siervas de cristo sacerdote	ACTA DE REUNIÓN / CAPACITACIÓN	VERSIÓN: 003
		FECHA: 23/02/2023
Numero de acta:17		CODIGO: FT-SST-23
TEMA DE REUNION: SEMANA DE LA SALUD		FECHA:04/09/2025
RESPONSABLE: JORLENI RODRIGUEZ –YURY BIBIANA BECERRA-JAVIER ANAYA		

TEMAS TRATADOS

Comportamientos seguros

Los trabajadores deben asumir ciertas actitudes que favorezcan su seguridad y la de sus compañeros:

- Caminar a una velocidad prudente: el afán por asistir a reuniones, visitar a un cliente, entregar documentación, entre otros son algunas de las principales causas de estos y otros accidentes.
- Usar calzado y ropa cómoda: zapatillas con tracción y pantalones no muy ceñidos para hombres y mujeres; tacones gruesos de máximo 5 centímetros y faldas de longitud media para las mujeres.
- Respetar las señalizaciones instaladas para su seguridad como piso húmedo, peligro, zona prohibidas o pasos restringidos.
- Reportar y corregir oportunamente las condiciones inseguras.
- Limpiar o reportar derrames de líquidos inmediatamente.
- Cerrar los cajones para que nadie tropiece con ellos.
- Mantener la concentración en el camino, sin distraerse con los compañeros, el celular o uso de PC o tabletas.
- Evitar cargar objetos mientras caminan. Si es necesario hacerlo, llevarlos en una sola mano, por debajo del nivel de la barbilla y sujetándose con la otra mano del pasamanos.
- Prestar especial atención en sus desplazamientos durante actividades deportivas o viajes relacionados con el trabajo.
- En caso de que sean tele trabajadores, deben construir condiciones seguras en su hogar, como mantener los pisos despejados y limpios, los cables recogidos, etc.
- Además de tener condiciones y comportamientos seguros, es fundamental que los trabajadores mantengan y potencialicen su propiocepción: el sentido que le informa al organismo la posición de los músculos y de las partes de su cuerpo, para regular el movimiento, dirigir las respuestas automáticas, controlar la coordinación y mantener el equilibrio. Un sistema propioceptivo entrenado enviará rápidamente señales de respuesta en caso de peligro de caídas, para que el cuerpo se mueva de manera correcta y ágil para evitar las lesiones o reducir sus consecuencias. Este sentido puede educarse llevando un estilo de vida saludable y realizando actividades físicas como aeróbicos para potenciar la coordinación, y fortalecer los miembros inferiores. También puede mejorarse con ejercicios sencillos que usen ambos lados en actividades cotidianas: peinarse y vestirse con la mano no dominante, usar el celular con el oído no dominante, ubicar el *mouse* al lado contrario, entre otros.

COMPROMISOS	RESPONSABLE
Mantener ordenados y limpios los espacios de trabajo y tránsito, usar calzado adecuado, evitar obstáculos como cables o cajones abiertos, señalizar peligros, y seguir procedimientos	LIDER SST -COPASST

Garantizar la iluminación y señalización: Asegurar una iluminación adecuada en las zonas de trabajo y circulación. Señalizar claramente las áreas de peligro. **Realizar evaluaciones médicas:** Realizar los exámenes médicos ocupacionales y asegurarse de que los trabajadores que realizan trabajos en alturas estén aptos y cuenten con la certificación necesaria.	

CONCLUSIONES
La prevención efectiva requiere tanto medidas de control de riesgos físicos como un enfoque en el estado mental del trabajador, la comunicación constante de riesgos .

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 2 Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024 Página: 1 de 1

1. Tema: Semana de la salud desplazamiento seguro y prevencion de caidos 2. Lugar o Localidad o Sede: CRUCES 3. Fecha y hora: 04/09/2025

4. Nombre responsable: Jotlent Rodriguez, Yuri Bibiana Becerra 5. Dependencia responsable: Hogar Clarita Santos

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Claudia Torres	cc	39725898	CIAE 4	Designado Documento	No Aplica	clatog.all6@gm	3046009823	
2	Laura Vasquez	Cc	1015449795	CIAE 4	Nutricionista	NO Aplica	laurayasquez.nutricionista@gmail.com	3132371035	
3	Jimmy Arnold Torres R	C.C	79661046	CIAE64	Ed. Fisico	No Aplica	jimmy.alfaro@gmail.com	3183374449	
4	JAIRO ALEXANDER AGUAYA HERNANDEZ	CC	79005944	SIERVAS	Enf. Adscrito	No Aplica	jaroderick@hotmail.com	3106698989	
5	JESSICA PITEROS	CC	1023024025	CIAE 64	COCINA	NO APLICA	JESSICAPINERO711@GMAIL.COM	3243077668	
6	Oscar Armando Mendoza	cc	74335510	SCS	conductor	HCS	@gmail.com	3102514606	
7	Jonathan Bolaños	CC	1023875462	CIAE 64	Sigemos los	NO APLICO	JONATHANJOLIP1247@gmail.com	3150628524	
8	Gladys Claudia Mendoza	CC	24157225	CIAEG4	Cocina	No Aplica	mendozaclaudia662@gmail.com	3197233101	
9	Daniel Felipe Hernandez	CC	1014089563	CIAEG4	Tecnologo de Alimentos	No Aplica	hernandezdf2142@gmail.com	3142062735	
10	Luz Marina Nigrinis	CC	52071984	CIAEG4	Tallerista	No Aplica	luzmanigrinis@gmail.com	3103377049	
11	Diana Alarcón	cc	52193879	CIAEG4	Psicóloga	No Apta	dianalarcon@gmail.com.	3203308474	
12	Yuri Becerra Avila	cc	1019142755	CIAEG4	Técnica Ambiental	No Aplica	bbaonbecerra@gmail.com	322 2330689	
13	Dinal Rulido	CC	52957194	CIAEG4	Ed. Especial	No Aplica	drulidam@gmail.com	3214061527	
14	Diana Marcela Pardo	cc	52860832	CIAEG4	T. ocupacional	No aplica	dianapardo@gmail.com	3132710215	
15	Luz Angela Guzmán	CC	52468156	CIAE64	Tallerista	No aplica	luzangelaguz@gmail.com	3144104058	
16	Elizabeth Salbanaya	cc	1020416392	CIAE64	Coordinadora	No Aplica	integrante grupo4 2028@gmail.com	313 266 0332	
17	Dayra Cuellar G	CC	52064391	CIAE 64	T. Social	No aplica	tsdayracuellar@gmail.com	3104878930	
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales:"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.