Gmail **Nanda Mejia Collazos <namejiaformacion@gmail.com>**

PLAN DE SESIÓN FICHA 42 030326

5 mensajes

Nanda Mejia Collazos <namejiaformacion@gmail.com> 3 de marzo de 2026 a las 6:00
Para: Kennerdiaz014@gmail.com, maria camila silva <silvamariacamila412@gmail.com>, gomezsanchezkatalina@gmail.com, edna gutierrez <ednagutierrez2810@gmail.com>, oteroniki3@gmail.com, Juan Jose <landazuryjuan040@gmail.com>, dannavalentina9327@gmail.com, Michel Obando <michelobando37@gmail.com>, Saraimbach3@gmail.com, madelenebaronorejuela@gmail.com, e.gav.kevin.solis@cali.edu.co, alisongarzon78@gmail.com, SANTIAGO BERMUDEZ <bermudezsantiago729@gmail.com>, ginagarzon78@gmail.com, miguelangelpechene0@gmail.com, deilinfabianar@gmail.com, humaror@gmail.com, emelinjimenez234@gmail.com, mcampaz44@gmail.com, Isabella Larrotta paz <isalp.0630@gmail.com>, jhossda@hotmail.com, iansebastianmosquera@gmail.com, Fernando Yocue <fernandoyocue450@gmail.com>, silvamariacamil412@gmail.com, lucumikevin14@gmail.com, luzmontilla.1024@gmail.com, ingrithbenavides02@gmail.com, cristian2024ppp@gmail.com, Johan felipe Mosquera mosquera <Johanfelipemosqueramosquera@gmail.com>, adhara0229@gmail.com, José Jairo Téllez Ramírez <josejairotellezramirez@gmail.com>, luisdavidguerrerobaena@gmail.com, vlntncrz08@gmail.com, Andrés Marcillo <andresmarcillopozo@gmail.com>, Laura Ibarguen <laurasarayibarguenhurtado@gmail.com>, giselamarin1279@gmail.com, estebanimbachi125@gmail.com

🟢 PLAN DE SESIÓN

FICHA 42

Programa: Coordinación del Sistema Integrado de Gestión – SST
Instructora: Nanda N. Mejía Collazos
Fecha: Martes 3 de marzo de 2026
Horario: 6:00 a.m. a 8:45 a.m.
Ambiente: 9
Modalidad: Presencial

🏷️ TÍTULO DE LA SESIÓN

Cierre Técnico de Identificación de Peligros y Entrega Aplicada en Vivienda – De la Teoría a la Realidad

🎯 RESULTADO DE APRENDIZAJE ASOCIADO

Identificar peligros y valorar riesgos aplicando la metodología GTC 45 en contextos reales, estructurando información técnica base para el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.

🎯 OBJETIVO GENERAL

Consolidar el proceso formativo de identificación de peligros y riesgos mediante cierre de exposiciones, entrega aplicada del ejercicio en vivienda y retroalimentación técnica formativa.

🎯 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

✓ Finalizar exposiciones programadas de identificación de peligros.
✓ Verificar entrega del ejercicio aplicado en vivienda.
✓ Realizar retroalimentación técnica y correcciones necesarias.

✓ Fortalecer criterios de identificación y valoración de riesgos.
✓ Preparar el proceso para construcción de matriz de peligros en la PyME.

🧠 METODOLOGÍA SENA

✓ Activación de saberes previos
✓ Reflexión participativa
✓ Aprender haciendo
✓ Socialización técnica
✓ Retroalimentación formativa
✓ Evidencia de producto

🟡 1. REFLEXIÓN INICIAL – SESIÓN 1

🌱 SER IMPECABLE CON LAS PALABRAS

🎯 El poder de las palabras en la Seguridad y Salud en el Trabajo

📖 Base conceptual breve

Miguel Ruiz, en *Los Cuatro Acuerdos*, nos habla del primero y más importante:
"Sé impecable con tus palabras."

Ser impecable significa:

- Hablar con verdad.
- No usar la palabra para dañar.
- No usarla contra otros ni contra nosotros mismos.
- Ser coherente entre lo que pensamos y lo que decimos.

Desde la Programación Neurolingüística (PNL) sabemos que el lenguaje no solo comunica…
programa nuestra mente.

Las palabras que repetimos se convierten en creencias.
Y las creencias dirigen nuestro comportamiento.

💬 Dinámica participativa

Preguntas al grupo:

- ¿Qué palabras se dicen ustedes cuando se equivocan?
- ¿Se hablan con respeto o con dureza?
- ¿Qué palabras escuchamos en los ambientes laborales cuando ocurre un error?

Construcción colectiva en tablero:

Palabras que construyen vs palabras que destruyen.

🗣️ "Ser impecables con las palabras"

Actividad participativa:

Preguntas detonantes:

- ¿Qué palabras usamos cuando algo sale mal en una empresa?
- ¿Decimos “eso siempre ha sido así”?
- ¿Decimos “eso no es grave”?
- ¿Minimizamos los riesgos con nuestras palabras?

Conexión con SST:

Las palabras crean cultura organizacional.
Si normalizamos el riesgo con palabras débiles, debilitamos la prevención.

Breve mención PNL:

El cerebro responde a lo que repetimos.
Si decimos “eso nunca pasa”, bajamos la percepción del riesgo.
Si decimos “esto debe prevenirse”, activamos responsabilidad.

En Seguridad y Salud en el Trabajo:

- Una mala comunicación genera accidentes.
- Una instrucción mal dada puede generar riesgo.
- Un comentario desmotivador afecta el compromiso preventivo.

Se cierra con reflexión grupal:

👉 ¿Estoy usando mis palabras para construir seguridad o para debilitarla?

Construcción colectiva:

¿Qué frases deberíamos eliminar del entorno laboral?

🔎 Conexión con SST

En Seguridad y Salud en el Trabajo:

- Un “eso no es nada” puede costar una vida.
- Un “revise eso por favor” puede prevenir un accidente.
- Un “eso siempre se ha hecho así” puede mantener el riesgo.

Un coordinador SST debe ser impecable con sus palabras porque:

✓ Forma cultura preventiva.
✓ Lidera con ejemplo.
✓ No minimiza riesgos.
✓ No humilla, corrige con respeto.

🌟 Cierre Reflexión

“Las palabras crean cultura.

Y la cultura crea seguridad.”

"Sé impecable con tus palabras."

🟡 2. CIERRE DE EXPOSICIONES PENDIENTES

Identificación de Peligros y Valoración de Riesgos – GTC 45

Cada grupo debe:

✓ Exponer sin leer.
✓ Usar diapositivas con palabras clave.
✓ Presentar video corto (máx. 5 minutos).
✓ Realizar actividad interactiva.
✓ Entregar diapositivas y enlaces a la instructora.
✓ Compartir material en el grupo interno del curso.

Se refuerza:

Identificación correcta → base del SG-SST
Identificación incorrecta → sistema débil

🟡 3. ENTREGA DEL EJERCICIO APLICADO EN CASA

Identificación de 7 peligros en vivienda

📌 Deben enviarlo al correo electrónico durante la formación.

Se verificará:

✓ Que hayan identificado mínimo 7 peligros.
✓ Que hayan descrito el riesgo.
✓ Que hayan propuesto controles.
✓ Que esté redactado técnicamente.

Se realizará retroalimentación general y se harán correcciones formativas.

Se aclara:

La revisión sistemática se hará posteriormente, pero hoy se verifica cumplimiento.

🟡 4. PREPARACIÓN PARA MATRIZ DE PELIGROS EN PYME

Se recuerda que:

📌 Mañana deben llevar las encuestas aplicadas en la PyME proyecto.

Requisitos obligatorios:

✓ Deben estar impresas.
✓ Deben estar diligenciadas completamente.
✓ Deben haber sido explicadas personalmente a cada trabajador.
✓ No deben llevar nombres.
✓ Deben estar numeradas (Ejemplo: Trabajador 1, Trabajador 2…).
✓ No deben dejar preguntas en blanco.
✓ No deben enviarlas para que las llenen solos.

Se enfatiza:

El instrumento es anónimo.
Se numera para control técnico, no para identificación personal.

Se explica:

Estas encuestas serán la base para iniciar la construcción de la matriz de peligros y valoración de riesgos de la PyME.

🟡 5. CONEXIÓN FINAL

Identificación en casa
→ Comprensión personal del riesgo
→ Aplicación en empresa
→ Construcción de matriz
→ Prevención real

Pregunta final:

👉 ¿Cómo voy a exigir prevención en la empresa si no soy capaz de verla en mi propia casa?

📊 EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE

✓ Conocimiento: Participación activa.
✓ Desempeño: Exposiciones técnicas.
✓ Producto: Entrega ejercicio en vivienda.
✓ Producto próximo: Encuestas aplicadas en PyME.

🌟 FRASE DE CIERRE MOTIVACIONAL

“Un profesional en SST no solo identifica riesgos en el trabajo. Aprende a verlos en su vida diaria y actúa para prevenirlos.”

Cordialmente,
--
Nanda N. Mejía Collazos
Administradora de empresas - Postgrado en docencia
Especialista en Gerencia Seguridad y Salud en el trabajo

Mail Delivery Subsystem <mailer-daemon@googlemail.com> 3 de marzo de 2026 a las 6:00
Para: namejiaformacion@gmail.com

No se encontró la dirección



Tu mensaje no se entregó a **silvamariacamil412@gmail.com** porque la dirección no se encuentra o no puede recibir correos electrónicos.

MÁS INFORMACIÓN

La respuesta fue:

```
550 5.1.1 The email account that you tried to reach does not exist. Please try double-checking
the recipient's email address for typos or unnecessary spaces. For more information, go to
https://support.google.com/mail/?p=NoSuchUser 5a478bee46e88-2bdd1bb94b6sor1451566eec.1 - gsmtp
```

Final-Recipient: rfc822; silvamariacamil412@gmail.com
Action: failed
Status: 5.1.1
Diagnostic-Code: smtp; 550-5.1.1 The email account that you tried to reach does not exist. Please try
550-5.1.1 double-checking the recipient's email address for typos or
550-5.1.1 unnecessary spaces. For more information, go to
550 5.1.1 https://support.google.com/mail/?p=NoSuchUser 5a478bee46e88-2bdd1bb94b6sor1451566eec.1 - gsmtp
Last-Attempt-Date: Tue, 03 Mar 2026 03:00:30 -0800 (PST)

noname
6K

Mail Delivery Subsystem <mailer-daemon@googlemail.com> 4 de marzo de 2026 a las 9:40
Para: namejiaformacion@gmail.com



La entrega no se completó

Hubo un problema temporal al entregar tu mensaje a **Saraimbach3@gmail.com**. Gmail seguirá intentando durante 44 horas más. Si la entrega falla definitivamente, recibirás una notificación.

MÁS INFORMACIÓN

La respuesta fue:

452 4.2.2 The recipient's inbox is out of storage space. Please direct the recipient to https://support.google.com/mail/?p=OverQuotaTemp d2e1a72fcca58-82739fc66bdsor11245159b3a.1 - gsmtp

Final-Recipient: rfc822; Saraimbach3@gmail.com
Action: delayed
Status: 4.2.2
Diagnostic-Code: smtp; 452-4.2.2 The recipient's inbox is out of storage space. Please direct the
452-4.2.2 recipient to
452 4.2.2 https://support.google.com/mail/?p=OverQuotaTemp d2e1a72fcca58-82739fc66bdsor11245159b3a.1 - gsmtp
Last-Attempt-Date: Wed, 04 Mar 2026 06:40:26 -0800 (PST)
Will-Retry-Until: Fri, 06 Mar 2026 03:00:29 -0800 (PST)

noname
6K

Mail Delivery Subsystem <mailer-daemon@googlemail.com> 5 de marzo de 2026 a las 11:26
Para: namejiaformacion@gmail.com



La entrega no se completó

Hubo un problema temporal al entregar tu mensaje a **Saraimbach3@gmail.com**. Gmail seguirá intentando durante 18 horas más. Si la entrega falla definitivamente, recibirás una notificación.

MÁS INFORMACIÓN

La respuesta fue:

452 4.2.2 The recipient's inbox is out of storage space. Please direct the recipient to https://support.google.com/mail/?p=OverQuotaTemp 98e67ed59e1d1-3593dcd1ce1sor10411661a91.5 - gsmtp

Final-Recipient: rfc822; Saraimbach3@gmail.com
Action: delayed
Status: 4.2.2
Diagnostic-Code: smtp; 452-4.2.2 The recipient's inbox is out of storage space. Please direct the
452-4.2.2 recipient to
452 4.2.2 https://support.google.com/mail/?p=OverQuotaTemp 98e67ed59e1d1-3593dcd1ce1sor10411661a91.5 -
gsmtp
Last-Attempt-Date: Thu, 05 Mar 2026 08:26:39 -0800 (PST)
Will-Retry-Until: Fri, 06 Mar 2026 03:00:29 -0800 (PST)

noname
6K

Mail Delivery Subsystem <mailer-daemon@googlemail.com> 6 de marzo de 2026 a las 9:52
Para: namejiaformacion@gmail.com



La bandeja de entrada del destinatario está llena

Tu mensaje no pudo entregarse a **Saraimbach3@gmail.com**. La bandeja de entrada del destinatario está llena o, en este momento, está recibiendo demasiados mensajes.

MÁS INFORMACIÓN

La respuesta fue:

```
452 4.2.2 The recipient's inbox is out of storage space. Please direct the recipient to
https://support.google.com/mail/?p=OverQuotaTemp 98e67ed59e1d1-359c015fab3sor847797a91.10 - gsmtp
```

Final-Recipient: rfc822; Saraimbach3@gmail.com
Action: failed
Status: 4.2.2
Diagnostic-Code: smtp; 452-4.2.2 The recipient's inbox is out of storage space. Please direct the
452-4.2.2 recipient to
452 4.2.2 https://support.google.com/mail/?p=OverQuotaTemp 98e67ed59e1d1-359c015fab3sor847797a91.10 - gsmtp
Last-Attempt-Date: Fri, 06 Mar 2026 06:52:22 -0800 (PST)

noname
6K