PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJOJAIRO LUIS SOCARRAS BONILLA

OBJETO DEL CONTRATO:

MANTENIMIENTO, MEJORAMIENTO Y/O ADECUACIÓN DEL ESPACIO PUBLICO (PARQUES, PLAZAS Y/O PLAZOLETAS), EN LA ZONA ENTRE RÍOS EN EL MARCO DE LA IMPLEMENTACIÓN DE PRESUPUESTO PARTICIPATIVO DEL MUNICIPIO DE CHÍA

CONTRATO DE OBRA No 706-2022

Chía, diciembre de 2022

INTRODUCCIÓN

JAIRO LUIS SOCARRAS BONILLA , implementará el sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo con la seguridad de que su aplicación le permitirá disponer de una herramienta de trabajo ágil para el desarrollo de sus responsabilidades frente a los trabajadores, asegurando un ambiente laboral con factores de riesgo controlados, trayendo consigo la disminución de los accidentes de trabajo y las enfermedades laborales permitiendo así tener un ambiente laboral sano y seguro lo que disminuye las pérdidas materiales y económicas, incrementando además su productividad.

JAIRO LUIS SOCARRAS BONILLA, vela para que haya un continuo mejoramiento de las condiciones de trabajo, se preserven las condiciones de salud, para lograr un bienestar integral del trabajador y por ende haya un aumento de producción a nivel empresarial.

La estructura del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo SG SST a sido elaborada con base en los requerimientos legales vigentes en Colombia, donde se plantea un esquema de gestión con los siguientes elementos:

Liderazgo y compromiso gerencial
Desarrollo y Ejecución
Administración del riesgo
Evaluación y monitoreo

El SG - SST brinda información de tipo legal, mediante la indicación de apartes pertinentes, para cada uno de estos elementos de gestión.

La seguridad y salud en el trabajo es responsabilidad de todos los trabajadores de JAIRO LUIS SOCARRAS BONILLA quienes con su compromiso de autocuidado en salud y el firme apoyo delConsorcio posibilitan la prevención del riesgo laboral, es decir impedir la ocurrencia de Accidentes de trabajo y el desarrollo de enfermedades laborales. De igual manera, contribuyen al control total de pérdidas no solamente en la salud del trabajador sino sobre el medio ambiente y los activos del Consorciosean estos materiales, equipos e instalaciones.

La empresa consciente de su responsabilidad moral y legal sobre las condiciones de trabajo y salud de sus trabajadores, Los recursos destinados al sistema de gestión de la seguridad y la salud en el trabajode JAIRO LUIS SOCARRAS BONILLA tendrán el carácter de inversión básica, tendientes a asegurar el bienestar integral de todos los trabajadores en relación con su trabajo y a proteger a la empresa contrapérdidas, será un programa permanente, continuo planificado, evaluable y ajustable, de acuerdo a las condiciones y etapas de su desarrollo. El sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo empresarialse regirá por las normas legales vigentes y la metodología técnica propia de la disciplina.

ALCANCE

El presente documento es aplicable para el contrato No 706-2022 de obra cuyo objeto es **MANTENIMIENTO, MEJORAMIENTO Y/O ADECUACIÓN DEL ESPACIO PUBLICO (PARQUES, PLAZAS Y/O PLAZOLETAS), EN LA ZONA ENTRE RÍOS EN EL MARCO DE LA IMPLEMENTACIÓN DE PRESUPUESTO PARTICIPATIVO DEL MUNICIPIO DE CHÍA** que corresponden a:

- Casa De La Cultura
- Monumento Lleras
- Parque Carrera Séptima
- Parque La Balsa
- Parque Colegio Departamental
- Parque 20 De Julio
- Parque Chilacos

ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO.

La forma de Contratación de los trabajadores de JAIRO LUIS SOCARRAS BONILLA, será por Obra o Labor, lo que significa que en días ordinarios o festivos igual se puede cumplir con el horario antesmencionado o variar la hora de entrada o la hora de salida, de acuerdo con los requerimientos del serviciocon su respectiva afiliación al SGSS en Colombia en AFP, EPS Y ARL.

La organización del trabajo estará definida de la siguiente manera:



NIVELES DE RESPONSABILIDAD.

Director de Obra

- Conocer y aplicar el Programa en todas las áreas de trabajo.
- Autorizar los recursos necesarios para la implementación de medidas de control en el Proyecto.
- Evaluar Periódicamente los indicadores del Programa que involucren directa o indirectamente

sulabor.

- Motivar a los trabajadores en el cuidado de su salud mental y física dentro de cada una de lasáreas.
- Asesor en Seguridad y Salud Ocupacional
- Diseñar el Sistema de Gestión y Seguridad para el proyecto
- Estar en coordinación con el Gerente de Proyecto y demás funcionarios del Consorcio para larealización de los eventos necesarios.
- Realizar seguimiento de las capacitaciones programadas y evaluar la eficacia de esta.
- Programar y asistir a las capacitaciones.
- Asumir el desarrollo del Programa asesorando a la gerencia para la formulación de reglas y procedimientos administrativos y en la solución de problemas en materia de medicina Preventiva y del trabajo, Higiene y seguridad Industrial.
- Coordinar la capacitación para el personal involucrado en el plan de emergencias y contingencias., actualizar el plan, planear y realizar los simulacros y tomar las medidas correctivas con el fin de garantizar su correcto funcionamiento.
- Identificar, evaluar y controlar los riesgos ocupacionales y aquellos con potencialidad de pérdidas humanas, económicas o daños a la propiedad.

Ingeniero Residente

- Conocer e implementar el Programa durante su dirección
- Incluir en todas las reuniones temas referentes a Sistema de Gestión en Salud Ocupacional ySeguridad Industrial.
- Promover una actitud positiva en todos los trabajadores.
- Determinar las necesidades de entrenamiento en Sistema de Gestión en Salud Ocupacional ySeguridad Industrial establecidas por la Empresa.
- Tomar medidas correctivas en la identificación de riesgo en cualquiera de las áreas de labor.
- Apoyar plenamente todas las actividades y procedimientos de Sistema de Gestión en SaludOcupacional y Seguridad Industrial desarrolladas en su departamento.
- Verificar el cumplimiento de las normas de Sistema de Gestión en Salud Ocupacional y SeguridadIndustrial establecidos por la empresa.
- Apoyar con los conceptos técnicos, donde se vea involucrada la realización de actividades criticas asegurando la prevención de accidentes.

HORARIOS DE TRABAJO.

Se tiene establecido el siguiente Horario de Trabajo:

Área Operativa: **lunes a viernes**: 7:00 a.m. a 4:30 p.m.
Desayuno 9:00 a.m. – 9:15 a.m.
Almuerzo 12:00 m – 1:00 p.m.
Sábado 7:00 am a 12m

CASA DE LA CULTURA



ACTIVIDADES A REALIZAR

- Demolicion de placa existente
- Intalacion de placas concreto
- Instalacion mobilarios urbanos

NUMERO DE TRABAJADORES

2

RIESGOS, EFECTOS Y CONTROLES

ETAPAS O ACTIVIDADES DE LA TAREA	PELIGRO (FUENTES O SITUACION)	EFECTO / CONSECUENCIAS	CONTROLES REQUERIDOS
Alistamiento de herramientas, materiales y áreas	Seguridad - Locativo (sistemas y medios de almacenamiento, superficies de trabajo (irregularidades, deslizantes, con diferencia del nivel) condiciones de orden y aseo, (caídas de objeto)	Caídas al mismo nivel, golpes, fracturas graves o leves	Precaución al transitar por las áreas de trabajo, Autocuidado, uso de casco de seguridad y botas punta de acero. Charlas de seguridad sobre el autocuidado y caídas al mismo nivel, utilización de ayuda mecánicas como la carretilla, inspecciones locativas y de EPP.
Demolición manual	Físico - Ruido	Cansancio, cefaleas, estrés, afectaciones auditivas	Uso continuo elementos de protección personal. Uso de elementos de protección auditivos, sensibilización y autocuidado
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
Testereo	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y

			manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
Vaciado de concreto	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Locativo - ubicación de objetos, falta de orden	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio, enfermedades laborales	Pausas activas (estiramiento, calistenia). Autocuidado
	Químico	Alteraciones en el sistema respiratorio, irritaciones cutáneas, mareo, vomito y cefaleas.	Uso de protección respiratoria, Capacitaciones y charlas. Uso de los elementos de protección personal (Casco, Gafas de seguridad, Protección respiratoria, Guantes y Botas de seguridad).
	Locativo - estructurasen en adecuación	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de

			trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
Instalacion de mobilarios	Biomecánico - Esfuerzo	Escoliosis y problemas lumbagos, lesiones osteomusculares	Uso de ayudas mecánicas. Capacitación en manejo de cargas y riesgo ergonómico Guantes de vaqueta, casco, ropa adecuada y calzado de seguridad
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio, enfermedades laborales	Pausas activas (estiramiento, calistenia), Autocuidado
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - ubicación de objetos, falta de orden	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.

CRONOGRAMA DE ACTVIDADES SST

ACTIVIDAD	MES 1
Afiliaciones	
Induccion	
Instalacion de señalizacion perimetral	
Capacitaciones	
Inpecciones de EPP	
Inspección locatica	
Retiro de señalizacion perimetral	

CRONOGRAMA DE CAPACTACIONES SST

TEMA	NOVIEMBRE
Uso de EPP	
Autocuidado	

PARQUE CARRERA 7°



ACTIVIDADES A REALIZAR

- Excavacion manual
- Instalacion estructura de espacio publico
- Instalacion de elementos prefabricados
- Instalacion de adoquin
- Intalacion de placas concreto
- Instalacion mobilarios urbanos.

NUMERO DE TRABAJADORES

3

RIESGOS, EFECTOS Y CONTROLES

ETAPAS O ACTIVIDADES DE LA TAREA	PELIGRO (FUENTES O SITUACION)	EFECTO / CONSECUENCIAS	CONTROLES REQUERIDOS
Alistamiento de herramientas, materiales y áreas	Seguridad - Locativo (sistemas y medios de almacenamiento, superficies de trabajo (irregularidades, deslizantes, con diferencia del nivel) condiciones de orden y aseo, (caídas de objeto)	Caídas al mismo nivel, golpes, fracturas graves o leves	Precaución al transitar por las áreas de trabajo, Autocuidado, uso de casco de seguridad y botas punta de acero. Charlas de seguridad sobre el autocuidado y caídas al mismo nivel, utilización de ayuda mecánicas como la carretilla, inspecciones locativas y de EPP.
Excavación manual	Físico - Ruido	Cansancio, cefaleas, estrés, afectaciones auditivas	Uso continuo elementos de protección personal. Uso de elementos de protección auditivos, sensibilización y autocuidado
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena

Instalacion de estructura de espacio publico		extraño, golpe en cabeza o cara	postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Mecánico (Uso de canguro o rana) - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Físico (Uso de canguro o rana) - Vibraciones	Trastornos osteoarticulares como: Artrosis hiperostonante del codo, lesiones de muñeca, afecciones angineuroticas de la mano.	Pausas activas (estiramiento, calistenia). Autocuidado. Ejercicios de estiramiento puntualmente en manos (Pausas activas). Rotación de personal en cambios de actividades.
Instalacion de elementos prefabricados	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado,

Instalacion de adoquin			capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
Testereo	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
Vaciado de concreto	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Locativo - ubicación de objetos, falta de orden	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP,

			Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio, enfermedades laborales	Pausas activas (estiramiento, calistenia). Autocuidado
	Químico	Alteraciones en el sistema respiratorio, irritaciones cutáneas, mareo, vomito y cefaleas.	Uso de protección respiratoria, Capacitaciones y charlas. Uso de los elementos de protección personal (Casco, Gafas de seguridad, Protección respiratoria, Guantes y Botas de seguridad).
	Locativo - estructurasen en adecuación	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
Instalacion de mobilarios	Biomecánico - Esfuerzo	Escoliosis y problemas lumbagos, lesiones osteomusculares	Uso de ayudas mecánicas. Capacitación en manejo de cargas y riesgo ergonómico Guantes de vaqueta, casco, ropa adecuada y calzado de seguridad
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio, enfermedades laborales	Pausas activas (estiramiento, calistenia), Autocuidado
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de

		heridas	herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - ubicación de objetos, falta de orden	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.

CRONOGRAMA DE ACTVIDADES SST

ACTIVIDAD	MES 1	MES 2
Afiliaciones		
Induccion		
Instalacion de señalizacion perimetral		
Capacitaciones		
Inpecciones de EPP		
Inspección locatica		
Inspeccion de elementos de emergencias		
Retiro de señalizacion perimetral		

CRONOGRAMA DE CAPACTACIONES SST

TEMA	OCTUBRE	NOVIEMBRE
Uso de EPP		
Autocuidado		

PARQUE COLEGIO DEPARTAMENTAL



ACTIVIDADES A REALIZAR

- Excavacion manual
- Instalacion estructura de espacio publico
- Instalacion de elementos prefabricados
- Instalacion de adoquin
- Intalacion de placas concreto
- Instalacion mobilarios urbanos.

NUMERO DE TRABAJADORES

8

RIESGOS, EFECTOS Y CONTROLES

ETAPAS O ACTIVIDADES DE LA TAREA	PELIGRO (FUENTES O SITUACION)	EFECTO / CONSECUENCIAS	CONTROLES REQUERIDOS
Alistamiento de herramientas, materiales y áreas	Seguridad - Locativo (sistemas y medios de almacenamiento, superficies de trabajo (irregularidades, deslizantes, con diferencia del nivel) condiciones de orden y aseo, (caídas de objeto)	Caídas al mismo nivel, golpes, fracturas graves o leves	Precaución al transitar por las áreas de trabajo, Autocuidado, uso de casco de seguridad y botas punta de acero. Charlas de seguridad sobre el autocuidado y caídas al mismo nivel, utilización de ayuda mecánicas como la carretilla, inspecciones locativas y de EPP.
Excavación manual	Físico - Ruido	Cansancio, cefaleas, estrés, afectaciones auditivas	Uso continuo elementos de protección personal. Uso de elementos de protección auditivos, sensibilización y autocuidado
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Mecánico - Proyección	Lesión en ojos por	Uso de gafas y guantes,

Instalacion de estructura de espacio publico	de partículas u objetos	presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Mecánico (Uso de canguro o rana) - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Físico (Uso de canguro o rana) - Vibraciones	Trastornos osteoarticulares como: Artrosis hiperostonante del codo, lesiones de muñeca, afecciones angineuroticas de la mano.	Pausas activas (estiramiento, calistenia). Autocuidado. Ejercicios de estiramiento puntualmente en manos (Pausas activas). Rotación de personal en cambios de actividades.
Instalacion de elementos prefabricados	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas,

Instalacion de adoquin			autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
Testereo	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
Vaciado de concreto	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Locativo - ubicación de objetos, falta de orden	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de

			trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio, enfermedades laborales	Pausas activas (estiramiento, calistenia). Autocuidado
	Químico	Alteraciones en el sistema respiratorio, irritaciones cutáneas, mareo, vomito y cefaleas.	Uso de protección respiratoria, Capacitaciones y charlas. Uso de los elementos de protección personal (Casco, Gafas de seguridad, Protección respiratoria, Guantes y Botas de seguridad).
	Locativo - estructurasen en adecuación	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
Instalacion de mobilarios	Biomecánico - Esfuerzo	Escoliosis y problemas lumbagos, lesiones osteomusculares	Uso de ayudas mecánicas. Capacitación en manejo de cargas y riesgo ergonómico Guantes de vaqueta, casco, ropa adecuada y calzado de seguridad
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio, enfermedades laborales	Pausas activas (estiramiento, calistenia), Autocuidado
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de	Uso de guantes, overol y botas de seguridad,

		miembros, golpes y heridas	inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - ubicación de objetos, falta de orden	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.

CRONOGRAMA DE ACTVIDADES SST

ACTIVIDAD	MES 1	MES 2
Afiliaciones		
Induccion		
Instalacion de señalizacion perimetral		
Capacitaciones		
Inpecciones de EPP		
Inspección locatica		
Inspeccion de elementos de emergencias		
Retiro de señalizacion perimetral		

CRONOGRAMA DE CAPACTACIONES SST

TEMA	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
Uso de EPP		
Autocuidado		
Pausas activas		

PARQUE CHILACOS



ACTIVIDADES A REALIZAR

- Excavacion manual
- Instalacion estructura de espacio publico
- Instalacion de elementos prefabricados
- Instalacion de adoquin
- Intalacion de placas concreto
- Instalacion mobilarios urbanos.

RIESGOS, EFECTOS Y CONTROLES

ETAPAS O ACTIVIDADES DE LA TAREA	PELIGRO (FUENTES O SITUACION)	EFECTO / CONSECUENCIAS	CONTROLES REQUERIDOS
Alistamiento de herramientas, materiales y áreas	Seguridad - Locativo (sistemas y medios de almacenamiento, superficies de trabajo (irregularidades, deslizantes, con diferencia del nivel) condiciones de orden y aseo, (caídas de objeto)	Caídas al mismo nivel, golpes, fracturas graves o leves	Precaución al transitar por las áreas de trabajo, Autocuidado, uso de casco de seguridad y botas punta de acero. Charlas de seguridad sobre el autocuidado y caídas al mismo nivel, utilización de ayuda mecánicas como la carretilla, inspecciones locativas y de EPP.
Excavación manual	Físico - Ruido	Cansancio, cefaleas, estrés, afectaciones auditivas	Uso continuo elementos de protección personal. Uso de elementos de protección auditivos, sensibilización y autocuidado
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.

Instalacion de estructura de espacio publico	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Mecánico (Uso de canguro o rana) - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Físico (Uso de canguro o rana) - Vibraciones	Trastornos osteoarticulares como: Artrosis hiperostonante del codo, lesiones de muñeca, afecciones angineuroticas de la mano.	Pausas activas (estiramiento, calistenia). Autocuidado. Ejercicios de estiramiento puntualmente en manos (Pausas activas). Rotación de personal en cambios de actividades.
Instalacion de elementos prefabricados	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de

Instalacion de adoquin		heridas	herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
Testereo	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Locativo - ubicación de	Caídas, esguinces,	Orden y aseo,

Vaciado de concreto	objetos, falta de orden	trauma, lesiones.	señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio, enfermedades laborales	Pausas activas (estiramiento, calistenia). Autocuidado
	Químico	Alteraciones en el sistema respiratorio, irritaciones cutáneas, mareo, vomito y cefaleas.	Uso de protección respiratoria, Capacitaciones y charlas. Uso de los elementos de protección personal (Casco, Gafas de seguridad, Protección respiratoria, Guantes y Botas de seguridad).
	Locativo - estructurasen en adecuación	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
Instalacion de mobilarios	Biomecánico - Esfuerzo	Escoliosis y problemas lumbagos, lesiones osteomusculares	Uso de ayudas mecánicas. Capacitación en manejo de cargas y riesgo ergonómico Guantes de vaqueta, casco, ropa adecuada y calzado de seguridad
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio, enfermedades laborales	Pausas activas (estiramiento, calistenia), Autocuidado
	Mecánico -	Traumatismos,	Uso de guantes, overol

	Atrapamiento	atrapamiento de miembros, golpes y heridas	y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - ubicación de objetos, falta de orden	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.

CRONOGRAMA DE ACTVIDADES SST

ACTIVIDAD	MES 1	MES 2
Afiliaciones		
Instalacion de señalizacion perimetral		
Retiro de señalizacion perimetral		

PARQUE 20 DE JULIO



ACTIVIDADES A REALIZAR

- Excavacion manual
- Instalacion estructura de espacio publico
- Instalacion de elementos prefabricados
- Instalacion de adoquin
- Intalacion de placas concreto
- Instalacion mobilarios urbanos.

NUMERO DE TRABAJADORES

2

RIESGOS, EFECTOS Y CONTROLES

ETAPAS O ACTIVIDADES DE LA TAREA	PELIGRO (FUENTES O SITUACION)	EFECTO / CONSECUENCIAS	CONTROLES REQUERIDOS
Alistamiento de herramientas, materiales y áreas	Seguridad - Locativo (sistemas y medios de almacenamiento, superficies de trabajo (irregularidades, deslizantes, con diferencia del nivel) condiciones de orden y aseo, (caídas de objeto)	Caídas al mismo nivel, golpes, fracturas graves o leves	Precaución al transitar por las áreas de trabajo, Autocuidado, uso de casco de seguridad y botas punta de acero. Charlas de seguridad sobre el autocuidado y caídas al mismo nivel, utilización de ayuda mecánicas como la carretilla, inspecciones locativas y de EPP.
Excavación manual	Físico - Ruido	Cansancio, cefaleas, estrés, afectaciones auditivas	Uso continuo elementos de protección personal. Uso de elementos de protección auditivos, sensibilización y autocuidado
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de

			actividades. Uso de guantes.
Instalacion de estructura de espacio publico	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Mecánico (Uso de canguro o rana) - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Físico (Uso de canguro o rana) - Vibraciones	Trastornos osteoarticulares como: Artrosis hiperostonante del codo, lesiones de muñeca, afecciones angineuroticas de la mano.	Pausas activas (estiramiento, calistenia). Autocuidado. Ejercicios de estiramiento puntualmente en manos (Pausas activas). Rotación de personal en cambios de actividades.
Instalacion de elementos prefabricados	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Mecánico -	Traumatismos,	Uso de guantes, overol

Instalacion de adoquin	Atrapamiento	atrapamiento de miembros, golpes y heridas	y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
Testereo	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo

Vaciado de concreto			a realizar, autocuidado.
	Locativo - ubicación de objetos, falta de orden	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio, enfermedades laborales	Pausas activas (estiramiento, calistenia). Autocuidado
	Químico	Alteraciones en el sistema respiratorio, irritaciones cutáneas, mareo, vomito y cefaleas.	Uso de protección respiratoria, Capacitaciones y charlas. Uso de los elementos de protección personal (Casco, Gafas de seguridad, Protección respiratoria, Guantes y Botas de seguridad).
	Locativo - estructurasen en adecuación	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
Instalacion de mobilarios	Biomecánico - Esfuerzo	Escoliosis y problemas lumbagos, lesiones osteomusculares	Uso de ayudas mecánicas. Capacitación en manejo de cargas y riesgo ergonómico Guantes de vaqueta, casco, ropa adecuada y calzado de seguridad
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio,	Pausas activas (estiramiento, calistenia), Autocuidado

		enfermedades laborales	
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - ubicación de objetos, falta de orden	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.

CRONOGRAMA DE ACTVIDADES SST

ACTIVIDAD	MES 1	MES 2
Afiliaciones		
Induccion		
Instalacion de señalizacion perimetral		
Capacitaciones		
Inpecciones de EPP		
Inspección locatica		
Retiro de señalizacion perimetral		

CRONOGRAMA DE CAPACTACIONES SST

TEMA	OCTUBRE	NOVIEMBRE
Uso de EPP		
Autocuidado		

PARQUE LA BALSA



ACTIVIDADES A REALIZAR

- Excavacion manual
- Intalacion de placas concreto
- Instalacion mobilarios urbanos.

NUMERO DE TRABAJADORES

2

RIESGOS, EFECTOS Y CONTROLES

ETAPAS O ACTIVIDADES DE LA TAREA	PELIGRO (FUENTES O SITUACION)	EFECTO / CONSECUENCIAS	CONTROLES REQUERIDOS
Alistamiento de herramientas, materiales y áreas	Seguridad - Locativo (sistemas y medios de almacenamiento, superficies de trabajo (irregularidades, deslizantes, con diferencia del nivel) condiciones de orden y aseo, (caídas de objeto)	Caídas al mismo nivel, golpes, fracturas graves o leves	Precaución al transitar por las áreas de trabajo, Autocuidado, uso de casco de seguridad y botas punta de acero. Charlas de seguridad sobre el autocuidado y caídas al mismo nivel, utilización de ayuda mecánicas como la carretilla, inspecciones locativas y de EPP.
Excavación manual	Físico - Ruido	Cansancio, cefaleas, estrés, afectaciones auditivas	Uso continuo elementos de protección personal. Uso de elementos de protección auditivos, sensibilización y autocuidado
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de

		manos	personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
Testereo	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
Vaciado de concreto	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Locativo - ubicación de objetos, falta de orden	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio, enfermedades laborales	Pausas activas (estiramiento, calistenia). Autocuidado
	Químico	Alteraciones en el sistema respiratorio,	Uso de protección respiratoria,

		irritaciones cutáneas, mareo, vomito y cefaleas.	Capacitaciones y charlas. Uso de los elementos de protección personal (Casco, Gafas de seguridad, Protección respiratoria, Guantes y Botas de seguridad).
	Locativo - estructurasen en adecuación	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.
Instalacion de mobilarios	Biomecánico - Esfuerzo	Escoliosis y problemas lumbagos, lesiones osteomusculares	Uso de ayudas mecánicas. Capacitación en manejo de cargas y riesgo ergonómico Guantes de vaqueta, casco, ropa adecuada y calzado de seguridad
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Biomecánicos - Manipulación manual de cargas	Enfermedades osteomusculares, dolor en espina dorsal, cansancio, enfermedades laborales	Pausas activas (estiramiento, calistenia), Autocuidado
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - ubicación de	Caídas, esguinces,	Orden y aseo,

	objetos, falta de orden	trauma, lesiones.	señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.

CRONOGRAMA DE ACTVIDADES SST

ACTIVIDAD	MES 1	MES 2
Afiliaciones		
Induccion		
Instalacion de señalizacion perimetral		
Capacitaciones		
Inpecciones de EPP		
Inspección locatica		
Retiro de señalizacion perimetral		

CRONOGRAMA DE CAPACTACIONES SST

TEMA	OCTUBRE	NOVIEMBRE
Uso de EPP		
Autocuidado		

MONUMENTO LLERAS



ACTIVIDADES A REALIZAR

- Retro de adoquin
- Excavacion manual
- Instalacion estructura de espacio publico
- Instalacion de elementos prefabricados
- Instalacion de adoquin

NUMERO DE TRABAJADORES

8

RIESGOS, EFECTOS Y CONTROLES

ETAPAS O ACTIVIDADES DE LA TAREA	PELIGRO (FUENTES O SITUACION)	EFECTO / CONSECUENCIAS	CONTROLES REQUERIDOS
Alistamiento de herramientas, materiales y áreas	Seguridad - Locativo (sistemas y medios de almacenamiento, superficies de trabajo (irregularidades, deslizantes, con diferencia del nivel) condiciones de orden y aseo, (caídas de objeto)	Caídas al mismo nivel, golpes, fracturas graves o leves	Precaución al transitar por las áreas de trabajo, Autocuidado, uso de casco de seguridad y botas punta de acero. Charlas de seguridad sobre el autocuidado y caídas al mismo nivel, utilización de ayuda mecánicas como la carretilla, inspecciones locativas y de EPP.
Retiro de adoquín	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
Excavación manual	Físico - Ruido	Cansancio, cefaleas, estrés, afectaciones auditivas	Uso continuo elementos de protección personal. Uso de elementos de protección auditivos, sensibilización y autocuidado
	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de

		heridas	herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
Instalacion de estructura de espacio publico	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Mecánico (Uso de canguro o rana) - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Físico (Uso de canguro o rana) - Vibraciones	Trastornos osteoarticulares como: Artrosis hiperostonante del codo, lesiones de muñeca, afecciones angineuroticas de la mano.	Pausas activas (estiramiento, calistenia). Autocuidado. Ejercicios de estiramiento puntualmente en manos (Pausas activas). Rotación de personal en cambios de actividades.
Instalacion de	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de	Uso de guantes, overol y botas de seguridad,

elementos prefabricados		miembros, golpes y heridas	inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
Instalacion de adoquin	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Biomecánicos - Movimiento repetitivo	Síndrome del túnel de carpo, Hormigueo, adormecimiento en las manos	Ejercicios de estiramiento (pausas activas) / rotación de personal en cambios de actividades. Uso de guantes.
Testereo	Mecánico - Atrapamiento	Traumatismos, atrapamiento de miembros, golpes y heridas	Uso de guantes, overol y botas de seguridad, inspección de herramientas, autocuidado, capacitaciones y charlas sobre autocuidado y manejo de herramientas
	Mecánico - Proyección de partículas u objetos	Lesión en ojos por presencia de cuerpo extraño, golpe en cabeza o cara	Uso de gafas y guantes, Autocuidado, buena postura al realizar la actividad.

	Ergonómico - Mala postura, esfuerzo excesivo, movimiento repetitivo	Lumbalgias, lesiones osteomusculares, hernias, espasmos musculares, desgarres	Adoptar buena postura, pausas activas, autocuidado, no sobre extender las extremidades.
	Locativo - Superficies irregulares	Caídas, esguinces, trauma, lesiones.	Orden y aseo, señalización de área de trabajo, Uso de EPP, Inspección previa del área de trabajo, coordinación del trabajo a realizar, autocuidado.

CRONOGRAMA DE ACTVIDADES SST

ACTIVIDAD	MES 1
Afiliaciones	
Induccion	
Instalacion de señalizacion perimetral	
Capacitaciones	
Inpecciones de EPP	
Inspección locatica	
Inspeccion de elementos de emergencias	
Retiro de señalizacion perimetral	

CRONOGRAMA DE CAPACTACIONES SST

TEMA	DICIEMBRE
Manipulacion manual de cargas	
Prteccion y prevencion del ruido	