

## ACTIVIDAD 6



**Certificación virtual**

### Fatiga y trabajo por turnos: Reconocer y gestionar el riesgo invisible en el sector de la construcción

**Temas:**

- Tipos de fatiga
- El reloj biológico y los ritmos circadianos
- Evaluación del riesgo por fatiga
- Medidas de intervención y gestión preventiva

**Dirigido:** Actores del Sistema General de Riesgos Laborales del sector construcción: Trabajadoras/es, empresarias/os, contratistas, Inspectoras/es de trabajo, estudiantes, academia.

**Invita:** Dirección de Riesgos Laborales, Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo - Sector Construcción.

**Panelista:**

**Ing. Yaniel Torres**

Doctor en Ingeniería, experto en ergonomía y factores humanos, docente e investigador internacional en tecnologías ergonómicas.



**Jueves 6**  
de noviembre de 2025



**9:00 a. m.**  
**10:30 a. m.**

Conectate vía  
Teams





...

👤

...

🔍

Escriba "inc" para restringir la búsqueda a un chat o canal

...

👤

🔔

Se detectaron cambios de idioma (Español). Reinicie Teams para ver el cambio.

Aplicar y reiniciar

Actividad

🛡️ 01:52:57

Chat

Gente

Participar

Reaccionar

Vista

Notas

Aplicaciones

Más

Cámara

Micro

Compartir

Salir

Viva Learning

Reuniones E...

Chat

Calendario

Llamadas

OneDrive

Copilot

...

Aplicaciones

# Sector de la construcción

## Riesgo extensión de la jornada laboral

<div></div>	8 h	Preferible
<div></div>	10 h	13% más de riesgo
<div></div>	12 h	27.5% más de riesgo

(Folkard and Lombardi, 2006).

Yaniel Torres (No comprobado)

www.mintrabajo.gov.co

LA

AB

LB

CG

EL

1 AM

MM

< 1/53 >

LG



