PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

- Denominación del Programa de Formación: COCINA
- Código del Programa de Formación: **665503**
- Nombre del Proyecto Formativo: Implementación de técnicas y procedimientos de cocina en establecimientos gastronómicos en Boyacá
- Actividad de Proyecto Formativo: Producir alimentos de cocina nacional e internacional

Competencia: Aplicar prácticas de protección ambiental, seguridad y salud en el trabajo de acuerdo con las políticas organizacionales y la normatividad vigente.

Resultados de Aprendizaje:

- 549117 - 1. Interpretar los problemas ambientales y de SST teniendo en cuenta los planes y programas establecidos por la organización y el entorno social.

- 549118 - 2. Efectuar las acciones para la prevención y control de la problemática ambiental y de SST, teniendo en cuenta los procedimientos establecidos por la organización.

- 549119 - 3. Verificar las condiciones ambientales y de SST acorde con los lineamientos establecidos para el área de desempeño laboral

- 549120 - 4. Reportar las condiciones y actos que afecten la protección del medio ambiente y la SST, de acuerdo con los lineamientos establecidos en el contexto organizacional y social.

- Duración de la Guía de Aprendizaje (horas): 24 horas

2. PRESENTACIÓN

Esta guía de aprendizaje está diseñada para los aprendices del programa de Cocina, con el fin de fortalecer competencias en Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) y Gestión Ambiental. El objetivo es fomentar la prevención de riesgos laborales, el cumplimiento de la normatividad vigente y la adopción de prácticas sostenibles en el entorno laboral.

La seguridad y salud en el trabajo (SST) es importante en las diferentes instituciones para proteger la integridad física y mental de los empleados, prevenir accidentes de trabajo y enfermedades laborales, contribuyendo a fomentar un ambiente laboral sano que impulse la productividad y la eficiencia.

Esta guía de aprendizaje tiene como objetivo que el APRENDIZ participe de las diferentes actividades propuestas, que tienen como propósito fundamental: Identificar, analizar y comprender los diferentes conceptos técnicos relacionados con el área de seguridad y salud en el trabajo, ambiental, siglas utilizadas en SST y ambiental, conocer los factores de riesgos y sus diferentes clases, concepto de accidente de trabajo y enfermedad laboral según la ley 1562 de 2012 en sus artículos 3 y 4, diferencia entre peligro y riesgos con ejemplos, normatividad legal vigente en materia de SST, dar a conocer los residuos sólidos peligrosos y no peligrosos y su clasificación.

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- **Descripción de la(s) Actividad(es)**

3.1. Actividades de reflexión inicial: Estimado aprendiz lo invito a observar el siguiente video “concepto de seguridad y salud en el trabajo” lo encuentra en el siguiente enlace:

https://www.youtube.com/watch?v=y6jhr7QLNug, luego debe responder a las siguientes preguntas:

- ¿Qué es seguridad y salud en el trabajo?
- Cuál es el principal objetivo de la seguridad y salud en el trabajo.
- Qué es un accidente de trabajo
- ¿Qué es enfermedad laboral?
- Según el video cuales son las condiciones de trabajo que pueden causar un accidente de trabajo.

Descripción de la(s) Actividad(es) Estimados aprendices la invitación a participar de esta primera actividad es con el objetivo de consultar conceptos, vocabularios y siglas utilizados en SST y medio ambiente los cuales serán socializados por todos los aprendices y apoyados por su instructor, en el ambiente de formación y plasmado en su agenda de apuntes.

- **RAP 001: Interpretación de los problemas ambientales y de Seguridad y Salud en el trabajo de acuerdo con planes y programas de la organización y el entorno social.**

El desarrollo de esta actividad consiste en realizar la socialización por parejas de aprendices apoyados con imágenes en la cual ellos participan de la consulta realizada anteriormente sobre los conceptos, vocabularios y siglas utilizados en SST y medio ambiente.

Ambiente requerido: Escenario aula de formación
Estrategias o técnicas didácticas activas: Mesa redonda
Materiales de formación: **https://www.fondoriesgoslaborales.gov.co/glosario/**
https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2018/11/guia-basica-sst.pdf
https://www.arlsura.com/index.php/glosario-arl

Material de Apoyo: Ambiente de formación, televisor.
Evidencias de aprendizaje: Conocimiento.
Instrumentos de evaluación: Lista de Chequeo

Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:

- ✓ Producto a entregar: Documento elaborado “Ensayo” de acuerdo con las indicaciones dadas por el instructor para la entrega
- ✓ Formato: PDF, normas APA
- ✓ Extensión: Libre

Duración de la actividad: 6 horas.

3.2 Actividades de contextualización e identificación de conocimientos necesarios para el aprendizaje:

Descripción de la(s) Actividad(es): Apreciados aprendices para el desarrollo de esta actividad es importante adquirir conocimientos claros entre peligro y riesgo, concepto factor de riesgo laboral y clases de factores de riesgo aplicado al área de cocina para esto apóyense en las lectura de la siguientes paginas web: En sus notas de apuntes y de acuerdo con el material de apoyo adjunto en esta actividad responder a las siguientes preguntas:

Qué es peligro y que es riesgo en SST?
Porque es importante en las empresas identificar los peligros, evaluar y valorar los riesgos
Qué tipos de peligros podemos encontrar en nuestro ambiente de trabajo
Qué normatividad legal vigente hay en Colombia referente a peligros y riesgos en SST.



https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2023/10/24.-PRESENTACION-GESTION-DE-PELIGROS-Y-RIESGOS.pdf

file:///C:/Users/Gabriel/Downloads/memorias-1.pdf

https://estudiarvirtual.unipiloto.edu.co/blog/accidentes-comunes-en-oficinas

https://asiprex.com/principales-riesgos-laborales-en-la-oficina-como-evitarlos

https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2021/04/15-MARZO-.-MATERIAL-DE-APOYO-PREVENCIO%CC%81N-DE-PELIGROS-EN-EL-ADMINISTRACIO%CC%81N-PUBLICA-GENERALIDADES.pdf

https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2021/04/15-MARZO-.-MATERIAL-DE-APOYO-PREVENCIO%CC%81N-DE-PELIGROS-EN-EL-ADMINISTRACIO%CC%81N-PUBLICA-GENERALIDADES.pdf

GUÍA TÉCNICA COLOMBIANA GTC 45.

Ejemplo de la table de peligros

Nota: La presente tabla proporciona orientación y no constituye una lista exhustiva de todos los peligros existentes.

	Clasificación						
Descripción	**Biológico**	**Físico**	**Químico**	**Psicosocial**	**Biomecánicos**	**Condiciones de seguridad**	**Fenómenos naturales***
	Virus	Ruido (impacto intermitente y continuo)	Polvos orgánicos inorgánicos	Gestión organizacional (estilo de mando, pago, contratación, participación, inducción y capacitación, bienestar social, evaluación del desempeño, manejo de cambios)	Postura (prologada mantenida, forzada, antigravitacionales)	Mecánico (elementos de máquinas, herramientas, piezas a trabajar, materiales proyectados sólidos o fluidos	Sismo
	Bacterias	Iluminación (luz visible por exceso o deficiencia)	Fibras	Características de la organización del trabajo (comunicación, tecnología, organización del trabajo, demandas cualitativas y cuantitativas de la labor	Esfuerzo	Eléctrico (alta y baja tensión, estática)	Terremoto
	Hongos	Vibración (cuerpo entero, segmentaria)	Líquidos (nieblas y rocíos)	Características del grupo social del trabajo (relaciones, cohesión, calidad de interacciones, trabajo en equipo	Movimiento repetitivo	Locativo (almacenamiento, superficies de trabajo (irregularidades, deslizantes, con diferencia del nivel) condiciones de orden y aseo, caídas de objeto)	Vendaval
	Ricketsias	Temperaturas extremas (calor y frío)	Gases y vapores	Condiciones de la tarea (carga mental, contenido de la tarea, demandas emocionales, sistemas de control, definición de roles, monotonía, etc).	Manipulación manual de cargas	Tecnológico (explosión, fuga, derrame, incendio)	Inundación
	Parásitos	Presión atmosférica (normal y ajustada)	Humos metálicos, no metálicos	Interfase persona tarea (conocimientos, habilidades con relación a la demanda de la tarea, iniciativa, autonomía y reconocimiento, identificación de la persona con la tarea y la organización		Accidentes de tránsito	Derrumbe
	Picaduras	Radiaciones ionizantes (rayos x, gama, beta y alfa)		Jornada de trabajo (pausas, trabajo nocturno, rotación, horas extras, descansos)		Públicos (Robos, atracos, asaltos, atentados, desorden público, etc.)	Precipitaciones, (lluvias, granizadas, heladas)
	Mordeduras	Radiaciones no ionizantes (láser, ultravioleta infraroja)	Material particulado			Trabajo en Alturas	
	Fluidos o excrementos					Espacios Confinados	

* Tener en cuenta únicamente los peligros de fenómenos naturales que afectan la seguridad y bienestar de las personas en el desarrollo de una actividad. En el

<u>RAP 002:</u> Implementar acciones para la prevención y control de la problemática de SST-Ambiental teniendo en cuenta los procedimientos establecidos por la organización.

-

a- De manera individual cada aprendiz debe realizar el estudio de cada uno de las clases de peligros existentes según la tabla GTC 45- Guía Técnica Colombiana para la identificación de los peligros y la valoración de los riesgos en seguridad y salud ocupacional. Deben realizar informe resumen en hoja tipo examen con buena presentación para ser entregado a su instructor.

b- En grupos de tres aprendices apoyados en la elaboración de una cartelera explicar cinco ejemplos de peligros y cinco ejemplos de riesgos existentes en el área de enfermería, socializándolos a los demás aprendices y su instructor en el ambiente de formación.

Ambiente requerido: Escenario aula de formación

Estrategias o técnicas didácticas activas: Debate

Materiales de formación: enlaces a sitios web:

Instrumento evaluación: Espina de pescado sobre las estrategias para la prevención y control de los impactos ambientales, accidentes y enfermedades laborales (ATEL)

https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2023/10/24.-PRESENTACION-GESTION-DE-PELIGROS-Y-RIESGOS.pdf
file:///C:/Users/Gabriel/Downloads/memorias-1.pdf
https://estudiarvirtual.unipiloto.edu.co/blog/accidentes-comunes-en-oficinas
https://asiprex.com/principales-riesgos-laborales-en-la-oficina-como-evitarlos
https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2021/04/15-MARZO-.-MATERIAL-DE-APOYO-PREVENCIO%CC%81N-DE-PELIGROS-EN-EL-ADMINISTRACIO%CC%81N-PUBLICA-GENERALIDADES.pdf

Material de Apoyo: Ambiente de formación, televisor, tablero.
Evidencias de aprendizaje: Conocimiento.
Instrumentos de evaluación: Lista de chequeo

Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:

- ✓ Producto a entregar: Espina de pescado sobre estrategias de prevención de los impactos y accidentes y enfermedades laborales (ATEL)dadas por el instructor para la entrega.
- ✓ Formato: PDF, normas APA
- ✓ Extensión: Libre

Duración de la actividad: 6 horas.

3.3. Actividades de apropiación:

Descripción de la(s) Actividad(es): Estimados aprendices la invitación al desarrollo de esta actividad es conocer y diferenciar los conceptos de actos inseguros, condiciones inseguras

(decreto 1072 de 2015), accidente de trabajo y enfermedad laboral (según la ley 1562 de 2012 art, 3 y 5) presentes en nuestras actividades en el desarrollo de nuestras labores.



- **<u>RAP 003:</u> Identifica condiciones ambientales y de sst acorde con los lineamientos establecidos para el área de desempeño laboral**

  En parejas los aprendices elaboraran un mapa mental con los temas relacionados en la descripción de la actividad explicando concepto y ejemplos relacionados con el área enfermería posteriormente será socializado a los demás aprendices y su instructor en el ambiente de formación.

Ambiente requerido: Escenario aula de formación

Estrategias o técnicas didácticas activas: Exposición

Materiales de formación: https:

file:///C:/Users/Gabriel/Downloads/actos_condiciones_inseguras_oficinas.pdf
https://safetyculture.com/es/temas/seguridad-laboral/condicion-segura/
https://www.implementandosgi.com/procesos/actos-y-condiciones-inseguras/
https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2023/10/10.-PRESENTACION-ACCIDENTES-DE-TRABAJO-Y-ENFERMEDAD-LABORAL.pdf
https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2018/11/guia-investigacion-accidentes-incidentes-trabajo-enfermedad-laboral.pdf

Material de Apoyo: Ambiente de formación, televisor, tablero, marcadores.
Evidencias de aprendizaje: Principales de evidencias. Conocimiento.

Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:

- ✓ Producto a entregar: Mapa mental
- ✓ Formato: PDF, normas APA
- ✓ Extensión: Libre

Instrumentos de evaluación: Lista de chequeo

Duración de la actividad: 6 horas.

3.4 Actividades de Transferencia de conocimiento

Descripción de la(s) Actividad(es): Respetados aprendices en esta actividad se debe promover la educación sobre la gestión adecuada de los residuos solidos fomentando practicas responsables.
Los residuos sólidos están relacionados con cualquier objeto, material, sustancia o elemento sólido resultante del consumo o uso de un bien en actividades domésticas, industriales, comerciales, institucionales, de servicios, que el generador abandona, rechaza o entrega y que es

susceptible de aprovechamiento o transformación en un nuevo bien, con valor económico o de disposición final.

Las empresas que implementan una correcta gestión de residuos refuerzan su imagen como organizaciones responsables y sostenibles.

- **RAP 004: Reportar las condiciones y actos que afecten la protección del medio ambiente y la SST.**

a) Ver el siguiente video sobre residuos sólidos: https://www.youtube.com/watch?v=BzJ56q8YOPE, con base en el video cada aprendiz en su agenda de apuntes conteste a las siguientes preguntas y socialice con los demás aprendices y su instructor.

- Qué son residuos solidos?
- Qué es la regla de las 3 R.?
- Cuáles son los nuevos colores de las canecas con sus respectivos ejemplos?
- Qué residuos aprovechables se generan desde la actividad de cocina
- Mencione tres ejemplos de residuos peligrosos que puedan generarse en cocina

a. Cada aprendiz mediante una mesa redonda debe participar sobre la problemática relacionada con los residuos sólidos en cuanto a: impacto sobre la salud pública, impacto sobre el medio ambiente, y problemas de seguridad.

Ambiente requerido: Escenario aula de formación

Estrategias o técnicas didácticas activas: Mesa redonda

Materiales de formación: https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2023/06/13.-PRESENTACION-GESTION-DE-RESIDUOS-SOLIDOS-E-INTERACCION.pdf

https://www.segurossura.com.co/empresasura/Documentacion%20Formacion/guia-para-la-elaboracion-del-plan-de-manejo-integral-de-residuos-solidos-PMIRS.pdf

https://www.youtube.com/watch?v=BzJ56q8YOPE

https://economiacircular.minambiente.gov.co/wp-content/uploads/2022/06/guia-nacional-para-la-adecuada-gestion-de-residuos-colombia-2022.pdf

Material de Apoyo: Ambiente de formación, televisor, tablero, marcadores.
Evidencias de aprendizaje: Conocimiento.

Instrumentos de evaluación: mediante la observación de video se realiza socialización del tema a los demás aprendices e instructor.

Duración de la actividad: 6 horas.

4. PLANTEAMIENTO DE EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE PARA LA EVALUACIÓN EN EL PROCESO FORMATIVO.

Fase del proyecto formativo	Actividad del proyecto formativo	Actividad de Aprendizaje	Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
EJECUCIÓN	Producir alimentos de cocina nacional e internacional	Aplicar prácticas de protección ambiental, seguridad y salud en el trabajo de acuerdo con las políticas organizacionales y la	**RAP 001:** Interpretación de los problemas ambientales y de Seguridad y Salud en el trabajo de acuerdo con planes y programas de la organización	Contextualiza el entorno ambiental y de la seguridad y salud en el trabajo según la normatividad vigente.	**Técnica de Evaluación:** Observación **Instrumento de Evaluación:** Cuestionario Debate Ensayo

		normatividad vigente.	y el entorno social.		
			<u>RAP 002:</u> Implementar acciones para la prevención y control de la problemática de SST-Ambiental teniendo en cuenta los procedimientos establecidos por la organización.	Analiza la problemática ambiental, peligros y riesgos de las personas en su desempeño laboral según marco normativo	**Técnica de Evaluación:** Observación **Instrumento de Evaluación:** Cuestionario Espina de pescado Lista de Chequeo
			<u>RAP 003:</u> Identifica condiciones ambientales y de sst acorde con los lineamientos establecidos para el área de	Aplica técnicas y procedimientos de control para el manejo ambiental y prevención de enfermedades laborales y	**Técnica de Evaluación:** Observación **Instrumento de Evaluación:** Exposición Mapa Mental

			desempeño laboral	accidentes de trabajo teniendo en cuenta los lineamientos establecidos por la organización.	Lista de Chequeo
			<u>RAP 004:</u> Reportar las condiciones y actos que afecten la protección del medio ambiente y la SST.	Identifica los mecanismos de control y seguimiento a las condiciones ambientales y del sst, para el monitoreo de las buenas prácticas ambientales según las condiciones y actos seguros de su entorno laboral.	**Técnica de Evaluación:** Observación **Instrumento de Evaluación:** Cuestionario Exposición

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

- **Accidente de trabajo:** Es todo suceso repentino que sobrevenga por causa u ocasión del trabajo y produzca en el trabajador una lesión orgánica, una perturbación funcional o psiquiátrica, una invalidez o la muerte.

- **Acto inseguro:** se reiere a acciones o comportamientos realizados por los trabajadores que violan procedimientos de seguridad o normas establecidas

- **Condición insegura:** Es cualquier factor o situación en el entorno laboral que podría causar un accidente o incidente.

- **Enfermedad laboral:** Es la contraída como resultado a la exposición al trabajo inherentes a la actividad laboral o el medio en que el trabajador se ha visto obligado a trabajar.

- **Factor de riesgo:** es cualquier característica, rasgo, exposición o circunstancia que aumenta la probabilidad de que una persona desarrolle una enfermedad, lesión o problema de salud.

- **Residuos Sólidos:** son materiales o sustancias en estado sólido o semisólido que, debido a su estado o composición, han perdido su valor de uso para el generador y son desechados o abandonados. Estos pueden incluir objetos, materiales, sustancias o productos que no son útiles para quien los generó y que, por lo tanto, se busca eliminar o tratar de alguna manera.

- **Riesgo:** Se refiere a la posibilidad de que un peligro se materialice y cause daño a la salud de los trabajadores o al entorno laboral. Es decir, es la probabilidad de

que un peligro (una situación o condición con potencial de causar daño) genere un accidente, enfermedad laboral o cualquier otro tipo de daño.

- **Peligro:** Un peligro es una fuente, situación o acto con potencial para causar daño humano, deterioro de la salud, daños físicos o una combinación de estos.

- **Seguridad y salud en el trabajo:** Conjunto de disciplinas que buscan la prevención de accidentes laborales y enfermedades profesionales, así como la protección y promoción de la salud de los trabajadores. En esencia, es una gestión integral que abarca la anticipación, reconocimiento, evaluación y control de los riesgos laborales para crear ambientes de trabajo seguros y saludables.

6. REFERENTES BILBIOGRÁFICOS

https://www.youtube.com/watch?v=y6jhr7QLN

https://www.fondoriesgoslaborales.gov.co/glosario/

https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2018/11/guia-basica-sst.pdf

https://www.arlsura.com/index.php/glosario-arl

https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2023/10/24.-PRESENTACION-GESTION-DE-PELIGROS-Y-RIESGOS.pdf

file:///C:/Users/Gabriel/Downloads/memorias-1.pdf

https://estudiarvirtual.unipiloto.edu.co/blog/accidentes-comunes-en-oficinas

https://asiprex.com/principales-riesgos-laborales-en-la-oficina-como-evitarlos

https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2021/04/15-MARZO-.-MATERIAL-DE-APOYO-PREVENCIO%CC%81N-DE-PELIGROS-EN-EL-ADMINISTRACIO%CC%81N-PUBLICA-GENERALIDADES.pdf

https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2021/04/15-MARZO-.-MATERIAL-DE-APOYO-PREVENCIO%CC%81N-DE-PELIGROS-EN-EL-ADMINISTRACIO%CC%81N-PUBLICA-GENERALIDADES.pdf

https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2023/10/24.-PRESENTACION-GESTION-DE-PELIGROS-Y-RIESGOS.pdf

file:///C:/Users/Gabriel/Downloads/memorias-1.pdf

https://estudiarvirtual.unipiloto.edu.co/blog/accidentes-comunes-en-oficinas

https://asiprex.com/principales-riesgos-laborales-en-la-oficina-como-evitarlos

file:///C:/Users/Gabriel/Downloads/actos_condiciones_inseguras_oficinas.pdf

https://safetyculture.com/es/temas/seguridad-laboral/condicion-segura/

https://www.implementandosgi.com/procesos/actos-y-condiciones-inseguras/

https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2023/10/10.-PRESENTACION-ACCIDENTES-DE-TRABAJO-Y-ENFERMEDAD-LABORAL.

https://www.youtube.com/watch?v=BzJ56q8YOPE

https://www.arlsura.com/files/ley1562_2012.pdf

https://posipedia.com.co/wp-content/uploads/2023/06/13.-PRESENTACION-GESTION-DE-RESIDUOS-SOLIDOS-E-INTERACCION.pdf

https://www.segurossura.com.co/empresasura/Documentacion%20Formacion/guia-para-la-elaboracion-del-plan-de-manejo-integral-de-residuos-solidos-PMIRS.pdf

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	**Jenny Judith Ariza**	**INSTRUCTOR**	**TITULADA**	

8. CONTROL DE CAMBIOS

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					