1. OBJETIVO DEL PROGRAMA

El objetivo de este procedimiento es establecer los pasos necesarios para la implementación de un programa de prevención y promoción de la salud en una empresa, con el fin de mejorar la salud y bienestar de los trabajadores y reducir los costos asociados con el tratamiento de enfermedades crónicas.

1.1. Objetivos específicos

- Reducir la incidencia de enfermedades crónicas en los trabajadores a través de actividades de prevención y promoción de la salud, como la promoción de hábitos alimenticios saludables y la implementación de actividades físicas y deportivas.

- Mejorar la salud y bienestar de los trabajadores a través de la implementación de programas de asesoría y asistencia para la identificación y tratamiento de enfermedades crónicas, como la diabetes y la hipertensión arterial.

- Fomentar prácticas de seguridad y prevención de accidentes en el lugar de trabajo o en la comunidad, a través de la implementación de políticas y programas en el lugar de trabajo para fomentar estilos de vida saludables y reducir los factores de riesgo de enfermedades.

- Aumentar la productividad y la satisfacción laboral de los trabajadores, a través de la implementación de políticas y programas en el lugar de trabajo para fomentar estilos de vida saludables y reducir los factores de riesgo de enfermedades.

- Evaluar periódicamente el programa de prevención y promoción de la salud, para identificar áreas de mejora y asegurar su relevancia y efectividad

2. ALCANCE

El programa de promoción y prevención de la salid aplica para todos los empleados directos e indirectos y contratistas, que desempeñan actividades en nombre de CUBINGECOL INGENIERIA Y CUBIERTAS S.A.S.

3. DEFINICIONES

Acción correctiva: Acción tomada para eliminar la causa de una no conformidad detectada u otra situación no deseable.

Acción de mejora: Acción de optimización del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST), para lograr mejoras en el desempeño de la organización en la seguridad y la salud en el trabajo de forma coherente con su política.

Acción preventiva: Acción para eliminar o mitigar la(s) causa(s) de una no conformidad u otra situación potencial no deseable.

Accidente de Trabajo: Todo suceso repentino que sobrevenga por causa o con ocasión del trabajo, y que produzca en el trabajador una lesión orgánica, una perturbación funcional o psiquiátrica, una invalidez o la muerte.

Asesoría y asistencia: Servicios que se brindan para ayudar a las personas a identificar y tratar enfermedades crónicas, como la diabetes y la hipertensión arterial.

Calidad de vida: Medida del bienestar físico, emocional y social de una persona.

Comunicación efectiva: Proceso de transmisión de información de manera clara y precisa, con el fin de lograr un entendimiento mutuo entre las partes involucradas.

Condiciones de salud: El conjunto de variables objetivas y de auto reporte de condiciones fisiológicas, psicológicas y socioculturales que determinan el perfil sociodemográfico y de morbilidad de la población trabajadora.

Identificación de Peligro: Proceso para establecer si existe un peligro y definir las características de este.

Enfermedad Laboral: Es enfermedad laboral la contraída como resultado de la exposición a factores de riesgo inherentes a la actividad laboral o del medio en el que el trabajador se ha visto obligado a trabajar. El Gobierno Nacional, determinará, en forma periódica, las enfermedades que se consideran como laborales y en los casos en que una enfermedad no figure en la tabla de enfermedades laborales, pero se demuestre la relación de causalidad con los factores de riesgo ocupacional será reconocida como enfermedad laboral, conforme lo establecido en las normas legales vigentes.

Evaluación de necesidades: Proceso de identificación y análisis de las necesidades de una población para establecer programas y estrategias que permitan satisfacerlas.

Factores de riesgo: Son aquellos elementos o situaciones que aumentan la probabilidad de que una persona desarrolle una enfermedad, como el tabaquismo, la obesidad, el sedentarismo, entre otros.

Mejora continua: Estrategia para identificar y corregir problemas o deficiencias en un programa o proceso, con el fin de mejorar su eficacia y eficiencia.

Peligro: Fuente, situación o acto con potencial de causar daño en la salud de los trabajadores, en los equipos o en las instalaciones.

Prevención de enfermedades: Conjunto de medidas y acciones que se llevan a cabo para evitar la aparición o reducir la incidencia de enfermedades en una población determinada.

Promoción de la salud: Conjunto de estrategias y acciones que tienen como objetivo mejorar la salud y el bienestar de una población, fomentando estilos de vida saludables y reduciendo los factores de riesgo de enfermedades.

Responsabilidad social empresarial: Concepto que implica que las empresas deben asumir un compromiso con la sociedad y el medio ambiente, más allá de la búsqueda de beneficios económicos.

Riesgo: Combinación de la probabilidad de que ocurra una o más exposiciones o eventos peligrosos y la severidad del daño que puede ser causada por estos.

Valoración del riesgo: Consiste en emitir un juicio sobre la tolerancia o no del riesgo estimado.

4. RESPONSABILIDADES

4.1. Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo

- Proporcionar las bases técnico-científicas y administrativas para la implementación de esta guía.
- Elaborar un cronograma anual de actividades de promoción y prevención que se trabajará a cada población específica.
- Hacer seguimiento a las actividades realizadas y sus indicadores.
- Desarrollar actividades educativas que motiven a los grupos especiales.

4.2. Gerencia y altos mandos

- Establecer y mantener el Programa.
- Cumplir con los requisitos legales.
- Contar con el presupuesto y adecuado y personal idóneo para el cumplimiento del Programa.
- Proteger la seguridad y salud de los funcionarios.
- Garantizar el cumplimiento de las recomendaciones generadas para cada una de las condiciones identificadas.

4.3. Empleados en todos los niveles, contratistas y tercerizados

- Reportar oportunamente las condiciones de salud.
- Reportar los accidentes de trabajo que le hayan ocurrido dentro de los tiempos establecidos por la ley.
- Cuidar y mantener su seguridad y salud.
- Asistir a las actividades que se programen.
- Participar y permitir la participación de los funcionarios en actividades de prevención y promoción.

5. RECURSOS

- **Humanos:** Las actividades de promoción y prevención están orientada y liderada por el área de Seguridad y Salud en el Trabajo de **CUBINGECOL INGENIERIA Y CUBIERTAS S.A.S.**
- **Locativos:** Instalaciones de la empresa, sitios para capacitación y evaluaciones
- **Financieros:** La entidad proporcionara los recursos necesarios para la implementación de las actividades de promoción y prevención incluidas en el presupuesto anual del **SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**
- **Tecnológicos:** Conexiones virtuales por las diferentes plataformas

6. PROMOCION Y PREVENCION DE LA SALUD

La ejecución de las actividades de promoción de la salud y prevención de la enfermedad se realiza principalmente a través de la educación para la salud que es la herramienta utilizada por la entidad para poder alcanzar la estrategia a través de la participación de los empleados y contratistas. Se destaca que, sin participación comunitaria, no es correcto referirse a la promoción y prevención; muchas pueden ser las herramientas utilizadas de educación para la salud, pero debe existir la participación conjunta

7. MEDICINA PREVENTIVA

Como punto de partida del programa de medicina preventiva y del trabajo, a través de las evaluaciones médico-ocupacionales se busca establecer la actitud física y mental de los colaboradores directos e indirectos acuerdo con las características del puesto de trabajo, las funciones y actividades a desarrollar, esto con el fin de realizar el diagnóstico de condiciones de salud de la población, definir estrategias de intervención y establecer los programas de vigilancia epidemiológica.

En este contexto la realización de exámenes ocupacionales se basa en la normativa legal vigente (Resolución 2346 de 2007), Profesiograma de la Entidad según la exposición a factores de y el Procedimiento para la Realización de Exámenes Médicos Ocupacionales

El diagnóstico de condiciones de salud se realiza una vez en el año con base en los resultados de los exámenes médicos ocupaciones a nivel nacional por el equipo de medicina especialista en seguridad y salud en el trabajo de CUBINGECOL para orientar las actividades de Promoción y Prevención

8. REHABILTIACIÓN LABORAL

El proceso de rehabilitación de la persona y de reincorporación de los trabajadores a sus actividades laborales en CUBINGECOL, posterior a un evento de salud como puede ser una enfermedad laboral o común y accidentes laborales y comunes trabajo que generan incapacidades que presentan deterioro en la condición del trabajador, generando una discapacidad de base y requieren una adecuación de sus condiciones laborales, inicia en la ARL o EPS quienes tiene un grupo interdisciplinario quienes se encargan de rehabilitar al paciente con unas recomendaciones y si es necesario indican la reubicación del paciente , estas recomendaciones se revisan por la médica de SST de la empresa quien las adapta a la y las envía a su jefe directo y posteriormente se revisa el cumplimiento de las recomendaciones enviadas, sin embargo teniendo en cuenta que las lesiones presentadas por los trabajadores no han requerido reubicación y solo generan recomendaciones temporales, no se considera necesario realizar todo un programa de Rehabilitación ya que el empleador solo es una parte de todo el proceso de rehabilitación que incluye la ARL y la EPS del trabajador que son los que cuentan con todos los profesionales encargados de la rehabilitación integral del trabajador.

9. ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Los estilos de vida y entornos de trabajo saludables generan una repercusión directa y positiva en el estado de salud a nivel físico y psicológico. Sus efectos se evidencian en una buena salud, vitalidad, mejor estado de ánimo, reducción en los niveles de estrés y mejor descanso.

La actividad física debe realizarse toda la vida, su importancia radica en generar hábitos en la práctica de ejercicio físico.

• Adoptar hábitos de vida saludables mejora la calidad de vida.
• Realizar pausas activas previene la fatiga, disminuye la tensión física y logra la recuperación y mayor productividad en el trabajo.

10. DESARROLLO

PROGRAMA	DESCRIPCION	APLICA PARA	RESPONSABLE
MEDICINA PREVENTIVA	Evaluaciones medicas ocupacionales de ingreso, periódicas, post incapacidad, de retiro y cambio de cargo	Todo el personal contratado por CUBINGECOL, independientemente el tipo de contratación	Área SST
	Sistemas de vigilancia epidemiológica	Población trabajadora que tenga recomendaciones médicas de SVE	Área SST solo si aplica
	Identificación de peligros y valoración de riesgos que puedan generar enfermedades y priorizarlos y minimizarlos	Todo el personal contratado por CUBINGECOL, independientemente el tipo de contratación	Área SST
	Seguimiento de ausentismo laboral	Todo personal que presente incapacidades recurrentes por enfermedad	Área SST
	Diagnóstico de condiciones de salud según exámenes médicos realizados	Población trabajadora que tenga recomendaciones médicas como resultado de sus exámenes	Área SST
PROMOCION Y PREVENCION DE LA SALUD	Capacitación en higiene postural	Todo el personal directo e indirecto para CUBINGECOL	Área SST
	Capacitación en manejo del estrés	Todo el personal directo e indirecto para CUBINGECOL	Área SST
	Capacitación manipulación manual de cargas	Todo el personal directo e indirecto para CUBINGECOL	Área SST
	Capacitación en Riesgos psicosociales	Todo el personal directo e indirecto para CUBINGECOL	Área SST
	Capacitación de uso adecuado de EPPs	Todo el personal directo e indirecto para CUBINGECOL	Área SST
	Boletines de Estilos de vida saludable	Todo el personal directo e indirecto para CUBINGECOL	Área SST
	Jornada de higiene visual	Todo el personal de CUBINGECOL	Personal externo
	Aplicación de betería psicosocial	Personal directo de CUBINGECOL	Psicólogo con esp. en SST
	Charlas de seguridad industrial y salud ocupacional	Todo el personal directo e indirecto para CUBINGECOL en obra	Área SST
	Socialización del reglamento de higiene y seguridad industrial	Todo el personal directo e indirecto para CUBINGECOL	Área SST
REHABILITACIÓN LABORAL	Programa de habilitación laboral	Todo el personal que necesite reintegrarse a sus labores después de una incapacidad prolongada	Área SST si aplica

11. CONTROL DE CAMBIOS

CONTROL DE CAMBIOS		
Descripción del cambio	**Fecha**	**Versión creada**
Creación del documento	Mayo de 2023	001