



INFORME DE VISITAS DE TELETRABAJO

REGIONAL NORTE DE SANTANDER CENTRO DE LA INDUSTRIA LA EMPRESA Y LOS SERVICIOS

MARZO 2026

1



TABLA DE CONTENIDO

1.	INTRODUCCIÓN	3
2.	OBJETIVO	3
3.	ALCANCE	3
4.	RESPONSABLE	4
5.	DESARRLO DE LA VISITA	4
5.1.	TEMAS A VERIFICAR EN LOS PUESTOS DE TRABAJO	4
5.2	LISTA DE CHEQUEO	4
6	CONCLUSIONES	13



1. INTRODUCCIÓN

Las Tecnologías de la Información y de la Comunicación - TIC se han introducido en la mayoría de las actividades económicas, y en el caso del teletrabajo, su uso es una de las principales características.

Estas nuevas tecnologías transforman la organización de la economía y del trabajo, las relaciones entre las empresas y la clientela y con los trabajadores. Las TIC ayudan a las empresas a poner en marcha sistemas flexibles de producción o de prestación de servicios, para responder a la diversidad de demandas del mercado. Como en cualquier situación de trabajo, los cambios generados requieren mecanismos de prevención y control para evitar efectos en la salud y seguridad de los teletrabajadores y en los sistemas de trabajo de las empresas que han querido implementar el teletrabajo. Existe preocupación en torno a la articulación entre el empleo y la vida privada, la carga y el tiempo de trabajo, la calidad del ambiente de trabajo incluyendo el puesto, el impacto en las relaciones sociales, la gestión organizacional de la empresa y en materia de seguridad social, incluyendo el abordaje de los accidentes de trabajo, por lo anterior desde seguridad y salud en el trabajo se debe verificar y velar por los espacios seguros y acorde de los teletrabajadores.

2. OBJETIVO

Prevención y control de los factores de riesgo presentes en el contexto del teletrabajo, así mismo propiciar condiciones de trabajo que promuevan el bienestar de los teletrabajadores, el cumplimiento de las actividades y el funcionamiento del sistema de trabajo del cual hacen parte.

3. ALCANCE

Funcionarios de planta que soliciten el teletrabajo del centro la industria la empresa y los servicios del regional norte de Santander.



4. RESPONSABLE DE LA VISITA

Slendy Daniela Chacón (Psicóloga regional)

Paula Maritza Bravo (Líder HYSI)

Román Homero García Suárez (Medico ocupacional regional)

5. DESARROLLO DE LA VISITA DE TELETRABAJO:

El día 25 de marzo siendo las 02:00 pm se llevó a cabo, la visita de inspección de puesto de trabajo del funcionario OSCAR PEÑARANDA SUZ, quien hace parte de los instructores de TIC, en la residencia ubicada en la dirección: Calle 21 AN N. 16be -20 Niza.

La visita se realiza con el fin de verificar las condiciones del puesto de trabajo en la vivienda del funcionario, con el objetivo de evidenciar por parte del equipo de seguridad y salud en trabajo (SST), el espacio para realizar sus actividades laborales en casa.

5.1. TEMAS VERIFICAR DEL PUESTO DE TRABAJO

1. ENTORNO DE TRABAJO EN EL DOMICILIO
2. CONDICIONES AMBIENTALES
3. RIESGO LOCATIVO
4. AMBIENTE PSICOSOCIAL

5.2 LISTA DE CHEQUEO

1. **ENTORNO DE TRABAJO:** Puesto de trabajo (se verifica que la superficie y elementos de trabajo sean óptimos para el desarrollo de la tarea)

	SI	NO	N/A	Observaciones
¿La superficie de trabajo cuenta con 1,20 metros de largo x 60 cm de profundidad como mínimo?	X			
¿La superficie de trabajo cuenta con espacio libre (60 cm como mínimo) y está libre de objetos o barreras, para ubicar cómodamente los miembros inferiores y	X			

4



permite el movimiento de las piernas?				
¿El área de trabajo cuenta con iluminación natural (ventanas)?	X			
¿La cantidad de luz es suficiente para realizar la tarea? Describir en Observaciones si se percibe exceso o ausencia de iluminación.	X			Lampara ambiente estudio – escaleras.
¿La ventana tiene protección? (persianas, blackout, cortinas, películas de filtro, otras). Especifique cuáles, en la columna de Observaciones			X	
¿El área de trabajo tiene ventilación natural (ventanas) y/o artificial que permite el intercambio de aire continuamente? Especifique en la columna de Observaciones	X			
¿Las instalaciones eléctricas están debidamente protegidas (tomas, extensiones y enchufes)?	X			

Verificación de las condiciones de diseño y uso de la silla

	SI	NO	N/A	Observaciones
¿La Silla tiene características ergonómicas como cinco patas, rodachinas en buen estado, mecanismos de ajuste de la altura del asiento, ajuste del espaldar y soporte adecuado a la espalda?	X			



¿El acolchado y estado de funcionamiento de la silla está en buenas condiciones, permitiendo la comodidad y seguridad del usuario?	X			
¿La silla permite el ingreso del usuario a la superficie de trabajo y su correcta alineación al digitar? No es obligatorio que las sillas tengan antebrazos	X			

Verificación de las condiciones de diseño y uso de la pantalla

	SI	NO	N/A	Observaciones
¿El mouse y teclado se encuentran en buen estado y no requieren esfuerzos adicionales para la digitación u obturación de las teclas?	X			
¿Los caracteres que se visibilizan en la pantalla son nítidos y bien definidos?	X			
¿La ubicación de la pantalla evita reflejos de luz?	X			
¿La pantalla del computador está ubicado a la misma altura de los ojos del usuario y permite la correcta alineación del cuello y cabeza?	X			
¿Puedes alcanzar fácilmente todo lo que necesitas sin torcer y tensar la parte superior de tu cuerpo?	X			



2. CONDICIONES AMBIENTALES

a. Ventilación:

	SI	NO	N/A	Observaciones
¿El espacio de trabajo cuenta con ventanas que permitan circulación de aire?	X			

b. Iluminación

	SI	NO	N/A	Observaciones
¿El área de trabajo cuenta con iluminación natural y artificial?	X			Deficiente
¿El puesto de trabajo se ubica perpendicular a la fuente de luz natural?	X			
¿El puesto de trabajo se encuentra debajo de la(s) luminaria(s)?	X			Iluminación lateral (2 lámparas)

c. Ruido

	SI	NO	N/A	Observaciones
¿El ambiente sonoro es confortable?	X			
¿El ruido externo (vehículos, vecinos, locales comerciales, residencias e industria) permite realizar las operaciones de trabajo sin ninguna interferencia? En Observaciones describa si hay presencia o ausencia de fuentes generadoras de ruido	X			



3. RIESGO LOCATIVO

Verificar que las condiciones de seguridad, en temas de material de oficina, zonas de circulación, riesgo eléctrico, riesgo de caída, riesgo de incendio y/o explosión.

a. Pisos y techo

	SI	NO	N/A	Observaciones
¿El piso del área de trabajo es plano? ¿El material del piso del área de trabajo está en buenas condiciones? Describa en Observaciones el tipo de material (cerámica, madera o alfombra).	X			cerámica.
¿Están libre las áreas de circulación de cualquier elemento que dificulte el tránsito?	X			
¿El techo del área de trabajo está en buenas condiciones? (sin humedades, grietas o comején si es de madera)	X			

b. Paredes

	SI	NO	N/A	Observaciones
¿Las paredes están en buenas condiciones(sin humedad, y/o grietas)?	X			
¿Los cuadros, repisas o demás objetos anclados en el área de trabajo son seguros?	X			

c. Zonas de circulación



	SI	NO	N/A	Observaciones
¿El ingreso al área de trabajo es seguro, existe escaleras, corredor, rampa, balcones cerca?	X			
¿El diseño del piso de las escaleras es antideslizante, el tamaño y ancho de los escalones es suficiente para una libre circulación?	X			

a. Orden y aseo

	SI	NO	N/A	Observaciones
¿En el área de trabajo hay buenas prácticas de orden, limpieza y aseo?	X			
¿La superficie de trabajo está libre de objetos no requeridos para realizar la tarea?	X			

b. Riesgo eléctrico y de incendio o explosión

	SI	NO	N/A	Observaciones
¿Los enchufes del área de trabajo están sobrecargados con muchas conexiones?	X			
¿Las cajas de interruptores están cubiertas?	X			
Las instalaciones eléctricas están protegidas (toma, extensiones y enchufes)	X			
¿Los cables eléctricos están cubiertos (canalizados en el suelo, aplica para equipos de escritorio)	X			



¿Cuenta con extintor o algún medio de extinción? ¿Interno y/o externos en zonas comunes? Especifique en Observaciones	X			
---	---	--	--	--

4. CONTACTOS CON LOS COLEGAS Y AMBIENTE PSICOSOCIAL

	SI	NO	N/A	Observaciones
Organización del Trabajo y Claridad de Rol				
¿El teletrabajador tiene claridad sobre sus funciones, metas y productos esperados?	X			
¿Existe acuerdo formal sobre modalidad y periodicidad del teletrabajo?	X			
¿Conoce los canales oficiales de reporte y supervisión?	X			
¿Tiene definidos tiempos de respuesta y disponibilidad laboral?	X			

10



¿Se respetan los límites de jornada y derecho a la desconexión laboral?	X			Se encuentra en seguimiento y esta pendiente la valoración psicológica por EPS.
Carga Mental y Gestión del Tiempo ¿La carga de trabajo es razonable y acorde con la jornada? ¿Se evidencian picos excesivos de trabajo sin planificación? ¿El trabajador realiza pausas activas durante la jornada? ¿Existe equilibrio entre trabajo y vida personal? ¿Se perciben síntomas asociados a sobrecarga (fatiga, irritabilidad, estrés)?	X X X		X	
Aislamiento Social y Apoyo Organizacional ¿Mantiene comunicación frecuente con su equipo de trabajo? ¿Participa en reuniones virtuales periódicas?	X X			



<p>¿Cuenta con acompañamiento de su jefe inmediato?</p> <p>¿Manifiesta sensación de aislamiento o desconexión institucional?</p> <p>¿Tiene acceso a espacios de interacción presencial (si aplica modalidad alternancia)?</p>	<p>X</p> <p>X</p> <p>X</p>			
<p>Condiciones Emocionales y Factores de Riesgo Psicosocial</p> <p>¿Presenta antecedentes de diagnóstico en salud mental con seguimiento activo?</p> <p>¿Se evidencian síntomas de ansiedad, depresión o estrés elevado?</p> <p>¿El teletrabajo favorece su estabilidad emocional?</p> <p>¿Existen factores familiares o del entorno que interfieran en su desempeño?</p>	<p></p> <p></p> <p>X</p> <p>X</p>	<p>X</p> <p>X</p>		<p>Se encuentra en seguimiento por psiquiatría por su comorbilidad de base. Sin diagnóstico depresivo o ansioso.</p>



13



Tiene rutina organizada para iniciar y cerrar jornada.	X			
Reconoce la importancia de pausas activas.	X			
Manifiesta capacidad de autogestión y disciplina laboral.	X			
Otros				
¿Qué hacer en <u>concreto</u> para mejorar la situación?				



25 mar 2026 3:10:04 p. m.
21A NORTE-23 Avenida 16
Urbanización Niza
Cúcuta
Norte de Santander
Número de índice: 967



25 mar 2026 3:10:31 p. m.
21A NORTE-23 Avenida 16
Urbanización Niza
Cúcuta
Norte de Santander
Número de índice: 970





25 mar 2026 2:59:48 p. m.
16B-21 Calle 22 Norte
Urbanización Niza
Cúcuta
Norte de Santander
Número de índice: 964



25 mar 2026 3:00:05 p. m.
21A NORTE-23 Avenida 16
Urbanización Niza
Cúcuta
Norte de Santander
Número de índice: 966



25 mar 2026 3:12:17 p. m.
16B-26 Calle 21a Norte
Urbanización Niza
Cúcuta
Norte de Santander
Número de índice: 975



25 mar 2026 3:11:21 p. m.
16B-21 Calle 22 Norte
Urbanización Niza
Cúcuta
Norte de Santander
Número de índice: 973

6. CONCLUSIONES:

Se realizó visita de inspección de teletrabajo al trabajador Oscar Peñaranda Suz en su residencia en compañía del equipo de seguridad y salud en el trabajo (SST), no se encontraron hallazgos relevantes que impidan realizar teletrabajo. Por tal motivo



el equipo de seguridad y salud en el trabajo (SST) de la regional brinda un concepto positivo para que el trabajador realice teletrabajo.

Paula M. Bravo Salazar

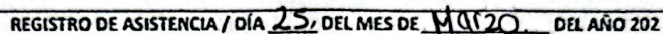
Líder SST

Daniela Chacón

Psicóloga Regional

Román García Suárez

Médico Ocupacional

[illegible]

GOR-F-085 V02