100.9

FECHA: 17 de mayo del 2025	
ACTA N°: 003	**LUGAR:** Zona Rural – Corregimiento de Morelia
HORA DE INICIO: 10:00 AM	**HORA FINAL:** 12:00 M
OBJETIVO DE LA REUNION: Prevenir las enfermedades profesionales y mitigar el riesgo de origen laboral en trabajadores informales del municipio de Roldanillo.	

1. **ASISTENTES**
   - ✓ Eliana Bermúdez Toro, Profesional en Seguridad y Salud en el Trabajo

2. **DESARROLLO DE LA REUNIÓN**

Como parte del proyecto empleo para la vida, el día 17 de mayo, a las 11:00 a.m. en el Corregimiento de Morelia del municipio de Roldanillo, se llevó a cabo una campaña educativa dirigida a trabajadores informales de talleres de mecánica en el corregimiento de morelia del municipio de Roldanillo. Esta actividad tuvo como objetivo prevenir enfermedades profesionales y disminuir los riesgos ocupacionales mediante capacitación a los participantes sobre la importancia del autocuidado y la prevención de trastornos musculoesqueléticos, los cuales son frecuentes en este tipo de ocupaciones debido a las posturas prolongadas, la manipulación de cargas y los esfuerzos físicos repetitivos.

Se dio inicio a la campaña de sensibilización con un saludo de bienvenida por parte del equipo integral del Plan de Intervención Colectivas (PIC) conformado por profesional del área de seguridad y salud en el trabajo y profesional en psicología, quienes expresaron su agradecimiento por la participación y resaltaron la importancia de fortalecer prácticas de autocuidado y prevención en los entornos laborales informales.

Fase 1: abordaron de manera clara y práctica los principales riesgos laborales asociados a este oficio**,** especialmente los relacionados con la aparición de trastornos musculoesqueléticos**.** Se destacaron contenidos pedagógicos relacionados con buenas prácticas ergonómicas, pausas activas, posturas adecuadas y recomendaciones para mejorar las condiciones físicas en el entorno de trabajo. La actividad contó con la participación activa de los trabajadores, quienes compartieron sus experiencias laborales y recibieron orientación por parte del equipo técnico encargado de la jornada.

- **Posturas inadecuadas**: como permanecer agachado durante largos periodos, trabajar de rodillas o inclinar el cuerpo para alcanzar piezas o herramientas.
- **Manipulación manual de cargas**: levantar llantas, motores, cajas de herramientas o repuestos pesados sin técnicas adecuadas de levantamiento.

100.9

- **Movimientos repetitivos**: como el uso constante de destornilladores, llaves de presión o herramientas manuales que generan sobrecarga en muñecas, hombros y codos.
- **Uso de herramientas sin diseño ergonómico**, lo que incrementa el riesgo de fatiga muscular y lesiones.
- **Falta de pausas activas y estiramientos**, lo cual favorece la rigidez articular y contracturas por actividades continuas y prolongadas.
- **Espacios de trabajo mal organizados**: que obligan al trabajador a adoptar posturas forzadas, caminar en zonas inseguras o trabajar sin iluminación suficiente.

Fase 2**:** Se realizaron ejercicios prácticos sobre pausas activas, técnicas de levantamiento de carga, y recomendaciones para la organización del espacio de trabajo. Asimismo, se generó un espacio participativo en el que los asistentes compartieron sus experiencias laborales y expresaron sus dudas, las cuales fueron resueltas por el equipo.

3. CARACTERIZACION

EDAD						ORIENTACIÓN				GÉNERO			ETNIA			CONDICIÓN DISCAPACIDAD						ZONA	
0-5	6-11	12-18	19-26	27-59	> 60	LESBIANA	GAY	BISEXUAL	HETEROSEXUAL	FEMENIMO	MASCULINO	AFRO	INDIGENA	ROM	OTRO	FÍSICA	VISUAL	AUDITIVA	COGNITIVA	MUJER CABEZA	VICT. CONFLICTO ARMA.	RURAL	URBANA
0	0	0	5	10	0	0	0	0	15	4	11	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	15	0

El total de personas registradas es 15. La mayoría tiene entre 27 y 59 años (66,7%) y el resto entre 19 y 26 años (33,3%). Todas se identifican como heterosexuales (100%). En cuanto al género, predominan los hombres con 11 personas (73,3%) y hay 4 mujeres (26,7%). No se reporta pertenencia a ningún grupo étnico ni condiciones de discapacidad. Tampoco hay mujeres cabeza de hogar ni víctimas del conflicto armado. Todas las personas residen en zona rural (100%).

4. COMPROMISOS

- Se comprometieron a incluir en su practica laboral las medidas preventivas entregadas por el equipo de salud
- Realizar pausas activas en sus actividades diarias
- El equipo PIC se compromete a darle continuidad a las campañas para trabajadores informales.

5. OBSERVACION

se sugiere continuar fortaleciendo este tipo de intervenciones**,** adaptadas a los riesgos específicos de los oficios informales, fomentando una cultura de prevención que contribuya a la reducción de lesiones y a la mejora de la calidad de vida laboral de esta población.

La campaña educativa dirigida a trabajadores informales de talleres de mecánica se desarrolló de manera satisfactoria, logrando cumplir con el objetivo de promover el autocuidado y la prevención de trastornos

100.9

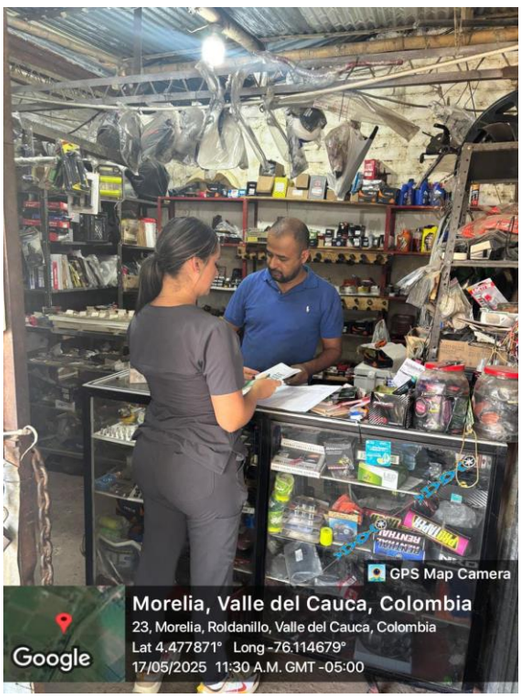
musculoesqueléticos mediante la implementación de prácticas ergonómicas simples.

Durante la actividad se logró no solo sensibilizar a los participantes, sino también identificar y analizar los principales factores de riesgo presentes en este tipo de oficio, como las posturas prolongadas e inadecuadas, el levantamiento de cargas pesadas, los movimientos repetitivos y la organización deficiente del espacio de trabajo. Abordar estos aspectos permitió generar conciencia en los trabajadores sobre cómo estas condiciones afectan su salud física a corto y largo plazo.

La participación activa del grupo fue un aspecto destacado, ya que se mostraron comprometidos con aprender y adoptar nuevas prácticas que favorezcan su bienestar laboral. La jornada fue recibida con entusiasmo, generando un espacio de diálogo y aprendizaje que resultó muy enriquecedor para todos.

6. ANEXOS

✓ Registro fotográfico





Sharon Andrea Gomez García
Psicóloga del PIC Municipal
Firma Responsable(s)
Transcribió: Sharon Andrea Gomez García
Archívese en: PIC MUNICIPAL 2025