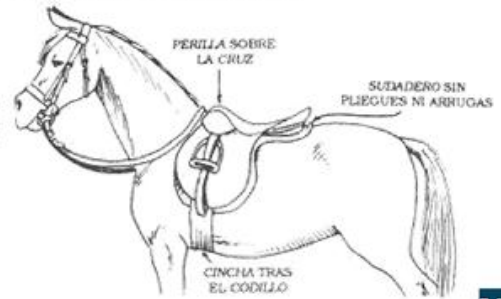


Pon la montura así, por el lado izquierdo del caballo. Coloca la parte delantera de la silla justo sobre la cruz y deslízala un poco hacia atrás.

Comprueba que el sudadero no tenga arrugas ni pliegues y esté bien puesto.

Apretar la cincha. Más tarde, en la pista, tendrás que apretarla de nuevo.

POSICION CORRECTA DE LA SILLA



COMO QUITAR LA MONTURA

Recoge los estrizos y suelta la cincha. Levanta la silla, agarrando de la perilla y el borren trasero y tira hacia ti. Vete recogiendo la cincha y ponla sobre el asiento.



15

4 Como montar:

COMO MONTAR



POSICION CORRECTA



COJER LAS RIENDAS



SEDE - 4

PONER EL PIE EN EL ESTRIBO



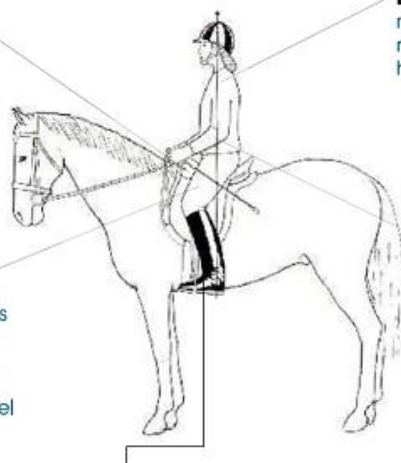
La posición correcta del jinete:

La posición que adoptemos encima del caballo es importantísima a la hora de comunicarnos con el animal, de conseguir que nos obedezca y de movernos. Es vital que desde un principio sepamos cual es la manera de sentarnos y la posición de nuestro cuerpo:

16



El asiento: estaremos siempre relajados en la montura, con nuestro cuerpo centrado, ya que en caso de no estar centrados, no podremos utilizar de manera correcta el resto de nuestro cuerpo, y mucho menos nuestro equilibrio.



Los hombros: cuadrados y relajados, con nuestra cara bien alta, mirando por encima de las orejas hacia delante, nunca para abajo.

Las piernas: con las piernas mandamos constantemente señales al caballo. Para no confundirle deberán estar igual que los brazos, colgando con naturalidad, con presión sobre la montura, para que el caballo nos note, y sepa quien manda. Con nuestras caderas relajadas.

Los brazos: nuestros brazos tienen que colgar con naturalidad, nuestros codos flexionados y nuestras manos, con los pulgares hacia arriba, estarán colocadas justo por encima de nuestros codos, a cada lado de la cruz.

Los pies: van en los estribos, pero no hay que meter todo el pie, simplemente la punta dejando el talón al descubierto y bajándolos, de tal manera que queden los talones más bajos que las puntas de los pies.

Federación Nacional de Cafeteros de Colombia

CAUCA
Comité Departamental
de Cafeteros del Cauca

Septiembre 2012