FECHA DE LA ASISTENCIA:	Julio 16/2026

INFORMACIÓN GENERAL	
Medio de Asistencia Técnica: ☒Campo ☐Virtual ☐Oficina	
DEPENDENCIA O ENTIDAD QUE BRINDA LA ASISTENCIA: Secretaría de Salud	
DIRECCIÓN O AREA RESPONSABLE: Salud Laboral	
FUNCIONARIO O CONTRATISTA FACILITADOR	
Nombres y apellidos: Andrea Julieth Rodríguez Castelblanco	Cargo: Profesional Universitario – Referente Salud Laboral
Correo electrónico institucional: andrea.rodriguez@cundinamarca.gov.co	Teléfono: 3134825361
DATOS GENERALES DEL BENEFICIARIO (Solicitante o uno de los beneficiarios)	
Grupo de interés asistido: Ejecutora y trabajadores Plaza de mercado	
Nombre del beneficiario: Sandra Orozco	Correo electrónico: pic@girardot-cundinamarca.gov.co
Municipio donde se realizó la Asistencia Técnica: Girardot	
Número total de beneficiarios: 5	
TEMA DE LA ASISTENCIA TÉCNICA	
226. Salud en el Entorno Laboral – Riesgo Auditivo	
OBJETIVO DE LA ASISTENCIA TÉCNICA	
Fortalecer la cultura de prevención y cuidado de la salud auditiva y vocal en la Plaza de Mercado del municipio de Girardot teniendo en cuenta que este un territorio priorizado por Riesgo Auditivo en el departamento, la intervención busca transferir conocimientos técnicos sobre higiene sonora y ergonomía vocal para mitigar enfermedades laborales derivadas de la exposición prolongada al ruido y el uso inadecuado de la voz.	
ACTIVIDADES REALIZADAS	
En cumplimiento de la obligación contractual establecida con la Gobernación de Cundinamarca, se realizó la asistencia técnica en el municipio de La Mesa, dirigida a la población trabajadora de la economía popular y comunitaria de la plaza de mercado. Esta acción se enmarca dentro del plan departamental de riesgo auditivo, respondiendo	

a la necesidad de brindar acompañamiento técnico y pedagógico en un espacio que, por su dinámica comercial y alta concurrencia, constituye un escenario de exposición sonora relevante para la salud laboral.

Durante la jornada se socializaron recomendaciones específicas sobre el cuidado de la voz y la audición, enfatizando en la importancia de adoptar medidas de autocuidado como la realización periódica de audiometrías anuales y revisiones de otoscopia, la limitación del uso de audífonos en horas libres, la práctica de pausas vocales y la adecuada hidratación para prevenir la sobrecarga vocal. Estas orientaciones fueron contextualizadas en función de las condiciones reales de los trabajadores, quienes deben interactuar constantemente con clientes en ambientes de ruido ambiental elevado.

Los participantes manifestaron interés en recibir acompañamiento técnico continuo, lo que permitió abrir espacios de diálogo sobre las condiciones de exposición al ruido en el municipio y la necesidad de fortalecer la cultura de prevención en la economía popular. La ejecutora municipal destacó la relevancia de incluir estas acciones dentro del plan local de salud pública, subrayando la importancia de mantener la articulación con la administración de la plaza para garantizar la sostenibilidad de las medidas preventivas y la continuidad de las estrategias de promoción en salud auditiva y vocal.

De esta manera, la asistencia técnica en La Mesa se consolida como un ejemplo de intervención territorial efectiva, que no solo cumple con los compromisos contractuales, sino que también fortalece la capacidad institucional para responder a riesgos laborales emergentes, asegurando que las recomendaciones técnicas se traduzcan en prácticas de autocuidado sostenibles y en la protección integral de la salud de la población trabajadora.

📑 **Señales de pérdida de audición y recomendaciones para la plaza de mercado Girardot**

La salud auditiva es un componente esencial para el bienestar de los trabajadores de la plaza de mercado, quienes diariamente enfrentan ambientes ruidosos y prolongadas jornadas de comunicación con clientes. Reconocer a tiempo las señales de pérdida de audición permite prevenir complicaciones mayores y adoptar medidas de autocuidado.

🔎 **10 señales de pérdida de la audición**

Los trabajadores deben estar atentos si presentan alguna de estas situaciones:

1. Percibir que las personas hablan “entre dientes” o con poca claridad.

2. Dificultad para escuchar la televisión, o que familiares indiquen que el volumen está demasiado alto.
3. Problemas para oír cuando alguien les llama desde otra habitación o desde atrás.
4. Dificultades para comunicarse en grupos pequeños, como reuniones o conversaciones colectivas.
5. Problemas para entender en ambientes ruidosos (plaza, bus, fiestas).
6. Necesidad frecuente de pedir a las personas que repitan lo que dicen.
7. Dejar de escuchar sonidos cotidianos como el tictac del reloj, el agua corriendo o los pájaros.
8. No percibir el timbre de la puerta o el teléfono.
9. Que familiares, compañeros o amigos sugieran que puede estar sufriendo pérdida auditiva.
10. Necesidad de leer los labios o concentrarse intensamente para entender lo que alguien dice o susurra.

🌱 **Recomendaciones prácticas para trabajadores del sector comercial**

Aunque estas recomendaciones se originan en el sector agrícola, son igualmente aplicables a los trabajadores de la plaza de mercado, dado que comparten condiciones de exposición a ruido, polvo y largas jornadas:

1. Mantener una adecuada higiene del oído, evitando acumulación de tierra o residuos.
2. Realizarse una audiometría anual para conocer el estado de la audición.
3. No introducir objetos en los oídos que puedan causar daño.
4. Consultar al especialista si se perciben pitos o zumbidos.
5. Proteger nariz, boca y oídos en madrugadas frías para prevenir resfriados recurrentes.
6. Usar tapabocas durante la jornada laboral para reducir exposición a polvo y contaminantes.

7. Evitar el uso de audífonos mientras se trabaja.
8. Mantenerse hidratado durante la jornada para favorecer tanto la salud vocal como auditiva.
9. Participar activamente en las jornadas de salud pública que ofrece la Secretaría Municipal de Salud.

✅ **Mensaje clave para los trabajadores de la plaza de mercado**

La voz y la audición son herramientas de trabajo tan valiosas como cualquier instrumento físico utilizado en la plaza. Reconocer las señales tempranas de pérdida auditiva y aplicar estas recomendaciones permite garantizar bienestar, productividad y sostenibilidad en las actividades cotidianas. La prevención es la mejor estrategia para proteger la salud laboral y asegurar que la plaza de mercado siga siendo un espacio seguro y saludable para todos.

Se anexa registros fotográficos de la actividad









CONCLUSIONES

Se cumplió con el objetivo de la Asistencia Técnica: ☒SI ☐NO

Observaciones: La jornada de salud laboral en La Mesa concluyó con un balance altamente positivo, logrando una participación significativa de la población trabajadora, quienes demostraron disposición y apertura frente a la asistencia técnica brindada por la Referencia Departamental. El éxito de este encuentro radicó en la articulación efectiva entre la Dirección de Salud Pública y el área de Salud Laboral, permitiendo que las recomendaciones sobre higiene auditiva y salud vocal impactaran de manera directa en el bienestar de los asistentes. Como resultado de este fortalecimiento institucional y en cumplimiento del cronograma establecido para los municipios priorizados, se definió de manera concertada con la ejecutora municipal que se realizarán nuevas intervenciones estratégicas en el segundo semestre, dirigidas a reforzar la sensibilización en la plaza de mercado y ampliar la cobertura hacia otros sectores económicos del municipio.

Gobernación de Cundinamarca

PROCESO DE ASISTENCIA TÉCNICA	Codigo: M-AT-FR-17
REGISTRO DE PARTICIPACIÓN EN ASISTENCIA TÉCNICA	Versión: 01
	Fecha de Aprobación: 16/02/2026

TEMA(Numero y Descripción): Salud en el entorno laboral / Riesgo Auditivo — FECHA DE AT: Julio 16/2026

LUGAR: Plaza de Mercado Girardot — FACILITADOR: Andrea Rodriguez

DEPENDENCIA O ENTIDAD QUE COORDINA AT: Salud Pública — DIRECCIÓN O ÁREA RESPONSABLE: Salud Pública

	NOMBRES Y APELLIDOS	TIPO DOCUMENTO / NUMERO DOCUMENTO	ENTIDAD / CÁRGO	MUNICIPIO QUE REPRESENTA O DE RESIDENCIA	E-MAIL / TELÉFONO	CARACTERIZACIÓN ASISTENTE (MARQUE CON X)					FIRMA
						Sexo	Edad: entre	Grupo poblacional	Grupo étnico	Nivel Académico	
1	Yolanda Rodriguez	CC 39570854	Comerciante	Girardot		X Masculino; Femenino; No binario	Menor de 12 años; 13-17 años; 18-28 años; X 29-59 años; 60 años o más	Pers. con discap; Vict. del conf. Arm; Campesino; Cabeza de hogar; X Situación de Pobreza; LGBTIQA+; Pers. Migrantes; X Ninguno	Indígena; Afrocolombiano; Raizal; Palenquero/a; Rrom o gitano; X Ninguno	Sin escolaridad; Primaria; X Secundaria; Tecnólogo; Universitario; Posgrado	Yolanda Rodriguez AUTORIZO USO DE DATOS Si / No
2	Gloria Amparo Garcia	CC 39552944	Comerciante	Girardot		Masculino; X Femenino; No binario	Menor de 12 años; 13-17 años; 18-28 años; 29-59 años; X 60 años o más	Pers. con discap; Vict. del conf. Arm; Campesino; Cabeza de hogar; Situación de Pobreza; LGBTIQA+; Pers. Migrantes; X Ninguno	Indígena; Afrocolombiano; Raizal; Palenquero/a; Rrom o gitano; X Ninguno	Sin escolaridad; X Primaria; Secundaria; Tecnólogo; Universitario; Posgrado	AUTORIZO USO DE DATOS Si / No
3	Oscar Gutierrez	CC 11229481	Comerciante	Girardot		X Masculino; Femenino; No binario	Menor de 12 años; 13-17 años; 18-28 años; 29-59 años; X 60 años o más	Pers. con discap; Vict. del conf. Arm; Campesino; Cabeza de hogar; Situación de Pobreza; LGBTIQA+; Pers. Migrantes; X Ninguno	Indígena; Afrocolombiano; Raizal; Palenquero/a; Rrom o gitano; X Ninguno	Sin escolaridad; Primaria; X Secundaria; Tecnólogo; Universitario; Posgrado	Gloria C. Garcia AUTORIZO USO DE DATOS Si / No
4	Eduardo Gutierrez	CC 11.30L 769	Comerciante	Girardot	3175601549	X Masculino; Femenino; No binario	Menor de 12 años; 13-17 años; 18-28 años; X 29-59 años; 60 años o más	Pers. con discap; Vict. del conf. Arm; Campesino; Cabeza de hogar; Situación de Pobreza; LGBTIQA+; Pers. Migrantes; X Ninguno	Indígena; Afrocolombiano; Raizal; Palenquero/a; Rrom o gitano; X Ninguno	Sin escolaridad; Primaria; X Secundaria; Tecnólogo; Universitario; Posgrado	AUTORIZO USO DE DATOS Si / No

En cumplimiento de lo dispuesto en la Ley 1581 de 2012 y demás normas concordantes sobre protección de datos personales, autorizo de manera previa, expresa e informada a la Gobernación de Cundinamarca para que, en el marco de la ejecución del proceso de asistencia técnica departamental, recolecte, almacene, procese, use circule y suprima mis datos personales, única y exclusivamente con fines relacionados con la planeación, implementación, seguimiento y evaluación de las acciones propias de dicho proceso. Así mismo, declaro conocer que podré ejercer en cualquier momento mis derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición ante la Gobernación de Cundinamarca, a través de los canales oficiales dispuestos para tal fin.

Scanned with CamScanner

	NOMBRES Y APELLIDOS	TIPO DOCUMENTO / NUMERO DOCUMENTO	ENTIDAD / CARGO	MUNICIPIO QUE REPRESENTA O DE RESIDENCIA	E-MAIL / TELÉFONO	CARACTERIZACIÓN ASISTENTE (MARQUE CON X)					FIRMA
						Sexo	Edad: entre	Grupo poblacional	Grupo étnico	Nivel Académico	
5	Viviana Perez	CC 1095596946	Comerciante	Girardot	—	X Masculino Femenino No binario	Menor de 12 años 13-17 años 18-28 años 29-59 años X 60 años o más	Pers. con discap Vict. del conf. Arm Campesino Cabeza de hogar Situación de Pobreza LGBTIQA+ Pers. Migrantes X Ninguno	Indígena Afrocolombiano Raizal Palenquero/a Rrom o gitano X Ninguno	Sin escolaridad X Primaria Secundaria Tecnólogo Universitario Posgrado	AUTORIZO USO DE DATOS Si No
6						Masculino Femenino No binario	Menor de 12 años 13-17 años 18-28 años 29-59 años 60 años o más	Pers. con discap Vict. del conf. Arm Campesino Cabeza de hogar Situación de Pobreza LGBTIQA+ Pers. Migrantes Ninguno	Indígena Afrocolombiano Raizal Palenquero/a Rrom o gitano Ninguno	Sin escolaridad Primaria Secundaria Tecnólogo Universitario Posgrado	AUTORIZO USO DE DATOS Si No
7						Masculino Femenino No binario	Menor de 12 años 13-17 años 18-28 años 29-59 años 60 años o más	Pers. con discap Vict. del conf. Arm Campesino Cabeza de hogar Situación de Pobreza LGBTIQA+ Pers. Migrantes Ninguno	Indígena Afrocolombiano Raizal Palenquero/a Rrom o gitano Ninguno	Sin escolaridad Primaria Secundaria Tecnólogo Universitario Posgrado	AUTORIZO USO DE DATOS Si No
8						Masculino Femenino No binario	Menor de 12 años 13-17 años 18-28 años 29-59 años 60 años o más	Pers. con discap Vict. del conf. Arm Campesino Cabeza de hogar Situación de Pobreza LGBTIQA+ Pers. Migrantes Ninguno	Indígena Afrocolombiano Raizal Palenquero/a Rrom o gitano Ninguno	Sin escolaridad Primaria Secundaria Tecnólogo Universitario Posgrado	AUTORIZO USO DE DATOS Si No
9						Masculino Femenino No binario	Menor de 12 años 13-17 años 18-28 años 29-59 años 60 años o más	Pers. con discap Vict. del conf. Arm Campesino Cabeza de hogar Situación de Pobreza LGBTIQA+ Pers. Migrantes Ninguno	Indígena Afrocolombiano Raizal Palenquero/a Rrom o gitano Ninguno	Sin escolaridad Primaria Secundaria Tecnólogo Universitario Posgrado	AUTORIZO USO DE DATOS Si No
10						Masculino Femenino No binario	Menor de 12 años 13-17 años 18-28 años 29-59 años 60 años o más	Pers. con discap Vict. del conf. Arm Campesino Cabeza de hogar Situación de Pobreza LGBTIQA+ Pers. Migrantes Ninguno	Indígena Afrocolombiano Raizal Palenquero/a Rrom o gitano Ninguno	Sin escolaridad Primaria Secundaria Tecnólogo Universitario Posgrado	AUTORIZO USO DE DATOS Si No

En cumplimiento de lo dispuesto en la Ley 1581 de 2012 y demás normas concordantes sobre protección de datos personales, autorizo de manera previa, expresa e informada a la Gobernación de Cundinamarca para que, en el marco de la ejecución del proceso de asistencia técnica departamental, recolecte, almacene, procese, use, circule y suprima mis datos personales, única y exclusivamente con fines relacionados con la planeación, implementación, seguimiento y evaluación de las acciones propias de dicho proceso. Así mismo, declaro conocer que podré ejercer en cualquier momento mis derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición ante la Gobernación de Cundinamarca, a través de los canales oficiales dispuestos para tal fin.

Scanned with CamScanner