



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



**Descripción de las condiciones de salud en AMARÚ SPA en la ciudad de Pamplona
departamento Norte de Santander**



Presentado Por:

Ingrid Katherine Duarte Corredor

Marla Karolim Gelvez Sandoval

Mayra Gisela Sánchez Pinzón

Universidad De Pamplona

Especialización en Seguridad y Salud En El Trabajo

Facultad De Salud

2021



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona

Pamplona - Norte de Santander - Colombia

Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



**Descripción de las condiciones de salud en AMARÚ SPA en la ciudad de Pamplona
departamento Norte de Santander**



Presentado Por:

Ingrid Katherine Duarte Corredor

Marla Karolim Gelvez Sandoval

Mayra Gisela Sánchez Pinzón

Director:

Carlos Gustavo Enciso. PhD

Universidad De Pamplona

Especialización en Seguridad y Salud En El Trabajo

Facultad De Salud

2021



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona

Pamplona - Norte de Santander - Colombia

Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



Contenido

	Págs.
Resumen.....	11
Abstrac	12
Introducción	13
1. Planteamiento del Problema	15
Justificación.....	17
2. Marco de Referencial.....	19
Antecedentes Investigativos.....	19
Marco Teórico.....	22
Marco Conceptual	23
Marco Legal	26
Marco Contextual.....	27
<i>Visión</i>	28
<i>Valores</i>	29
<i>Ubicación Geográfica</i>	29
Organigrama.....	30
Reseña institucional.....	31
3. Objetivos.....	32
Objetivo General	32
Objetivos Específicos.....	32
4. Diseño Metodológico.....	33
Metodología de la Propuesta.....	33
Etapas	34
<i>Etapa 1</i>	34
<i>Etapa 2</i>	34
<i>Etapa 3</i>	34
<i>Etapa 4</i>	35



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Etapa 5.....	35
Etapa 6.....	35
Diseño Metodológico	36
5. Resultados y discusión.....	37
Etapa I	37
Etapa II y III	37
<i>Evaluación Inicial</i>	37
Etapa IV y V.....	41
Características del perfil sociodemográfico	42
Condiciones de salud.....	52
Aspectos psicosociales	63
<i>Incidentes, Accidentes de Trabajo o Enfermedades Laborales</i>	69
Etapa VI.....	69
<i>Acciones</i>	69
Programas de Promoción y Prevención para la mitigar el IATEL	69
6. Conclusiones	73
7. Recomendaciones	75
8. Referencias Bibliográficas	77
9. Apéndices.....	78



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Listado de tablas

	Págs.
Tabla 1. Matriz legal.....	26
Tabla 2. Variables e indicadores.....	36
Tabla 3. Evaluación inicial de los estándares mínimos, según Resolución 0312 de 2019.	38
Tabla 4. Valoración final.....	40



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



Listado de figuras

	Págs.
Figura 1. Resultados anexo técnico resolución 0312 de 2019	16
Figura 2. Ubicación geográfica.....	30
Figura 3. Organigrama AMARÚ SPA.....	30
Figura 4. Desarrollo por estándar – Evaluación inicial.....	39
Figura 5. Desarrollo por estándar – Evaluación final	41
Figura 6. Área de trabajo.	43
Figura 7. Cargo que desempeñan de trabajo.....	43
Figura 8. Antigüedad en el cargo.....	44
Figura 9. Tipo de contratación.....	44
Figura 10. Fecha de nacimiento	45
Figura 11. Edad.....	46
Figura 12. Género.	46
Figura 13. Peso.....	47
Figura 14. Talla.....	47
Figura 15. Nivel Educativo	48
Figura 16. Estado civil	48
Figura 17. ¿Cuántas horas labora semanalmente?	49
Figura 18. ¿Cuántas personas dependen económicamente de su trabajo?.....	49
Figura 19. ¿Cuáles son sus ingresos mensuales en promedio?.....	50
Figura 20. Vivienda en la que reside está clasificada en x estrato.....	50
Figura 21. Vivienda corresponde.....	51
Figura 22. ¿La Vivienda es?.	51
Figura 23. ¿Consumo de agua diario?.....	52
Figura 24. ¿Frecuencia del consumo de agua?.	53
Figura 25. ¿Dentro de su alimentación incluye?.....	53



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



Figura 26. ¿Qué tipo de alimentación que consume entre comidas?.....	54
Figura 27. ¿Con que frecuencia consume comida chatarra?.....	55
Figura 28. ¿En su rutina diaria destina un tiempo para?.....	55
Figura 29. ¿Destina parte de su tiempo libre para?.....	56
Figura 30. ¿Va al médico de manera preventiva?.....	56
Figura 31. ¿Con que frecuencia se lava las manos?.....	57
Figura 32. ¿Cuál de los siguientes enunciados utiliza dentro de su jornada laboral?.....	57
Figura 33. ¿Actualmente está afiliado a?.....	58
Figura 34. ¿Se encuentra afiliado actualmente a una EPS?.....	58
Figura 35. ¿Se encuentra afiliado actualmente a un fondo de pensiones?.....	59
Figura 36. ¿Se encuentra afiliado actualmente a una ARL?.....	59
Figura 37. ¿Ha sido diagnosticado con alguna enfermedad cómo?.....	60
Figura 38. ¿Ha sido diagnosticado con COVID 19 (SARS COV 2)?	60
Figura 39. ¿Si su respuesta anterior fue si, hace cuanto presento COVID 19, SARS COV 2?	61
Figura 40. ¿Usted diría que en general su salud es?	61
Figura 41. ¿Ha sufrido alguna enfermedad laboral?.....	62
Figura 42. ¿Ha sufrido algún Accidente laboral?.....	62
Figura 43. ¿Su trabajo en general es desgastador emocionalmente?	63
Figura 44. ¿La distribución de tareas es irregular y provoca que se le acumule el trabajo?.....	63
Figura 45. ¿Tiene que trabajar muy rápido para cumplir con el compromiso laboral?	64
Figura 46. ¿Se siente a gusto con su labor en la empresa?	64
Figura 47. ¿Tiene buena relación con los compañeros de trabajo?.....	65
Figura 48. ¿Las actividades laborales que realiza están acordes con su área de trabajo?.....	65
Figura 49. ¿Le cambian el horario de trabajo? Fuente: Elaboración propia.	66
Figura 50. ¿Cuándo está en la empresa piensa en problemas familiares o en las tareas domésticas pendientes?.....	66
Figura 51. ¿Sus actuales jefes inmediatos se comunican bien con los trabajadores?	67
Figura 52. ¿En las situaciones difíciles en el trabajo recibió el apoyo necesario?	67
Figura 53. ¿Qué parte de las tareas domésticas hace?.....	68





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Figura 54. Consentimiento informado.	68
Figura 55. Acciones de promoción y prevención semana 1 y 2..	70
Figura 56. Acciones de promoción y prevención semana 2 y 3..	71
Figura 57. Acciones de promoción y prevención semana 4.	72



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Listado de apéndices

	Págs.
Apéndice A. Matriz de identificación de peligros y evaluación de riesgos AMARÚ SPA por área.....	79
Apéndice B. Tabla de valores y clasificación.	86
Apéndice C. Plan de Promoción y Prevención (PyP).	87
Apéndice D. Registro Fotográfico.	109
Apéndice E. Acciones de Promoción y Prevención (PyP).....	112
Apéndice F. Listas de asistencias.....	114
Apéndice G. Encuesta de Condiciones de Salud AMARÚ SPA.	117
Apéndice H. Misión, Visión y Política de SST AMARÚ SPA.	130
Apéndice I. Folletos de promoción y prevención AMARU SPA.....	131



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Agradecimientos

Las autoras expresan sus agradecimientos a:

A todo el equipo de educadores de la Universidad de Pamplona, especialmente el cuerpo docente de la Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo, por sus enseñanzas que ha sido un gran aporte para nuestro desarrollo tanto profesional como personal.

A todos los compañeros y amigos que desinteresadamente fueron pieza importante en el desarrollo de esta investigación.

A todos los participantes, mil gracias.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Resumen

La siguiente monografía describe el perfil sociodemográfico y las condiciones de salud de los trabajadores de AMARÚ SPA; empresa ubicada en la ciudad de Pamplona, Norte de Santander, que se dedica al cuidado facial, corporal, capilar, estilístico, entre otros. No obstante, esta investigación se realiza con el fin de identificar las condiciones de salud de los trabajadores, para determinar su relación con la planeación de actividades partiendo de la necesidad de controlar los riesgos presentes en esta empresa.

Para el desarrollo de esta investigación se tuvieron en cuenta diversos autores e investigaciones relacionadas con la salud laboral, perfil sociodemográfico y sistemas de gestión en seguridad y salud en el trabajo para centros estilísticos. No obstante, se desenvuelve a partir de un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, analítico, documental, de campo y explorativo, a partir de lo cual se diseñó y aplicó una encuesta tomada como instrumento para la recolección y posterior análisis de la información.

A través de la aplicación del instrumento se determinaron las características del perfil sociodemográfico de los trabajadores de AMARÚ SPA, permitiendo aplicar un programa de promoción y prevención, con el fin de mitigar los riesgos más altos a los que están expuestos los trabajadores y el contar con un registro de las condiciones de salud incluyendo los accidentes y posibles enfermedades laborales o de origen común que puedan afectar a los trabajadores.

Palabras clave: Perfil sociodemográfico, condiciones de salud, sistema de gestión en seguridad y salud en el trabajo.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Abstract

The following monograph describes the sociodemographic profile and health conditions of 10 of the AMARÚ SPA workers; company located in Pamplona, Norte de Santander, which is dedicated to facial, body, hair, and stylistic care, among others. However, this research is carried out in order to identify the health conditions of workers, and determine their relationship with the planning of activities based on the need to prevent occupational diseases.

For the development of this research, various authors and research related to occupational health, sociodemographic profile and occupational health and safety management systems for stylistic centers were taken into account. However, it is developed from a quantitative approach of a descriptive, analytical, documentary, field and explorative type, from which a survey was carried out as an instrument for the collection and subsequent analysis of the information.

Through the application of the instrument, the characteristics of the sociodemographic profile of AMARÚ SPA workers were determined, allowing the application of a promotion and prevention program, in order to mitigate the highest risks to which workers are exposed and to have a record of health conditions, including accidents and possible occupational diseases or diseases of common origin that may affect workers.

Keywords: Sociodemographic profile, health conditions, occupational health and safety management system.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Introducción

Durante los últimos años el tema de la responsabilidad social empresarial (RSE) ha evolucionado de manera progresiva, logrando obtener una gran importancia tanto a nivel internacional como nacional, debido a los impactos sociales, ambientales, económicos y de la salud que se dan en las empresas, es por esto, que dicha responsabilidad busca contrarrestar dichos efectos en el sector empresarial en la sociedad en general.

Teniendo en cuenta lo anterior, la presente monografía tuvo como objetivo describir las condiciones de salud de los trabajadores de AMARÚ SPA, en la ciudad de Pamplona, Norte de Santander, a través del perfil sociodemográfico y la identificación de las condiciones de salud de los trabajadores, pues estos aspectos afectan directamente la planeación de actividades y su realización óptima, por otro lado, el desarrollo de esta investigación parte de la necesidad de determinar las acciones orientadas a la promoción de la salud y prevención de enfermedades, para de esta manera cumplir la normatividad vigente en seguridad y salud en el trabajo.

Así pues, esta investigación tiene un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, analítico, documental, de campo y explorativo, a partir de lo cual se realizó una encuesta tomada como instrumento para la recolección y posterior análisis de la información, aplicada los trabajadores de AMARÚ SPA, teniendo en cuenta la normatividad actual vigente, como el decreto 1295 de 1994, la ley 1562 del 2012, y la resolución 0312 del 2012.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Del mismo modo, a través de la aplicación de la encuesta, se lograron obtener los resultados, logrando determinar las características del perfil sociodemográfico de los trabajadores de la empresa, y además se hallaron múltiples aspectos como que la empresa no cuenta con una persona responsable en el desarrollo del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo, del mismo modo, los riesgos más altos a los que están expuestos los trabajadores son el biomecánico y el químico, y además no contaba con un registro de las condiciones de salud incluyendo los accidentes y posibles enfermedades laborales o de origen común que puedan estar afectando a sus trabajadores.

Entonces, a partir de los resultados obtenidos se aplicó un programa de promoción y prevención, el cual se enfocó en mejorar los aspectos anteriormente mencionados, priorizando la salud y bienestar de los trabajadores de AMARÚ SPA a través de la realización de acciones que permitieron mitigar los riesgos a los que están expuestos los trabajadores y determinar acciones orientadas a la promoción de la salud y prevención de la enfermedad de la empresa.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1. Planteamiento del Problema

Según los lineamientos de la legislación vigente en Colombia, el sistema de Gestión de Seguridad y salud en el trabajo, ordenado a partir de la ley 1562, determina la obligación de las empresas a desarrollar acciones orientadas a la promoción y prevención de la salud de los trabajadores generando para ellos sitios de trabajo seguros y saludables.

Así mismo, el Ministerio del Trabajo (2019) y su anexo técnico contemplan los estándares mínimos que deben cumplir las empresas incluyendo recursos (10%), gestión integral del sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo (15%), gestión de la salud (20%), gestión de peligros y riesgos (30%), gestión de amenazas (10%), verificación (5%), mejoramiento (10%); a través de este modelo porcentual se evalúa el cumplimiento de cada uno de estos estándares y se conoce el estado actual de la organización en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Dentro de las diferentes actividades económicas que se desarrollan en el municipio de Pamplona se encuentran los establecimientos comerciales del sector de la belleza; entre los que se destaca AMARÚ SPA, el cual presta servicios de estética y belleza; está, siendo una empresa productiva dentro del territorio nacional debe cumplir con lo establecido en los requisitos legales del sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo.

Dentro del diagnóstico desarrollado inicialmente a través del anexo técnico del Ministerio del Trabajo (2019) se logró evidenciar que solo cumplen con parte de la gestión de peligros y de riesgos dando una calificación del 8%, y en la gestión integral del sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo un 1% de cumplimiento; mientras que los demás estándares fueron calificados en 0.0%.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

Como es visible no se han desarrollado acciones orientadas a la gestión de la salud, por lo cual se requiere complementar este aspecto fortaleciendo el sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo.

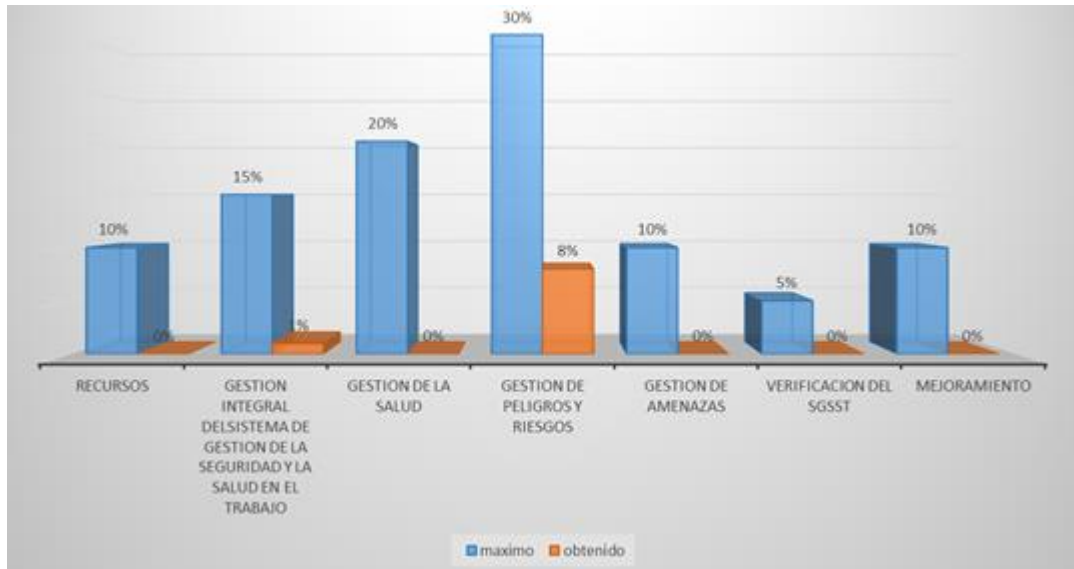


Figura 1. Resultados anexo técnico resolución 0312 de 2019. **Fuente:** Elaboración propia.

De acuerdo a lo que se muestra en la figura 1 se observa un cumplimiento de la normatividad de la gestión del riesgo del 8%, sin embargo, se evidencia un incumplimiento de la normatividad de la gestión en condiciones de salud con una calificación de 0.0 %. De acuerdo a lo anterior surge la necesidad competente de la realización y el desarrollo de la presente investigación complementando el sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo, con el propósito de caracterizar las condiciones de salud de la población trabajadora y tomar medidas que aporten a la calidad de vida en el ambiente laboral, para ello se desarrollarán instrumentos que permitan recolectar la información necesaria para determinar las condiciones de salud de los trabajadores de AMARÚ SPA.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



De acuerdo a todo lo anterior se formulan las siguientes preguntas de investigación:

¿Cuál es el estado actual de las condiciones de salud de los trabajadores de AMARÚ SPA de la ciudad de Pamplona?

¿Cuáles son las actividades adecuadas, a mejorar las condiciones de salud de los trabajadores, que contribuyen en el cumplimiento del sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo de dicho lugar?

Justificación

El presente trabajo de investigación se realiza con el fin de diagnosticar las condiciones de salud del personal en AMARÚ SPA ubicado en el municipio de Pamplona, Norte de Santander. Esta empresa desarrolla una actividad económica enfocada hacia la salud, bienestar y belleza de la población pamplonesa, prestando un excelente servicio con equipos de última tecnología, personal profesional y calificado en materia de estética, para ofrecer a sus clientes un amplio portafolio de servicios para el cuidado y mantenimiento de su cuerpo.

De acuerdo a lo anterior AMARÚ SPA cuenta con un sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo donde solo se ha desarrollado la gestión de peligros y riesgos, el cual cumple parcialmente con una calificación del 8%, haciéndose necesaria la implementación de acciones encaminadas a fortalecer las condiciones de salud, por lo tanto es fundamental identificar las condiciones de salud de los trabajadores que laboran a diario en el spa, lo cual permitirá desarrollar acciones orientadas a mejorar el desempeño laboral, minimizar los riesgos en salud y realizar recomendaciones que impliquen la protección de la salud de los trabajadores ejecutando su labor en un ambiente seguro y confortable, mejorando el ambiente laboral, mitigando los



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



riesgos, contribuyendo a mejorar la calidad de vida de los trabajadores y de productibilidad en la empresa.

Son diversos los peligros que se pueden identificar en esta actividad laboral. AMARÚ SPA cuenta con una valoración de peligros a través de Icontec Internacional, (2011), sin embargo, no se conoce las condiciones de salud de sus trabajadores lo cual interfiere en la planeación de actividades y determinación de acciones orientadas a la promoción de la salud y prevención de la enfermedad, incumpliendo así la normatividad vigente en materia de seguridad y salud en el trabajo.

La investigación propuesta busca mediante la sensibilización y aplicación de instrumentos conocer las condiciones de salud de los trabajadores de AMARÚ SPA, ubicado en la ciudad de Pamplona Norte de Santander. Para lograr el cumplimiento de los objetivos propuestos se desarrollarán actividades entre el 15 de marzo del 2021 al 30 de abril del 2021, empleando técnicas de investigación, utilizando encuestas, entrevistas semiestructuradas, que permitan la caracterización sociodemográfica de los trabajadores (administrativos y operativos), para posteriormente establecer acciones preventivas y correctivas contribuyendo a la salud de los trabajadores, con el propósito de controlar los riesgos y de esta manera evitar la presentación de accidentes o enfermedades laborales dentro de la empresa dando cumplimiento a lo establecido en la legislación vigente.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2. Marco de Referencial

Antecedentes Investigativos

En esta investigación se realizó una recopilación bibliográfica, con el fin de encontrar antecedentes investigativos relacionados al tema de estudio, donde en el ámbito internacional, en Venezuela, existe una investigación realizada por Yohama Caraballo en su artículo titulado “Riesgos Laborales en Trabajadores de Barberías y Peluquerías de Economía Informal: Caracas, Venezuela” donde se demuestra que en este país el sector informal de barberías y peluquerías es tenido en cuenta como una fuente de absorción de mano de obra desocupada, la cual, tiene algunas ventajas respecto a ingresos y flexibilización laboral, pero del mismo modo, llega a ser un sector desprotegido en cuanto a la seguridad y la salud laboral de quienes allí laboran, por lo que se dificulta de manera directa la inclusión de programas de prevención de accidentes de trabajo y enfermedades ocupacionales.

Es necesario mencionar que en este estudio de carácter observacional transversal y descriptivo se llegó a aplicar “la encuesta de las condiciones de trabajo y salud en América Latina del Center for International Health” donde se analizan concretamente las actividades laborales de 40 trabajadores de barberías y peluquerías, allí se encontró que el 65% de los encuestados manipulaban productos químicos, 62,5% utilizaban el secador y/o máquina de afeitar, 87,5% habían sufrido al menos una lesión en su área de trabajo y 100% refirió adoptar bipedestación prolongada, un 37,5% afirmó que al hacer movimientos repetitivos y presentar algún tipo de trastorno músculo-esquelético, cuyos síntomas más frecuentes fueron dorsalgias y lumbalgias, Caraballo, (2013).



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



A nivel nacional se encontró una investigación en Colombia realizada en el año 2015 sobre las condiciones sociodemográficas y la percepción de riesgos laborales en los peluqueros de Villavicencio; esta investigación se basó en la aplicación de encuestas a estilistas y personas que administran estos establecimientos con el fin de identificar los diferentes tipos de riesgos más comunes, los factores de seguridad y las medidas de prevención en materia de riesgos laborales conociendo a profundidad su estilo de vida, núcleo familiar, aspiraciones y formas de prestar los distintos servicios etc. Identificando los diversos riesgos laborales de la población objeto de estudio. Los datos recolectados se analizaron estadísticamente con el objetivo de realizar un plan de acción el cual lograra minimizar la aparición de enfermedades laborales, que pudieran afectar no solo a empleados sino a los empleadores que administran este tipo de establecimientos, Guevara & Lemus (2018).

Dicho proyecto se plantea tras la necesidad de identificar o caracterizar el estado actual de las personas que laboran en este gremio, expuesto a diferentes factores de riesgo laboral, de tipo ergonómico, biológico, físico químico, psicológico, entre otros, que generan enfermedades laborales como trastornos musculo esqueléticos, estrés laboral, enfermedades pulmonares, alteraciones en la piel, entre otras, y exposición a accidentes de trabajo, por cortes, pinchazos, quemaduras, que pueden afectar la salud y la calidad de vida del trabajador en forma significativa a corto mediano y largo plazo, Muñoz & Viasus, (2016).



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Ahora bien, en el artículo titulado El Hombre y la Máquina realizado por Tatiana Lozano y Ricardo Montero, se tuvo como objetivo principal describir los riesgos ocupacionales más comunes a los que están sometidos los trabajadores de las peluquerías y, en general, centros de belleza, los cuales fueron clasificados en físicos y ambientales, donde se incluyen aspectos importantes como, iluminación, ruido, ambiente térmico, contaminantes químicos y biológicos, y, por otra parte, aquellos relacionados con las condiciones de trabajo, que incluyen la carga de trabajo, las posturas forzadas mantenidas por mucho tiempo y los movimientos repetitivos.

Es necesario afirmar, que en ambos grupos de riesgos hay capacidades potenciales de producir enfermedades y accidentes laborales de diversos tipos, del mismo modo, se relaciona un conjunto de actos preventivos básicos obtenidos en la legislación vigente en Colombia, donde se retoman las buenas prácticas laborales, lo que se identifica en la literatura de las leyes que existen sobre el tema en cuestión y que ayudan de manera directa y en gran medida a evitar los accidentes y las enfermedades laborales de las personas que trabajan en estos sitios, Lozano & Montero, (2015).

Este estudio concluyo, que los diferentes establecimientos de belleza, ejecutan una serie de actividades, las cuales pueden generar diferentes tipos de riesgos y enfermedades laborales, por tal motivo es importante implementar acciones orientadas a identificar los peligros y riesgos e identificar las condiciones de salud de los trabajadores generando un ambiente laboral seguro y saludable dentro de esta actividad económica.

En el barrido bibliográfico realizado no se encontraron más investigaciones relacionadas al tema de investigación.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Marco Teórico

A través de la implementación de este proyecto buscaremos describir las condiciones de salud de AMARÚ SPA en Pamplona Norte de Santander.

En este proceso de análisis se estudiarán las condiciones en la cual labora el personal de esta empresa, los procedimientos, los productos y servicios que ofrecen, dicha descripción debe ser usado para implementar medidas que permitan mejorar la calidad de vida de los trabajadores, en especial tal y como lo establece el Ministerio de la Protección Social (2007), hoy Ministerio de trabajo, relativas al cumplimiento y desarrollo de los programas de promoción de la salud y la prevención de accidentes o enfermedades laborales, así como de aquellas comunes que puedan verse agravadas por el trabajo o por el medio en que este se desarrolla, contribuyendo de esta manera al logro de los objetivos en materia de Seguridad y Salud en el trabajo.

Para llegar a realizar un diagnóstico de las condiciones laborales de seguridad y salud en AMARÚ SPA, es necesario conocer los procesos que en este se llevan a cabo, en esta empresa, que ofrece diferentes servicios de belleza como estética, spa, cuidado facial, corporal, salón de belleza, estilismo, cuidado del cabello y uñas, organizada y delimitada por áreas, las cuales son actividades que se realizan con el fin de modificar temporalmente la apariencia estética del cuerpo humano a nivel del cabello, la piel y las uñas, utilizando elementos cosméticos de maquillaje, que modifican el color y apariencia, Guevara & Lemus, (2018).

Por tanto, es importante saber que los salones de belleza son lugares para relajarse, subir la autoestima, recibir atenciones, sentirse consentida/o, ayuda a liberación del estrés por ende mejora los estados de salud.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Marco Conceptual

Para la realización del presente trabajo se tendrán en cuenta varios conceptos que tiene relación con el tema central del trabajo. Tanto los conceptos relacionados con la labor de los salones de belleza como los conceptos de seguridad y salud en el trabajo que son pieza fundamental para su desarrollo.

Instituto de belleza: Establecimiento en el que se realizan distintas técnicas con la finalidad de embellecer el cuerpo humano con o sin la utilización de productos cosméticos, Ministerio de la Protección Social, (2004).

Prácticas y actividades de embellecimiento corporal: Son todos los procedimientos no invasivos que se utilizan para el embellecimiento del cuerpo humano con el fin de limpiarlo, perfumarlo, modificar su aspecto y protegerlo o mantenerlo en buen estado, con o sin la utilización de productos cosméticos, Ministerio de la Protección Social, (2004).

Procedimiento invasivo: Es aquel procedimiento realizado por un profesional de la medicina en el cual el cuerpo es agredido químico y/o mecánicamente o mediante inyecciones intradérmicas y/o subcutáneas, o se introduce un tubo o un dispositivo médico, Ministerio de la Protección Social, (2004).

Centro de estética y cosmetología: Es aquel establecimiento dedicado a la realización de tratamientos cosméticos, que dispone de recintos aislados, para uso individual destinados exclusivamente a la prestación de servicios de estética personal, incluyendo técnicas de aparatología y procedimientos no invasivos, Ministerio de la Protección Social, (2004).



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Aparatología de uso en estética: Corresponde a todo dispositivo médico operacional y funcional que reúne sistemas y subsistemas eléctricos, electrónicos, mecánicos, hidráulicos y/o híbridos, incluidos los programas informáticos que intervengan en su buen funcionamiento, destinados por el fabricante para ser usados en seres humanos con fines estéticos y que deben cumplir con la normatividad sanitaria vigente establecida para equipo biomédico, Ministerio de la Protección Social, (2004).

Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo: Conjunto de elementos interrelacionados o interactivos que tienen por objeto establecer una política, objetivos de seguridad y salud en el trabajo, mecanismos y acciones necesarios para alcanzar dichos objetivos. Está íntimamente relacionado con el concepto de responsabilidad social empresarial, en el orden de crear conciencia sobre el ofrecimiento de buenas condiciones laborales a los trabajadores, mejorando de este modo la calidad de vida de los mismos, así como promoviendo la competitividad de las empresas en el mercado, Congreso de Colombia, (2012).

Peligro: Situación o característica intrínseca de algo capaz de ocasionar daños a las personas, equipo, procesos y ambiente, Icontec Internacional, (2011).

Condiciones de salud: El conjunto de determinantes sociales, económicos y culturales que determinan el perfil sociodemográfico y de morbilidad de la población trabajadora, Icontec Internacional, (2011).

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, Congreso de Colombia, (2012).



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Exposición. Situación en la cual las personas se encuentran en contacto con los peligros, Icontec Internacional, (2011).

Riesgo. Combinación de la probabilidad de que ocurra(n) un(os) evento(s) o exposición(es) peligroso(s), y la severidad de lesión o enfermedad, que puede ser causado por el (los) evento(s) o exposición(es), Icontec Internacional, (2011).

Lugar de trabajo. Espacio físico en el que se realizan actividades relacionadas con el trabajo, bajo el control de la organización, Icontec Internacional, (2011).

Elemento de Protección Personal (EPP). Dispositivo que sirve como barrera entre un peligro y alguna parte del cuerpo de una persona, Icontec Internacional, (2011).

Evaluación del riesgo. Proceso para determinar el nivel de riesgo asociado al nivel de probabilidad y el nivel de consecuencia, Icontec Internacional, (2011).

Diagnóstico de condiciones de salud. Resultado del procedimiento sistemático para determinar “el conjunto de variables objetivas de orden fisiológico, psicológico y sociocultural que determinan el perfil sociodemográfico y de morbilidad de la población trabajadora”, Icontec Internacional, (2011).

Identificación del peligro. Proceso para reconocer si existe un peligro y definir sus características, Icontec Internacional, (2011).

Incidente. Evento(s) relacionado(s) con el trabajo, en el (los) que ocurrió o pudo haber ocurrido lesión o enfermedad (independiente de su severidad) o víctima mortal, Icontec Internacional, (2011).



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



Descripción sociodemográfica: Perfil socio demográfico de la población trabajadora, que incluye la descripción de las características sociales y demográficas de un grupo de trabajadores, tales como: grado de escolaridad, ingresos, lugar de residencia, composición familiar, estrato socioeconómico, estado civil, raza, ocupación, área de trabajo, edad, sexo y turno de trabajo, Ministerio del Trabajo, (2014).

Marco Legal

Tabla 1.

Matriz legal.

<i>Nombre de la norma</i>	<i>Artículo aplicable</i>	<i>Descripción de la Norma</i>
Constitución política de Colombia 1991	Art. 48	Regula la seguridad social en Colombia como servicio público de carácter obligatorio que se prestará bajo la dirección, coordinación y control del Estado, en sujeción a los principios de eficiencia, universalidad y solidaridad, en los términos que establezca la Ley.
Ley 9 de 1979 Código sanitario	Título III Art. 80 y subsiguientes	Se establecen directrices generales para preservar, conservar y mejorar la salud de los individuos en sus ocupaciones.
Ley 100 de 1994	Libro II	Sistema de seguridad social en Colombia
Decreto ley 1295	Art. 2. Capítulo II. Art. 8 Capítulo VI. Art. 56	Por el cual se determina la organización y administración del Sistema General de Riesgos Profesionales.
Ley 1562 de 2015	Art, 1	Por la cual se modifica el Sistema de Riesgos Laborales y se dictan otras disposiciones en materia de Salud Ocupacional.
Decreto 676 de 2020	Art. 4 Art. 5	Por el cual se modifica la tabla de enfermedades laborales en Colombia
Decreto 472 de 2015	Art. 4 Art. 5	por el cual se reglamentan los criterios de graduación de las multas por infracción a las Normas de Seguridad y Salud en el Trabajo y Riesgos Laborales, se señalan normas para la aplicación de la orden de clausura del lugar de trabajo o cierre definitivo de la empresa y paralización o prohibición inmediata de trabajos



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



		o tareas y se dictan otras disposiciones.
Decreto 1072 de 2015	Capítulo 7 del título 4 de la parte 2 del libro 2 Artículo 2.2.4.7.4 - Parágrafo 1 Artículo 2.2.4.6.8 – Numeral 5	Por medio del cual se expide el Decreto Único Reglamentario del Sector Trabajo
Resolución 0312 de 2019	Art. 3	Por la cual se definen los estándares mínimos del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.
Resolución 2263 del 2004	Artículo 5°. Artículo 7°. Artículo 9°.	Requisitos de funcionamiento. Para la apertura y funcionamiento los establecimientos de que trata la presente resolución Documentación legal. Para la apertura y funcionamiento de los establecimientos contemplados en la presente norma Visitas de inspección. Las entidades territoriales realizarán por lo menos una vez al año o las veces que lo estimen conveniente, una visita a los establecimientos de que trata la presente resolución, con el fin de verificar el cumplimiento de los requisitos aquí establecidos.

Fuente: Elaboración propia.

Marco Contextual

AMARÚ SPA es un centro de estética, spa, cuidado facial y corporal, salón de belleza, Estilismo, cuidado del cabello y uñas, salud, donde se busca la perfección, armonía y bienestar de sus clientes utilizando técnicas, procedimientos y equipos de última tecnología, el cual brinda los servicios de:

Porcelanización facial.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Alisado Photonico.

Corte Bordado.

Depilación de cejas.

Nutripigmentación de cejas.

Diseño de cejas.

Extensión de pestañas.

Lifting de pestañas.

Misión

AMARÚ SPA es una empresa orientada a la salud, bienestar y belleza. Presentando un excelente servicio con equipos de última tecnología, personal profesional y calificado en materia de estética, con el fin para garantizar y ofrecer a nuestros clientes un amplio portafolio de servicios para el ciudadano y mantenimiento de su cuerpo.

Visión

Para el 2022, AMARÚ quiere continuar siendo el centro de estética líder en Pamplona, con miras a ampliar su marca y crear sucursales en las principales ciudades del país. Ofreciendo los últimos tratamientos corporales y de belleza yendo siempre en vanguardia en materia tecnológica.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Valores

Calidad: Ofrecer el mejor servicio con el fin de garantizar al público un excelente trabajo mejorando la productividad y eficacia de la empresa.

Responsabilidad: Compromiso adquirido tanto con los trabajadores como con los clientes y la sociedad, brindando estabilidad y excelencia en condiciones laborales como en producir servicios de calidad.

Trabajo en equipo: Participación de cada miembro de la empresa para lograr en conjunto las metas y objetivos de la misma.

Competitividad: Esfuerzo por resaltarse como el centro de estética líder en el municipio.

Disponibilidad al cambio: Disposición para la innovación y adopción de nuevos cambios cuando sea necesario para seguir proyectándose.

Ubicación Geográfica

AMARÚ SPA se encuentra ubicado en Pamplona norte de Santander en la calle 8b n5-100 terraza santa bárbara como veremos en la siguiente imagen.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Figura 2. Ubicación geográfica. **Fuente:** Google maps.

Organigrama



Figura 3. Organigrama AMARÚ SPA. **Fuente:** Elaboración propia.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Reseña institucional

AMARÚ SPA es una empresa del sector de estética y belleza creada hace 10 años aproximadamente en la ciudad de Pamplona por su representante legal Viviana Andrea Galvis Bolívar, ha tenido diferentes sedes, siendo la mejor de ellas la actual ubicada en la calle 8b n5-100 terraza santa bárbara.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



3. Objetivos

Objetivo General

Describir las condiciones de salud de los trabajadores de AMARÚ SPA en la ciudad de Pamplona departamento Norte de Santander

Objetivos Específicos

Diagnosticar el cumplimiento de los estándares mínimos del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo de acuerdo a lo establecido en la legislación vigente través del anexo técnico de la resolución 0312 de 2019.

Elaborar un instrumento para conocer las condiciones de salud de los trabajadores de AMARÚ SPA.

Determinar las condiciones de salud de los trabajadores de AMARÚ SPA de la ciudad de Pamplona.

Establecer planes de intervención y programas de promoción y prevención que disminuyan los accidentes y enfermedades laborales dentro de la organización, mitigando los riesgos, mejorando la calidad de vida de los trabajadores.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



4. Diseño Metodológico

Metodología de la Propuesta

Esta investigación, es un estudio de caso de tipo descriptivo, analítico, documental, cuantitativo, de campo y explorativa. Es de tipo cuantitativo porque se van a emplear instrumentos los cuales permitirán valorar, analizar y tabular la información. De tipo descriptivo porque los resultados se van a describir. Analítico porque mediante la aplicación de un instrumento el resultado se le va hacer un análisis crítico ahí mismo. Documental porque se va a basar la investigación en la normatividad actual vigente, tales como el decreto 1295 de 1994, la ley 1562 del 2012, y la resolución 0312 del 2012. De campo porque se va a trabajar en el lugar de los hechos, De tipo explorativo porque se van a determinar cuáles son los factores de riesgo empleando métodos como la observación, la revisión documental y la entrevista.

Las preguntas establecidas en la encuesta están dirigidas a una población de 10 trabajadores, las cuales nos proporcionarán la definición del perfil sociodemográfico, morbilidad sentida para determinar el diagnóstico de las condiciones de salud de los trabajadores.

Así mismo, Orientado bajo la metodología de la guía técnica GTC 45 del Icontec la cual nos va a permitir identificar, los peligros, valorar los riesgos en salud presentes en las actividades laborales del AMARÚ SPA, teniendo en cuenta la naturaleza, el alcance y los recursos que se obtengan. En la elaboración inicial del diagnóstico el propósito fundamental fue identificar, valorar los peligros que se generan dentro de las actividades del SPA, y evidentemente garantizar que en el futuro se disminuyan los riesgos en salud de los trabajadores.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Etapas

Etapa 1

Esta investigación se inició con una búsqueda, recopilación e información de archivos respecto a la actividad económica de la empresa, y los aspectos legales para dar cumplimiento al Sistema Gestión en Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST.

Etapa 2

Diseño y elaboración de la evaluación inicial para determinar el grado de cumplimiento o no cumplimiento de los estándares establecidos por la normatividad legal de la ley 1562 de 2012, el decreto 1072 de 2015, y la resolución 0312 de 2019. Para poder determinar los valores correspondientes en cada una de las etapas del ciclo PHVA.

Etapa 3

Análisis de la evaluación inicial para poder determinar el estado actual en que se encontraba la empresa respecto al Sistema Gestión en Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST. Esta fase se realizó con la ayuda del representante legal de la empresa y el resultado de la evaluación inicial nos permitió detectar el diagnóstico, el cual nos sirvió de referencia para establecer los controles pertinentes y diseñar el plan de mejora.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Etapa 4

Se realizaron los diseños de los instrumentos de investigación, que se basaron en 3 técnicas específicas como la observación, encuesta y entrevista.

Los 3 instrumentos de investigación se aplicarán de la siguiente manera: se inicia realizando la observación, luego se aplica la encuesta, y posteriormente se realizará la entrevista al representante legal de la empresa.

Etapa 5

Se realizó el análisis e interpretación de resultados teniendo en cuenta los instrumentos de investigación aplicados, de acuerdo con el enfoque mixto de la investigación, la técnica de observación y la entrevista se analizó por simple inspección la cual determinará los posibles hallazgos encontrados en la empresa.

Etapa 6

Elaboración de las acciones, actividades de promoción y prevención para la gestión de las condiciones de salud.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



Diseño Metodológico

Tabla 2.

Variables e indicadores.

CATEGORIA O ESTANDAR	VARIABLE	DIMENSION
Gestión de Salud	Perfil sociodemográfico	Se encontró la información relacionada con la edad, género, estado civil, grado de escolaridad, lugar de residencia, ocupación, antigüedad en el cargo, y área de trabajo
	Condición de salud en el trabajo	Sintomatología osteomuscular, antecedentes médico y familiares, patologías de origen común y laborales
	Registro, reporte e investigación de IATEL	Ausentismo laboral Accidentes laborales
	Estilos de vida y entornos saludables	Consumo de sustancias lícitas e ilícitas. Hábitos de sueño y descanso Actividades recreativas – deportivas y sociales. Higiene personal y oral Alimentación y dieta
	Actividades de promoción y prevención en salud	Capacitaciones y charlas de estilo de vida saludable

Fuente: Elaboración propia.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



5. Resultados y discusión

Etapa I

Se realizó una exploración documental de la normativa en Seguridad y salud en el trabajo, de antecedentes y conceptos referentes al planteamiento del problema identificado en la valoración.

Se revisaron los antecedentes de la empresa con respecto a accidentes laborales y enfermedad profesional en los últimos años.

Se evidencio los siguientes documentos con los cuales cuenta la empresa:

Matriz de identificación de peligros y evaluación de riesgos (Ver apéndice A).

Misión, visión y política (Ver apéndice H).

Etapa II y III

Evaluación Inicial

Se realizó una visita presencial del lugar donde se realizó la investigación para reconocer su actividad económica principal, instalaciones y recurso humano (Ver apéndice F).

Se aplicó una evaluación Inicial de los estándares mínimos en Seguridad y Salud en el Trabajo utilizando el formato de evaluación de la Resolución 0312 del 13 de febrero del 2019.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Se tomo como referencia los ítems citados en el Capítulo III. Estándares mínimos para empresas de más de cincuenta (50) trabajadores clasificados con riesgo I, II, III, IV ó V y de cincuenta (50) ó menos trabajadores con riesgo IV ó V, obteniéndose un resultado de 56,25 /100 de cumplimiento del SG - SST sobre un puntaje de 46,25/100 de no cumplimiento del mismo (Ver figura 1).

Lo cual significa que la empresa AMARÚ SPA, tiene una calificación Crítica.

De acuerdo a la valoración inicial de los estándares según la resolución 0312 se evidencia lo siguiente:

Tabla 3.

Evaluación inicial de los estándares mínimos, según Resolución 0312 de 2019.

Estándar	Máximo	Obtenido
Recursos	10	0
Gestión Integral del Sistema de Gestión de la Seguridad y la Salud en el Trabajo	15	1
gestión de la Salud	20	0
Gestión de Peligros y Riesgos	30	8
Gestión de Amenazas	10	0
Verificación del SG-SST	5	0
Mejoramiento	10	0
Total	100	9

Fuente: Elaboración propia.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

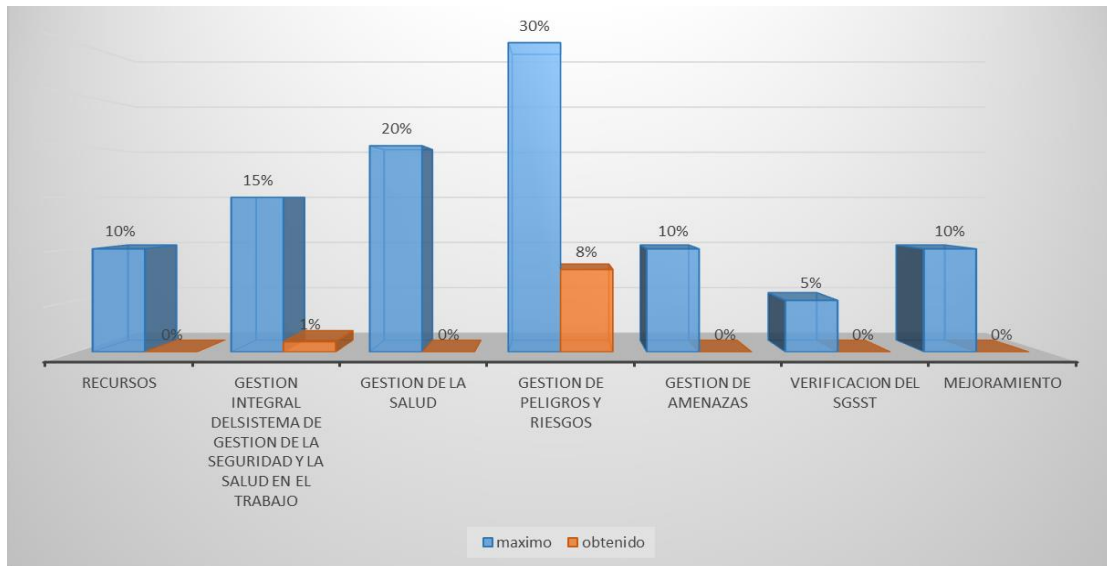


Figura 4. Desarrollo por estándar – Evaluación inicial. **Fuente:** Elaboración propia.

De acuerdo a lo que se muestra en la figura 4 se observa un cumplimiento de la normatividad de la gestión del riesgo del 8%, sin embargo, se evidencia un incumplimiento de la normatividad de la gestión en condiciones de salud con una calificación de 0.0 %.

Una vez realizado el proceso de evaluación inicial de los estándares mínimo en seguridad y salud en el trabajo de las actividades propuestas en el desarrollo de este trabajo, se evidencia que la empresa no cuenta con los debidos protocolos y estándares mínimos establecidos para el buen funcionamiento de la empresa.



Tabla 4.

Valoración final.

Estándar	Máximo	Obtenido
Recursos	10	0
Gestión Integral del Sistema de Gestión de la Seguridad y la Salud en el Trabajo	15	1
gestión de la Salud	20	3
Gestión de Peligros y Riesgos	30	15,5
Gestión de Amenazas	10	0
Verificación del SG-SST	5	0
Mejoramiento	10	2,5
Total	100	22

Fuente: Elaboración propia.

Análisis: De acuerdo a la valoración final con respecto a la inicial se logra evidenciar que se presentaron cambios o mejoras en los estándares de gestión de la salud, gestión de peligros y riesgos y mejoramiento, subiendo de calificación, pero aun la empresa se manteniéndose en un estado crítico.

De acuerdo a lo que se muestra en la figura 5 se observa un aumento en el cumplimiento de la normatividad de la gestión del riesgo del 15.5%, y un aumento significativo del 3% de la normatividad de la gestión en condiciones de salud así mismo de los recursos con un 2% y el mejoramiento con un 2.5% respectivamente, evidenciándose de esta manera que se logró una mejora en la calificación de los estándares mínimos, aunque el nivel de su evaluación siga siendo crítica.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

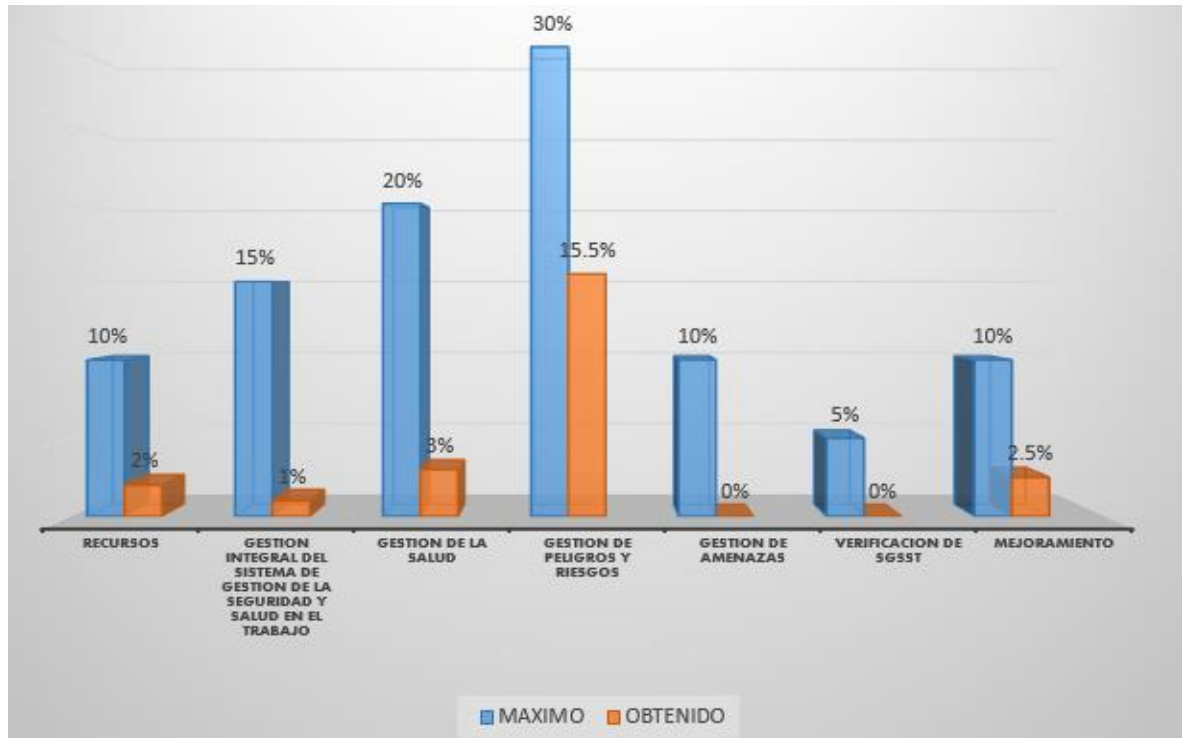


Figura 5. Desarrollo por estándar – Evaluación final. **Fuente:** Elaboración propia.

Etapa IV y V

Para la obtención de los datos referentes al perfil sociodemográfico y las condiciones de salud de los trabajadores de la empresa AMARU SPA, se diseñó un cuestionario a través de la herramienta formularios de Google titulado “Encuesta de Condiciones de Salud AMARÚ SPA” (Ver apéndice G), el cual se divide en las siguientes secciones:

Datos personales.

Perfil Sociodemográfico.

Hábitos y estilos de vida Saludables.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Aspectos Psicosociales.

Condiciones de salud.

El cuestionario fue aplicado a un total de 10 trabajadores constituyéndose en el 90.9% de la población objeto del SPA. Para aplicar el formulario se realizó trabajo de campo por parte del equipo de trabajo donde se envió el link de acceso directamente a cada uno de los trabajadores encuestados, se les explico el objetivo la metodología y el contenido del mismo, esto teniendo en cuenta la poca disponibilidad de tiempo de los trabajadores y las condiciones del entorno.

Características del perfil sociodemográfico

Una vez aplicado el instrumento de “Encuesta de Condiciones de Salud Amaru SPA, se logran determinar las características del perfil sociodemográfico, destacando que el personal de la empresa Amaru SPA que respondió la encuesta está conformado por mujeres, en su mayoría ellas se encuentran en los rangos de edad entre los 18 a 22 años y entre los 35 a 40 años; el 90% de estas trabajadoras desarrolla actividades de tipo operativo incluyendo cargos como esteticista, manicurista, estilista y oficios varios, solo un 10% desarrolla labores administrativas; el grado de escolaridad del personal encuestado oscila entre secundaria y universitario. Estas mujeres están agrupadas en tres grupos equitativos (solteras, separadas y unión libre) en cuanto a estado civil se refiere solo el 10% afirma estar casada. Según los resultados la mayor parte de ellas vive como arrendadas, en un apartamento en los estratos 2 y 3.

Con respecto al área de trabajo donde se desempeñan los trabajadores se encuentra que el 90% de los trabajadores son operativos y el 10% son administrativos, correspondiendo 9 y 1 persona respectivamente.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



10 respuestas

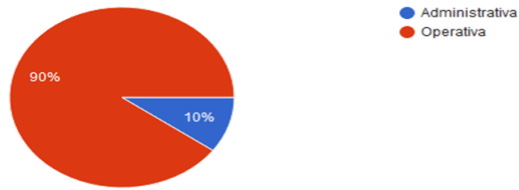


Figura 6. Área de trabajo. **Fuente:** Elaboración propia.

Por otra parte, y referentes a los cargos que hay definidos en el AMARÚ SPA se encuentran las siguientes: los esteticistas que corresponden al 30% siendo el mayor porcentaje de ocupación, seguido por los manicuristas y oficios varios con 20% cada uno y finalmente el administrador, auxiliares administrativos y el maquillista con un 10% respectivamente.

10 respuestas

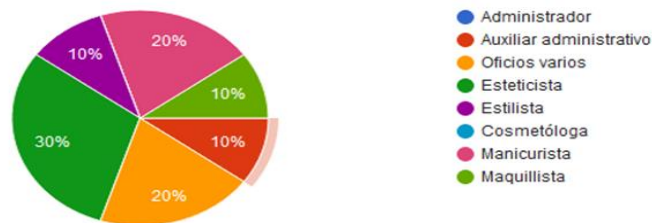


Figura 7. Cargo que desempeñan de trabajo. **Fuente:** Elaboración propia.



Referentes a la antigüedad laboral en el AMARÚ SPA se encuentran lo siguiente: el 10% de los trabajadores laboran entre 4 a 5 años o más de 5 años; el 40% entre 1 a 3 años o menos de 1 año siendo estos el de mayor porcentaje de antigüedad.

10 respuestas

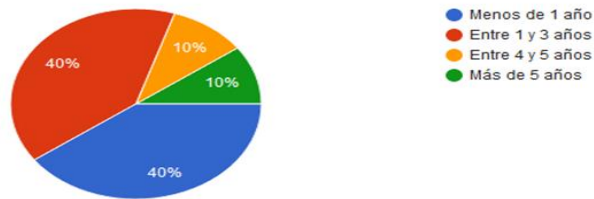


Figura 8. Antigüedad en el cargo. **Fuente:** Elaboración propia.

Según el tipo de contratación definidos en AMARÚ SPA se encuentra que: el 80% de los trabajadores se encuentran vinculados a la empresa por contrato verbal siendo el mayor porcentaje del tipo de contratación de los trabajadores, seguido por la contratación, prestación de servicios y de aprendizaje con el 10% respectivamente.

10 respuestas

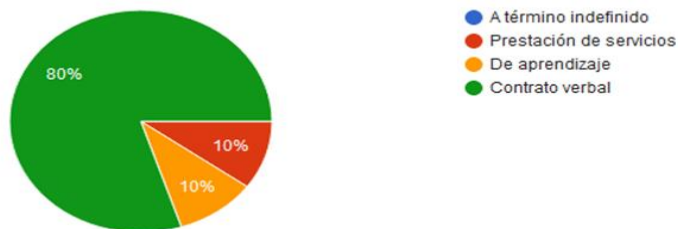


Figura 9. Tipo de contratación. **Fuente:** Elaboración propia.



SC-CER96940





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Las fechas de nacimiento de los trabajadores de AMARÚ SPA oscilan entre los años 1979 a 2002 evidenciando que el 100% de los trabajadores son mayores de edad.

10 respuestas

ene. de 1	25
sep. de 1979	2
ago. de 1980	29
feb. de 1981	22
sep. de 1984	3
sep. de 1989	15
feb. de 1991	16
mar. de 2000	18
jul. de 2000	20
ene. de 2002	25

Figura 10. Fecha de nacimiento. **Fuente:** Elaboración propia.

Con relación a lo anterior las edades de los trabajadores de AMARÚ SPA corresponden al 30% de las edades entre 18 a 22 años y de 35 a 40 años siendo este el mayor porcentaje de edades del personal que labora en AMARÚ SPA, seguido por las edades entre 20 a 34 años y mayores de 40 años con un 20% respectivamente.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



10 respuestas

ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!

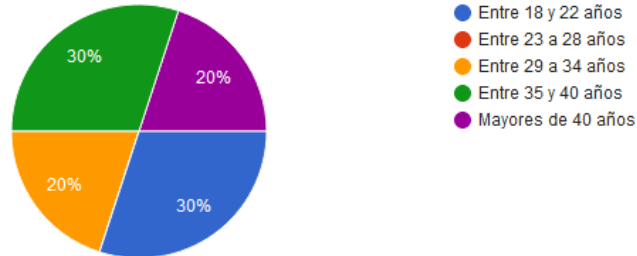


Figura 11. Edad. **Fuente:** Elaboración propia

El 100% de los trabajadores que laboran en la empresa AMARÚ SPA son género femenino dándonos a conocer que prevalece este género en las actividades y desempeño de la empresa.

10 respuestas



Figura 12. Género. **Fuente:** Elaboración propia.

Por otra parte, y referente al peso de los trabajadores de AMARÚ SPA se encuentra lo siguiente:

Trabajadores con peso entre 65kg a 74kg correspondiente al 50% siendo el mayor porcentaje del peso de los trabajadores, seguido por los de 55k a 64kg y de 75kg a 84kg con un 20% y finalmente los de 45kg a 54kg con un 10% respectivamente.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



10 respuestas

ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!

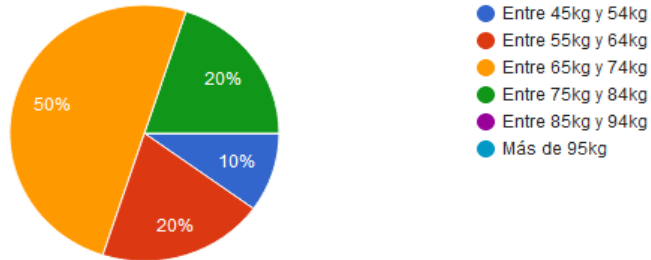


Figura 13. Peso. **Fuente:** Elaboración propia.

En conjunto a lo anterior se da a conocer el porcentaje en talla de los trabajadores de AMARÚ SPA donde se evidencia lo siguiente: trabajadores con talla entre 155cm a 164cm y 165 a 174cm correspondiente al 40% siendo este el de mayor porcentaje de la talla de los trabajadores, seguido por los de 145cm a 154cm con un 20%.

10 respuestas

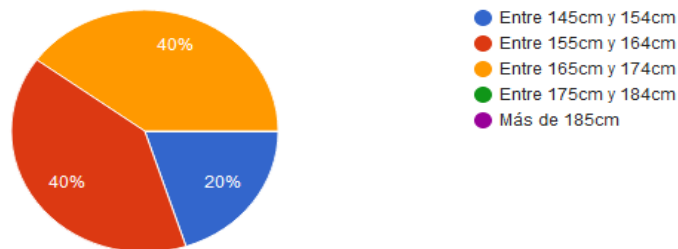


Figura 14. Talla. **Fuente:** Elaboración propia.

Con respecto al nivel educativo de los trabajadores de AMARÚ SPA, se encuentra que el 40% de los trabajadores aprobaron el nivel educativo de secundaria y universitario el 10% el tecnólogo y técnico respectivamente.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



10 respuestas

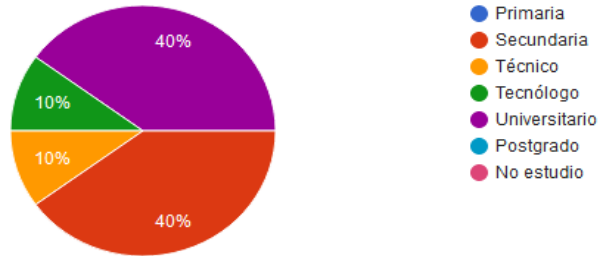


Figura 15. Nivel Educativo. **Fuente:** Elaboración propia.

Referentes al estado civil de los trabajadores de AMARÚ SPA se encuentran los siguientes: los solteros, unión libre y separados, corresponden al 30% siendo el mayor porcentaje de los estados civiles, y finalmente los casados con un 10% respectivamente.

10 respuestas

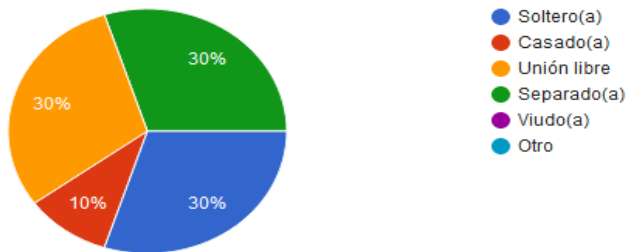


Figura 16. Estado civil. **Fuente:** Elaboración propia.

El mayor porcentaje en el que los trabajadores laboran es el 40% de una intensidad horaria de 43 horas a más de 48 horas laborando semanalmente, seguido del 20% de los trabajadores que laboran entre 12 a 24 horas semanales.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



10 respuestas

ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!

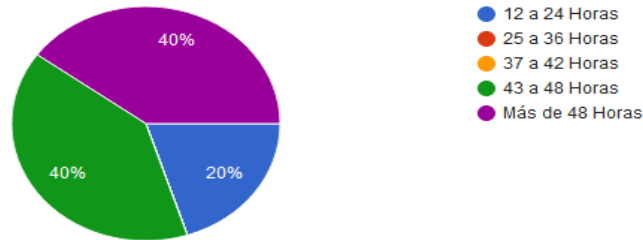


Figura 17. ¿Cuántas horas labora semanalmente? **Fuente:** Elaboración propia.

La mayoría de personas que dependen económicamente de los trabajadores de AMARÚ SPA son de 1 a 3 personas representando esto un 60% de los trabajadores que están a cargo de más de una persona, el 30% de los trabajadores no cuentan con ninguna persona por la que dependan económicamente de él, y el 10% están a cargo económicamente de 3 a 5 personas respectivamente.

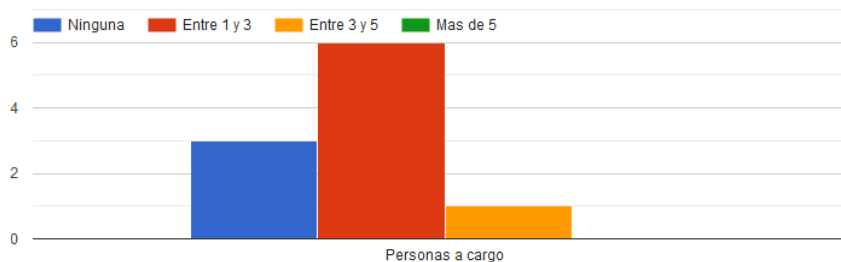


Figura 18. ¿Cuántas personas dependen económicamente de su trabajo? **Fuente:** Elaboración propia.

Los ingresos mensuales de la mayoría de los trabajadores de AMARÚ SPA corresponden al 60% de los trabajadores quienes cuentan con ingresos mensuales de 500.000 a 1.000.000 de



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



pesos; el 30% cuentan con 1.100.000 a 2.000.000 de pesos y el 10% con ingresos de más de 3.100.000 pesos respectivamente.

10 respuestas

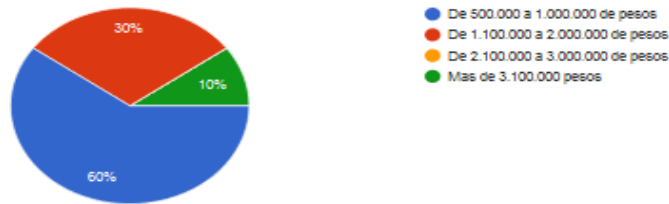


Figura 19. ¿Cuáles son sus ingresos mensuales en promedio? **Fuente:** Elaboración propia

La mayoría de los trabajadores de AMARÚ SPA cuentan con viviendas de los estratos 2 y 3 correspondiente al 40% de los trabajadores que habitan estas viviendas, el 10% de los trabajadores habitan viviendas con estrato 1 y 5 respectivamente.

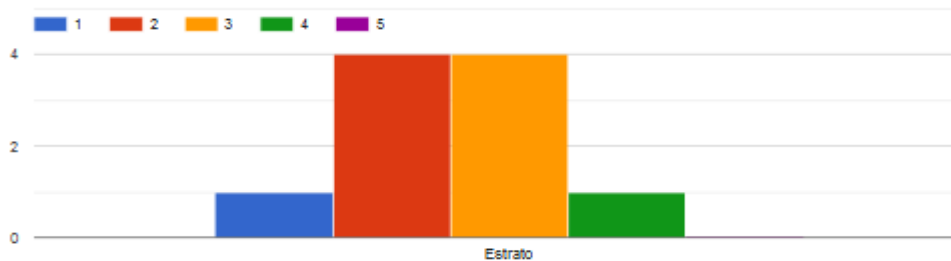


Figura 20. Vivienda en la que reside está clasificada en x estrato. **Fuente:** Elaboración propia.

Con respecto a la vivienda que habitan los trabajadores de AMARÚ SPA corresponde al 70% a vivienda tipo apartamento, 20% tipo casa y 10% tipo habitación.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



10 respuestas

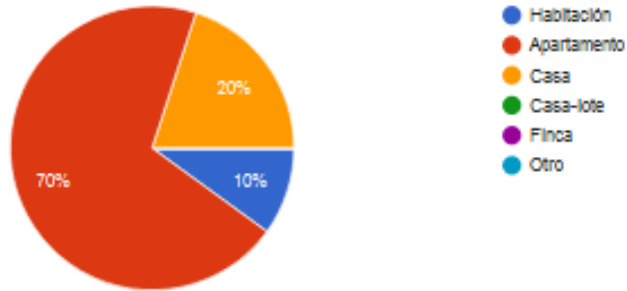


Figura 21. Vivienda corresponde. **Fuente:** Elaboración propia.

Según los datos obtenidos el 90% de los trabajadores de AMARÚ SPA, habitan vivienda arrendada y el 10% vivienda familiar respectivamente.

10 respuestas

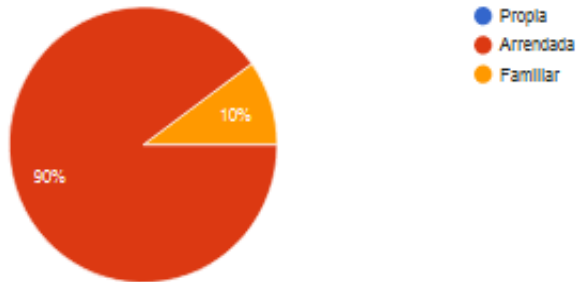


Figura 22. ¿La Vivienda es? **Fuente:** Elaboración propia.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



Condiciones de salud

En esta segunda etapa de la encuesta se evalúa las condiciones de salud de los trabajadores de la empresa AMARÚ SPA.

Se evidencia que el consumo diario de agua de los trabajadores de AMARÚ SPA es del 50% siendo este entre 3 a 4 vasos de agua, seguido del 20% de 1 a 2 vasos de agua diarios, por último, el 10% de la población trabajadora consume entre 5 o más de 7 vasos de agua o por lo contrario no toman agua durante el día.

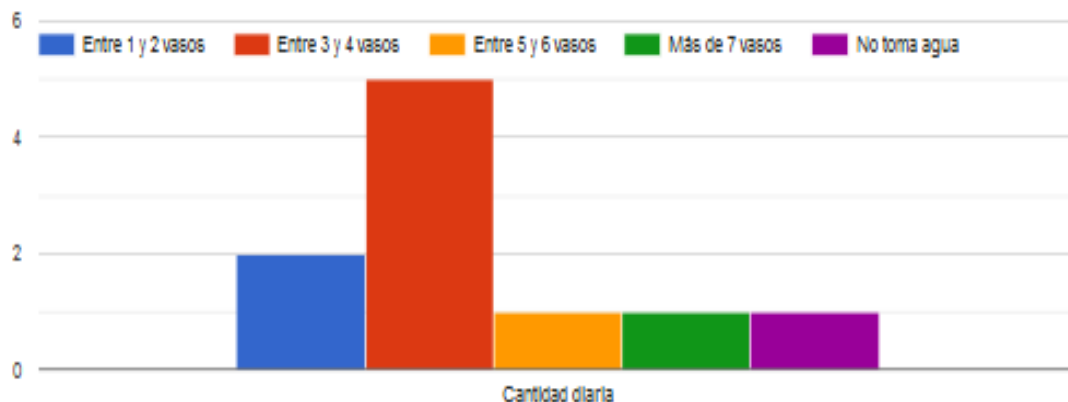


Figura 23. ¿Consumo de agua diario? **Fuente:** Elaboración propia.

En relación a lo anterior se evidencia que la frecuencia de consumo diario de agua de los trabajadores de AMARÚ SPA es de cada dos horas con un equivalente al 50% de la población estudio y un 20% de la población lo hacen en la mañana/noche o con las comidas, y por último, el 10% de la población no consumen agua.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



Figura 24. ¿Frecuencia del consumo de agua? **Fuente:** Elaboración propia.

Se evidencia que los alimentos de mayor consumo, por los trabajadores de AMARÚ SPA son las frutas con un 100% del consumo, seguido de las verduras con un 90% del consumo, la comida chatarra con un 70% del consumo, y 60% del consumo de gaseosas y fritos respectivamente.

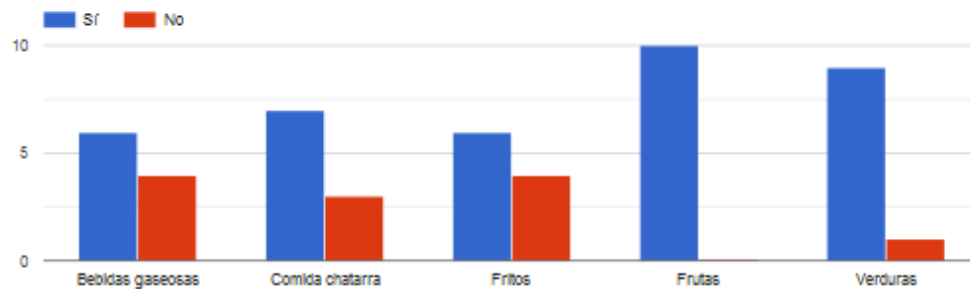


Figura 25. ¿Dentro de su alimentación incluye? **Fuente:** Elaboración propia.



El tipo de alimento que más consumen los trabajadores de AMARÚ SPA es el agua con un 90% del consumo entre los trabajadores, seguido de la fruta con un 80% del consumo, jugos 50% del consumo, productos de panaderías y gaseosas con un 40% del consumo, preparación de casa 30% y, por último, 20% del consumo de productos empaquetados.

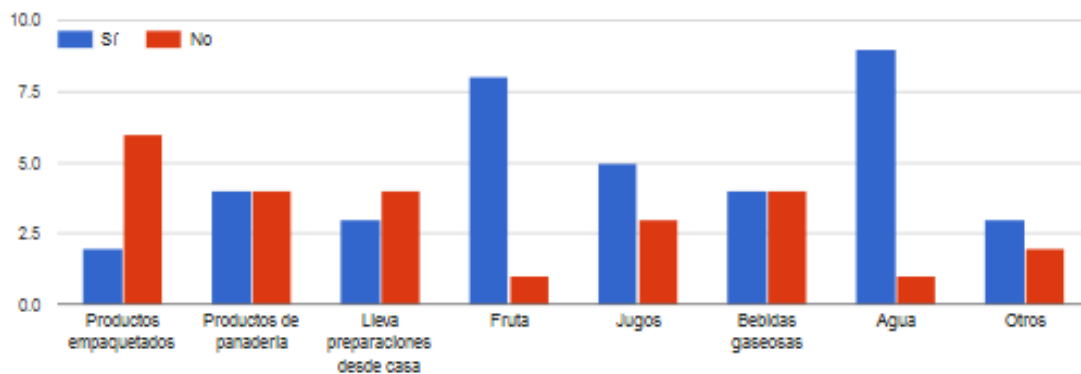


Figura 26. ¿Qué tipo de alimentación que consume entre comidas? **Fuente:** Elaboración propia.

Por otra parte, y referentes a la frecuencia con la que se consume comida chatarra, se evidencia lo siguiente: 40% una vez al mes, siendo el mayor porcentaje del consumo frecuente, seguido por 30%, 2 veces por semana, 20%, dos veces al mes y finalmente 10% una vez por semana respectivamente.

10 respuestas

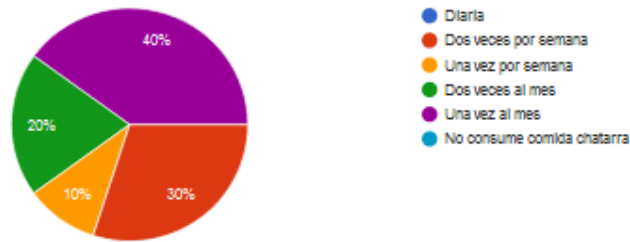


Figura 27. ¿Con que frecuencia consume comida chatarra? **Fuente:** Elaboración propia.

El 100% de la población destina el tiempo libre para desayunar, almorzar, cenar y dormir 7 o más horas al día, en conjunto a esta respuesta el 90 % de los trabajadores realizan tareas domésticas, el 60% toman descansos dentro de su jornada laboral, 40% realizan actividades de ocio y finalmente el 20% lo utilizan para hacer 30 minutos o más de deporte.

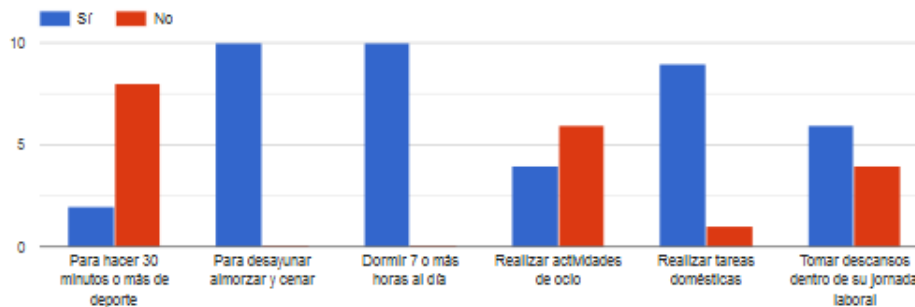


Figura 28. ¿En su rutina diaria destina un tiempo para? **Fuente:** Elaboración propia.

El tiempo libre de los trabajadores de AMARÚ SPA en su mayor tiempo es destinado para las actividades domésticas con una participación del 90%, seguida de las actividades laborales y académicas con un 80%, y finalmente las actividades deportivas y recreativas con un 30% de la población.

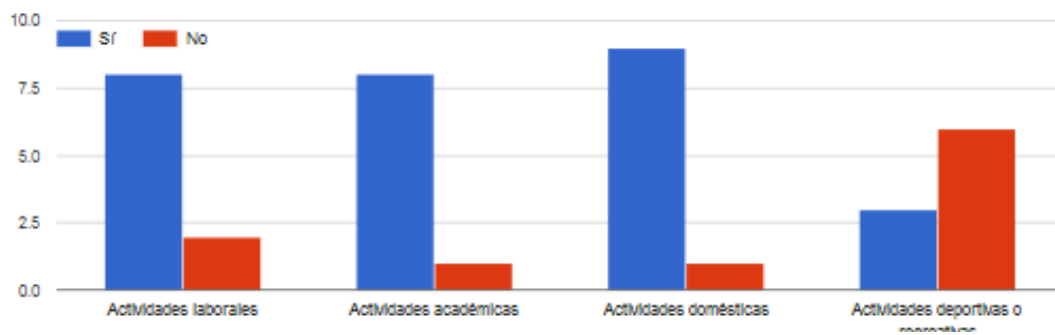


Figura 29. ¿Destina parte de su tiempo libre para? **Fuente:** Elaboración propia.

El 77.8% de la población trabajadora de AMARÚ SPA asiste de manera preventiva al médico al menos una vez al año, el 22,2% no asisten al médico ni una vez por año.

9 respuestas

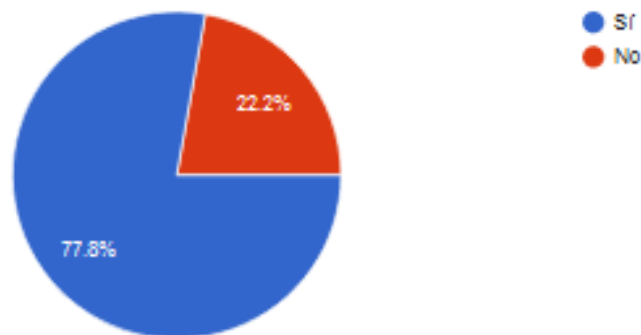


Figura 30. ¿Va al médico de manera preventiva? **Fuente:** Elaboración propia.

Los trabajadores de AMARÚ SPA realizan el lavado de manos con una frecuencia del 90% antes de las comidas y después de ir al baño, seguido del 70% después de las comidas, 50% cada dos horas y finalmente 40% se lava las manos cada 4 horas.



Figura 31. ¿Con que frecuencia se lava las manos? **Fuente:** Elaboración propia.

El 100% de los trabajadores de AMARÚ SPA utilizan los elementos de protección personal; el 60% trabajan horas extras y pueden decidir cuándo descansar; el 50% realizan pausas activas; el 10% se irrita con facilidad.



Figura 32. ¿Cuál de los siguientes enunciados utiliza dentro de su jornada laboral? **Fuente:** Elaboración propia.



El 40% de los trabajadores de AMARÚ SPA se encuentran afiliados a una entidad de salud prevaleciendo un 60% quienes no se encuentran afiliados, y solo un 10% se encuentra vinculado a un fondo de pensiones.



Figura 33. ¿Actualmente está afiliado a? **Fuente:** Elaboración propia.

El 66.7% del personal que labora en AMARÚ SPA se encuentra vinculado a la EPS NUEVA EPS, el 22.2% a ninguna y el 11.1% al Sisbén dando a conocer, que más de la mitad de los trabajadores si se encuentran vinculados a una EPS.

9 respuestas

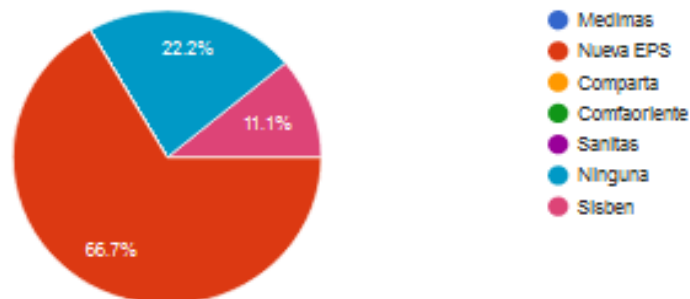


Figura 34. ¿Se encuentra afiliado actualmente a una EPS? **Fuente:** Elaboración propia.



SC-CER96940





El 33.3% del personal que labora en AMARÚ SPA se encuentra vinculado al fondo de pensiones Colfondos pensiones y cesantías y el 100% no cuenta con vinculación a una ARL

3 respuestas

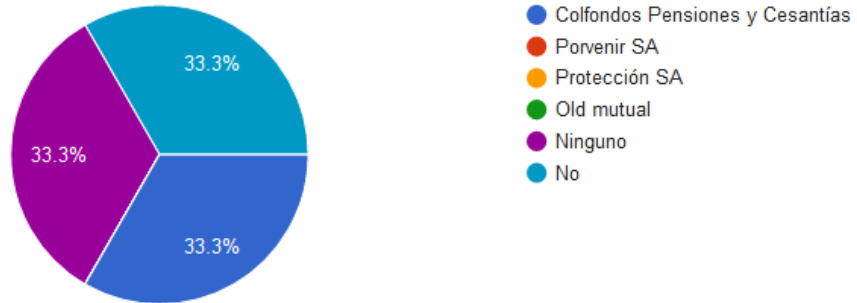


Figura 35. ¿Se encuentra afiliado actualmente a un fondo de pensiones? **Fuente:** Elaboración propia.

2 respuestas

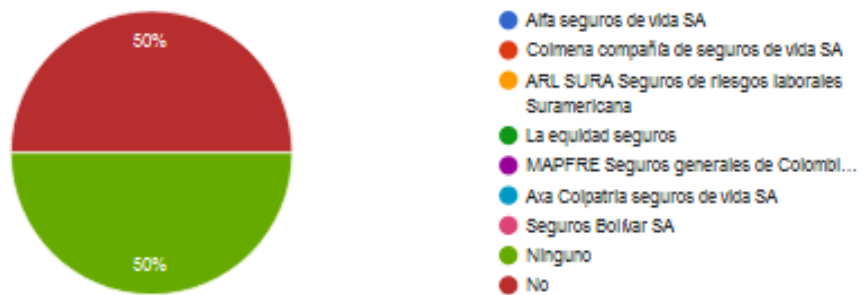


Figura 36. ¿Se encuentra afiliado actualmente a una ARL? **Fuente:** Elaboración propia.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



El 20% de los trabajadores presentan enfermedades del tracto respiratorio, y el 10% hipertensión o cáncer.

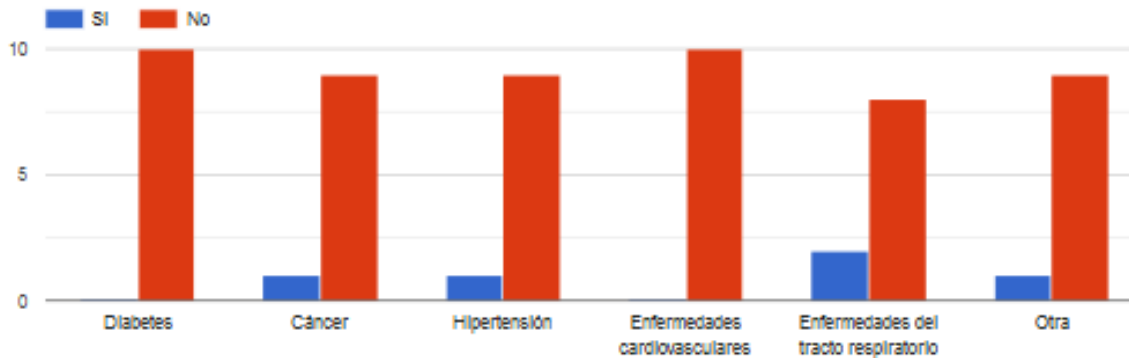


Figura 37. ¿Ha sido diagnosticado con alguna enfermedad cómo? **Fuente:** Elaboración propia.

El 90% de los trabajadores de AMARÚ SPA no ha sido diagnosticado con COVID 19 (SARS COV 2).

10 respuestas

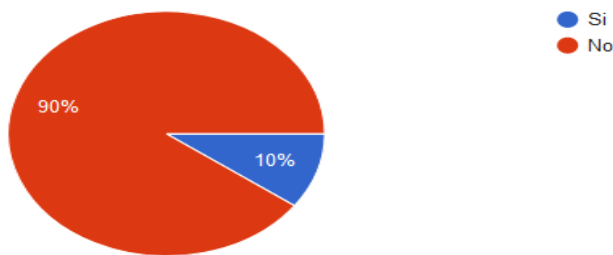


Figura 38. ¿Ha sido diagnosticado con COVID 19 (SARS COV 2)? **Fuente:** Elaboración propia.



SC-CER96940





El 100% de los trabajadores de AMARÚ SPA que fueron diagnosticados con COVID 19 (SARS COV 2) fueron positivos hace tres meses.

1 respuesta



Figura 39. ¿Si su respuesta anterior fue si, hace cuanto presento COVID 19, SARS COV 2? **Fuente:** Elaboración propia.

El 80% de los trabajadores de AMARÚ SPA consideran que su estado de salud es buena y el 20% restante opinan que es excelente de acuerdo a su propia percepción.

10 respuestas

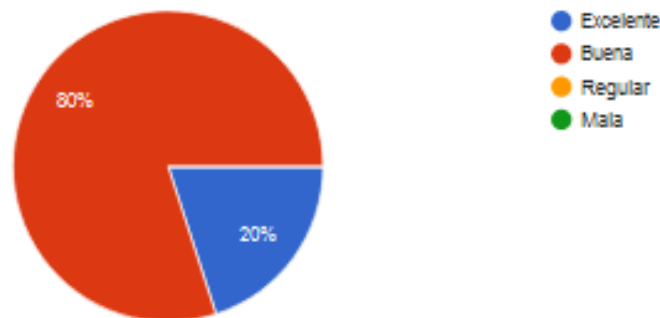


Figura 40. ¿Usted diría que en general su salud es? **Fuente:** Elaboración propia.



SC-CER96940





el 10% de los trabajadores de AMARU SPA presentan dolores en hombros y brazos siendo esta, una estadística importante para conocer una de las lesiones mas comunes y repetitivas.

10 respuestas

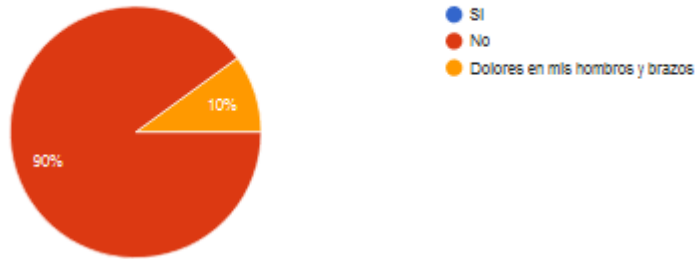


Figura 41. ¿Ha sufrido alguna enfermedad laboral? **Fuente:** Elaboración propia.

Esta estadística nos da a conocer que el 100% de los trabajadores de AMARÚ SPA encuestados no han presentado ningún accidente laboral.

10 respuestas

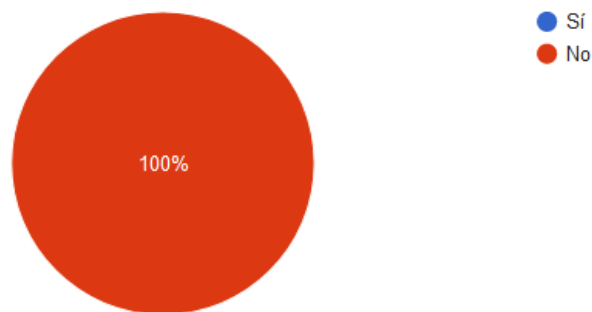


Figura 42. ¿Ha sufrido algún Accidente laboral? **Fuente:** Elaboración propia.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



Aspectos psicosociales

Para el 10% de la población trabajadora de AMARÚ SPA, considera que su trabajo es desgastador emocionalmente, siendo el 90%, la gran mayoría que opina lo contrario.

10 respuestas

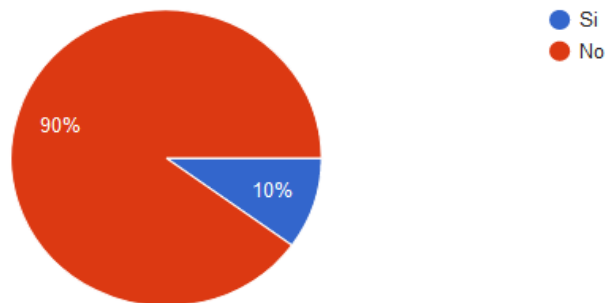


Figura 43. ¿Su trabajo en general es desgastador emocionalmente? **Fuente:** Elaboración propia.

Por otra parte, se evidencia que el 90% de los empleados de AMARÚ SPA consideran que la distribución de tareas no es irregular.

10 respuestas

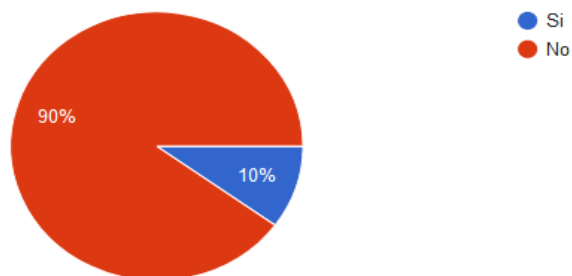


Figura 44. ¿La distribución de tareas es irregular y provoca que se le acumule el trabajo? **Fuente:** Elaboración propia.



SC-CER96940





Se evidencia, según las respuestas de los empleados de AMARÚ SPA el 20% de ellos considera que tienen que trabajar a un ritmo muy rápido para cumplir con el compromiso laboral.

10 respuestas

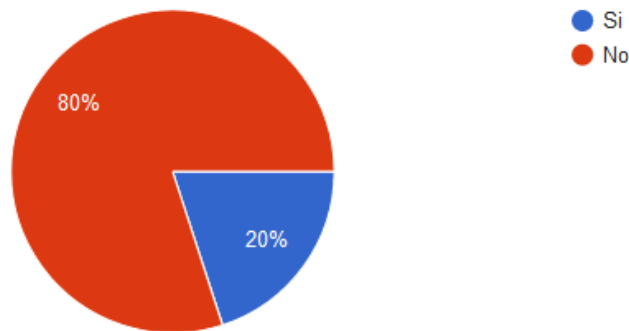


Figura 45. ¿Tiene que trabajar muy rápido para cumplir con el compromiso laboral? **Fuente:** Elaboración propia.

El 100% de la población que labora en AMARÚ SPA, se siente a gusto con su labor en la empresa, tienen buena relación con los compañeros de trabajo y las actividades laborales que realiza están acordes con su área de trabajo (Ver figura 43,44,45).

10 respuestas

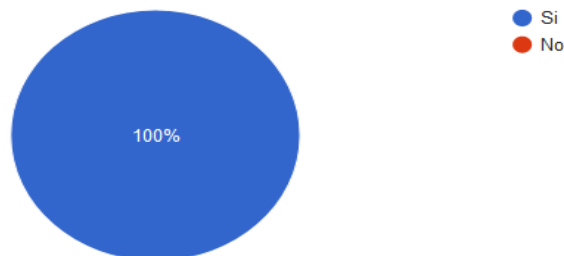


Figura 46. ¿Se siente a gusto con su labor en la empresa? **Fuente:** Elaboración propia.



SC-CER96940





10 respuestas

ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



● Si
● No

Figura 47. ¿Tiene buena relación con los compañeros de trabajo? **Fuente:** Elaboración propia.

10 respuestas



● Si
● No

Figura 48. ¿Las actividades laborales que realiza están acordes con su área de trabajo? **Fuente:** Elaboración propia.

De los trabajadores de AMARÚ SPA que respondieron la encuesta, piensan que sus horarios de trabajo son fijos, solo el 10% de los encuestados opina que su horario sufre cambios.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



10 respuestas

ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!

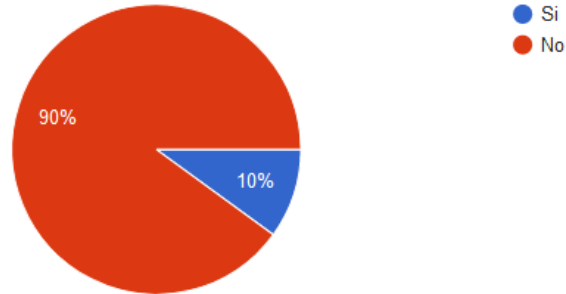


Figura 49. ¿Le cambian el horario de trabajo? **Fuente:** Elaboración propia.

Un 50 % de la población trabajadora de AMARÚ SPA, durante su jornada laboral piensa en problemas familiares o en las tareas pendientes.

10 respuestas

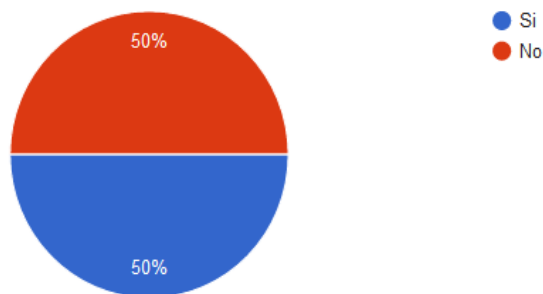


Figura 50. ¿Cuándo está en la empresa piensa en problemas familiares o en las tareas domésticas pendientes? **Fuente:** Elaboración propia.

El 100% de los trabajadores encuestados afirman que los jefes inmediatos se comunican bien con ellos, en las situaciones difíciles y considera que en el trabajo recibió el apoyo necesario ante estas situaciones (Ver figura 51, 52).



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



10 respuestas

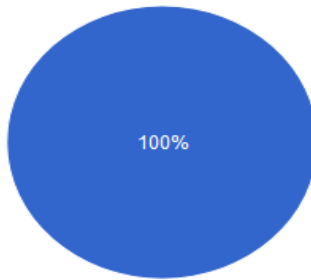
ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



● Si
● No

Figura 51. ¿Sus actuales jefes inmediatos se comunican bien con los trabajadores? **Fuente:** Elaboración propia.

10 respuestas



● Si
● No

Figura 52. ¿En las situaciones difíciles en el trabajo recibió el apoyo necesario? **Fuente:** Elaboración propia.

El 70% de los trabajadores de AMARÚ SPA son los responsables principales de la casa y hacen la mayor parte de las tareas doméstica y un 10% respectivamente hacen aproximadamente la mitad o una cuarta parte de las tareas domésticas.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



10 respuestas

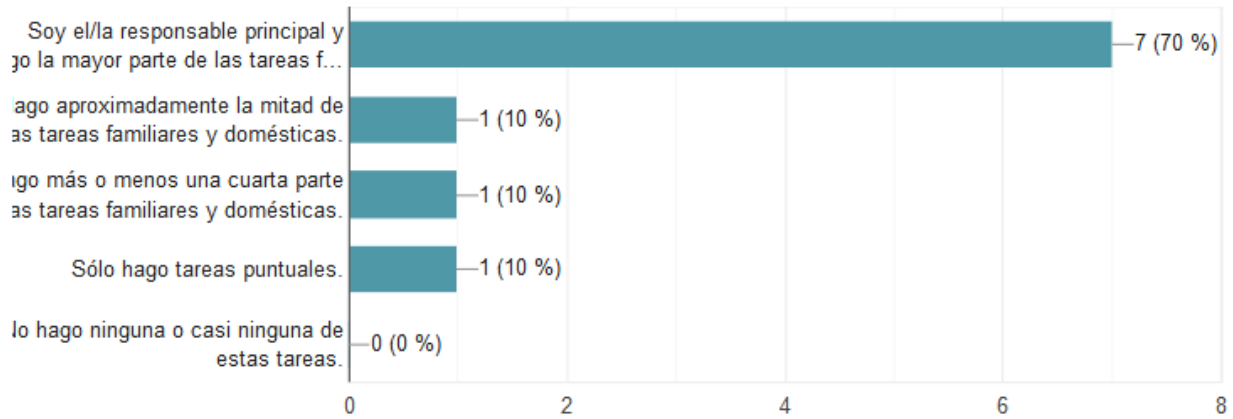


Figura 53. ¿Qué parte de las tareas domésticas hace? **Fuente:** Elaboración propia.

Esta encuesta fue realizada con el consentimiento del 100% de la población que labora en AMARÚ SPA.

10 respuestas

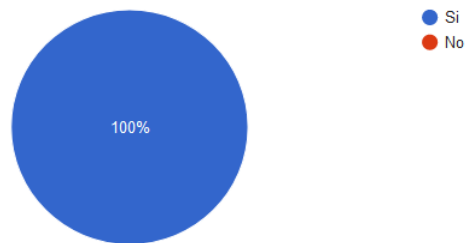


Figura 54. Consentimiento informado. **Fuente:** Elaboración propia.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Incidentes, Accidentes de Trabajo o Enfermedades Laborales

Frente a el auto reporte de antecedentes de IATEL por parte de los trabajadores, se evidencia que dentro de la empresa los AT que se han presentado han causado lesiones en mano, como consecuencia del proceso de mezclas químicas para la tintura de cabello sin contar con los elementos de protección personal adecuados, además, de la falta de capacitación para el uso correcto de los mismos.

Etapa VI

Acciones

Programas de Promoción y Prevención para la mitigar el IATEL. Una vez realizado el análisis de perfil sociodemográfico, condiciones de salud y los factores de riesgos se observa la necesidad de realizar un programa de promoción y prevención encaminado a mitigar los IATEL que actualmente tienen mayor impacto en la población trabajadora (Anexo C, Programa de Promoción y Prevención), acompañado de un plan de trabajo (Anexo E, Plan de Trabajo Promoción y Prevención) diseñado teniendo en cuenta los recursos con los que cuenta la empresa, las actuales condiciones de salud y factores de riesgos.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

FECHA	TEMA	OBJETIVOS	METODOLOGIA	POBLACION
SEMANA 1	INDAGACION DEL RIESGO LABORAL	Dar a conocer que es un riesgo laboral al personal que labora en AMARU SPA	<ol style="list-style-type: none"> 1. capacitación sobre riesgo laboral 2. ayudas visuales (folletos e imágenes) 3. Actividad creativa para afianzar el conocimiento. 4. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 1	CLASE DE RIESGOS	Identificar los riesgos laborales	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: clases de Riesgos laborales 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad creativa para afianzar el conocimiento 5. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 1	PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES	Prevenir riesgos laborales presentes en el área laboral	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: prevención de riesgos laborales 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad creativa para afianzar el conocimiento 5. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 2	INSPECCIÓN DE PUESTO DE TRABAJO	Analizar en qué condiciones se encuentra el puesto de trabajo.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: inspección de puestos de trabajo 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad creativa para afianzar el conocimiento 5. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA

Figura 55. Acciones de promoción y prevención semana 1 y 2. **Fuente:** Elaboración propia.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



SEMANA 2	IDENTIFICACION DE PELIGRO BIOMECANICO	Reconocer cuales son los peligros biomecánicos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: reconocimiento de peligro biomecánico 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad: Pausas activas y estiramientos. 5. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 2	POSTURAS ADECUADAS SEGÚN CARGO	Identificar posturas adquiridas en en la actividad laboral que desempeña cada trabajador.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: posturas adecuadas 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad creativa para afianzar el conocimiento 5. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 3	RECONOCIMIENTO DE HABITOS DE VIDA SALUDABLES?	Dar a conocer que son hábitos saludables	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: hábitos de vida saludable 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad creativa para afianzar el conocimiento 5. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 3	ALIMENTACION EQUILIBRADA	Mostrar la importancia de una alimentación equilibrada	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: alimentación equilibrada 3. Refuerzo con folleto 4. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA

Figura 56. Acciones de promoción y prevención semana 2 y 3. **Fuente:** Elaboración propia.



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



SEMANA 3	ENFERMEDAD ES ASOCIADAS A LOS MALOS HABITOS DE VIDA .	Dar a conocer cuáles son las enfermedades asociadas a los malos hábitos.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: enfermedades asociadas a los malos hábitos de vida. 3. Refuerzo con folleto 4. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA.
SEMANA 4	ACTIVIDAD FISICA	Identificar la importancia de la actividad física	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: actividad física 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad: bailetografía 5. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA.
SEMANA 4	IDENTIFICACION DE SUSTANCIAS QUIMICAS Y RECONOCIMIENTO DE ETIQUETAS	Identificar las sustancias químicas utilizadas en AMARU SPA.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: identificación de sustancias químicas 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad: Reconocimiento de etiquetas 5. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA.
SEMANA 4	IMPORTANCIA DE MANTENER EL ORDEN EN EL PUESTO DE TRABAJO	Analizar en qué condiciones se encuentra el puesto de trabajo.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: Orden en el puesto de trabajo 3. Refuerzo con folleto 4. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA.

Figura 57. Acciones de promoción y prevención semana 4. **Fuente:** Elaboración propia.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



6. Conclusiones

Durante el proceso investigativo se realizó el diagnóstico inicial de la empresa, enfocado al cumplimiento de estándares mínimos en SST, estipulados por la Resolución 0312 de 2019 emanada por el Ministerio de Trabajo. A partir de la aplicación de la lista de chequeo, se logró establecer que en el caso de AMARÚ SPA solo se da un cumplimiento mínimo, teniendo en cuenta los criterios que se estipulan en este marco legal; situación que afecta la organización teniendo en cuenta que se está incumpliendo la norma. Dentro del análisis realizado se pudo evidenciar:

Que AMARÚ SPA no cuenta con una persona responsable del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo, por lo cual se da a conocer al representante legal que mantener su empresa en estado crítico de cumplimiento puede acarrear sanciones por infringir las normas en esta materia; por lo cual en esta investigación se desarrollaron actividades orientadas a avanzar en el cumplimiento de los estándares mínimos relacionados con el ítem de las condiciones de salud, acercando a los trabajadores a los temas principales inmersos en la Seguridad y Salud en el Trabajo.

De acuerdo al análisis de la información recolectada se logra evidenciar que los riesgos más altos a los que están expuestos los trabajadores de AMARU SPA son: el biomecánico, biológico, físico, condiciones de salud, psicosocial y el químico, por lo que las acciones desarrolladas en el programa de promoción de la salud y prevención de la enfermedad se orientaron al control de estos peligros.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



La empresa no contaba con un registro de las condiciones de salud incluyendo los accidentes y posibles enfermedades laborales o de origen común que puedan estar afectando a sus trabajadores, por lo cual se recomendó al representante legal destinar un presupuesto que permita desarrollar los exámenes médicos ocupacionales para complementar la información referente a las condiciones de salud.

Como empresa productiva en territorio Colombiano AMARU SPA debe cumplir con la legislación vigente por tanto se concluye que la modalidad de los contratos laborales que actualmente tiene la empresa, interfiere en que la mayoría de los trabajadores no se encuentren afiliados al sistema de seguridad social integral, lo cual afecta el cumplimiento de la legislación vigente e interfiere la estabilidad económica de la empresa.

La propietaria apoyo las acciones desarrolladas y manifestó el compromiso para la mejora continua de AMARU SPA, y bienestar de sus trabajadores.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



7. Recomendaciones

De acuerdo al estado actual de cumplimiento y el resultado arrojado en la aplicación del anexo técnico de la resolución 0312 de 2019, se sugiere al empleador buscar asesoría de una persona idónea como encargada del Sistema de Gestión en Seguridad y Salud en el Trabajo, que pueda dar continuidad a las acciones desarrolladas aplicando las pausas activas dentro de la jornada laboral, desarrollando las jornadas de capacitación, mantenimiento del orden y aseo, y demás temas que son requisito legal.

Complementar el cumplimiento a los estándares mínimos contemplados en la resolución 0312 de 2019 pues hay aspectos que no tienen mínimo porcentaje de cumplimiento lo que actualmente puede generar una multa por no acatar la normatividad vigente en materia de Seguridad y Salud en el trabajo.

De acuerdo con lo establecido en la matriz de identificación de peligros, evaluación y valoración de los riesgos se recomienda que la empresa AMARÚ SPA desarrolle acciones orientadas a controlar los riesgos valorados como no aceptables, como por ejemplo el peligro biomecánico, el cual se encontró priorizado como muy alto.

Implementar las actividades sugeridas en el programa de promoción y prevención, como por ejemplo la capacitación en riesgo químico sobre la identificación de sustancias y reconocimiento de las etiquetas, con el fin de aumentar los conocimientos de los trabajadores en cuanto a la manipulación de materiales químicos.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Es importante destinar recursos para realizar los exámenes médicos ocupacionales acordes a cada puesto de trabajo y de esta manera tener información más específica y veraz sobre las condiciones de salud de los trabajadores; así mismo establecer un mecanismo para mantener actualizado el auto-reporte de las condiciones de salud, favoreciendo la orientación de las acciones planteadas mejorando la calidad y estilo de vida de los trabajadores.

Se recomienda a la alta gerencia implementar otra metodología de contratación para los trabajadores cuenten con garantías laborales y de esta manera AMARÚ SPA tendrá afiliados a la seguridad social a sus colaboradores dando cumplimiento a la normatividad vigente.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



8. Referencias Bibliográficas

- Caraballo, Y. (2013). Riesgos Laborales en Trabajadores de Barberías y Peluquerías de Economía Informal: Caracas, Venezuela. 18-23. doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492013000100005>
- Congreso de Colombia. (11 de Julio de 2012). *Ley 1562*. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/Ley-1562-de-2012.pdf>
- Guevara, J., & Lemus, L. (2018). *Análisis de riesgos laborales en salones de belleza barrio Quintanares en Soacha Cundinamarca*. Obtenido de <https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/8214/Ana%20de%20Riesgos%20Laborales%20en%20Salones%20de%20Belleza%20Barrio%20Quintanares%20%20Soacha%20Cundinamarca%20modificado%20%282%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Icontec Internacional. (18 de Enero de 2011). *Guía Técnica Colombiana GTC45*. Obtenido de <https://idrd.gov.co/sitio/idrd/sites/default/files/imagenes/gtc450.pdf>
- Lozano, T., & Montero, R. (Enero de 2015). *El hombre y la máquina*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/478/47843368008.pdf>
- Ministerio de la Protección Social. (14 de Julio de 2004). *Resolución 2263*. Obtenido de https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/RESOLUCI%C3%93N%202263%20DE%202004.pdf
- Ministerio de la Protección Social. (11 de Julio de 2007). *Resolución 2346*. Obtenido de <https://www.ins.gov.co/Normatividad/Resoluciones/RESOLUCION%202346%20DE%202007.pdf>
- Ministerio del Trabajo. (31 de Julio de 2014). *Decreto 1443*. Obtenido de https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/36482/decreto_1443_sgsss.pdf/ac41ab70-e369-9990-c6f4-1774e8d9a5fa



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Ministerio del Trabajo. (13 de Febrero de 2019). *Resolución 0312*. Obtenido de <https://safetya.co/normatividad/resolucion-0312-de-2019/>

Muñoz, Z., & Viasus, A. (2016). *Percepción de riesgos ocupacionales en la población de peluqueros de Villavicencio*. Obtenido de <https://repositorio.unillanos.edu.co/bitstream/001/682/1/RUNILLANOS%20ENF%200817%20PERCEPCION%20DE%20RIESGOS%20OCUPACIONALES%20EN%20LA%20POBLACION%20DE%20PELUQUEROS%20DE%20VILLAVICENCIO>

9. Apéndices



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Matriz área de corte, tinte, cepillado y planchado

INFORMACIÓN GENERAL		DESCRIPCIÓN DE RECURSOS HUMANOS										DESCRIPCIÓN DE RECURSOS MATERIALES										DESCRIPCIÓN DE RECURSOS FINANCIEROS			
Nombre	Identificación	Estructura organizativa		Estructura organizativa		Estructura organizativa		Estructura organizativa		Estructura organizativa		Estructura organizativa		Estructura organizativa		Estructura organizativa		Estructura organizativa		Estructura organizativa		Estructura organizativa		Estructura organizativa	

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

SC-CER96940



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Matriz área de pedicura

MATRIZ DE IDENTIFICACIÓN DE PRÁCTICAS, HABILIDADES Y CONOCIMIENTOS DE LOS DESEMPEÑOS											
DESEMPEÑO: 000001 001		DESEMPEÑO: 00-00 DE DESEMPEÑO DE 2020									
Página	Evidencias conductas	MUESTRAS DE DESEMPEÑO									
		Muestras de apoyo		MUESTRAS DE DESEMPEÑO		Muestras de apoyo		Muestras de apoyo		Muestras de apoyo	
Práctica	Indicador	Práctica	Indicador	Práctica	Indicador	Práctica	Indicador	Práctica	Indicador	Práctica	Indicador
<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>

Matriz área de manicura

MATRIZ DE IDENTIFICACIÓN DE PRÁCTICAS, HABILIDADES Y CONOCIMIENTOS DE LOS DESEMPEÑOS											
DESEMPEÑO: 000001 001		DESEMPEÑO: 00-00 DE DESEMPEÑO DE 2020									
Página	Evidencias conductas	MUESTRAS DE DESEMPEÑO									
		Muestras de apoyo		MUESTRAS DE DESEMPEÑO		Muestras de apoyo		Muestras de apoyo		Muestras de apoyo	
Práctica	Indicador	Práctica	Indicador	Práctica	Indicador	Práctica	Indicador	Práctica	Indicador	Práctica	Indicador
<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>	<p>Práctica 000001 001</p> <p>Indicador 000001 001</p> <p>Indicador 000001 002</p> <p>Indicador 000001 003</p> <p>Indicador 000001 004</p> <p>Indicador 000001 005</p>



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Apéndice B. Tabla de valores y clasificación.

ESTÁNDARES MÍNIMOS SG-55T									
TABLA DE VALORES Y CALIFICACIÓN									
Criterio	Sub-criterio	Ítem de la Norma	Ponderación	Clasificación	Puntaje obtenido		Clasificación	Ponderación	Puntaje ponderado
					Obtenido	Maximo			
I. PLANEACIÓN	ESTRATEGIA (20%)	1.1.1. Definición clara de la misión, visión y valores de la institución.	4.0	A	100	40	100	40	40
		1.1.2. Definición clara de la filosofía institucional, su misión y visión.	4.0						
		1.1.3. Definición clara de la estructura organizacional y su funcionamiento.	4.0						
		1.1.4. Definición clara de la política institucional.	4.0						
		1.1.5. Definición clara de la política de calidad.	4.0						
	ORGANIZACIÓN (20%)	1.2.1. Definición clara de la estructura organizacional.	4.0	B	100	20	100	20	20
		1.2.2. Definición clara de la filosofía institucional.	4.0						
		1.2.3. Definición clara de la política institucional.	4.0						
		1.2.4. Definición clara de la política de calidad.	4.0						
		1.2.5. Definición clara de la política de gestión.	4.0						
	RECURSOS (20%)	1.3.1. Definición clara de la estructura organizacional.	4.0	B	100	20	100	20	20
		1.3.2. Definición clara de la filosofía institucional.	4.0						
		1.3.3. Definición clara de la política institucional.	4.0						
		1.3.4. Definición clara de la política de calidad.	4.0						
		1.3.5. Definición clara de la política de gestión.	4.0						
EVALUACIÓN (20%)	1.4.1. Definición clara de la estructura organizacional.	4.0	B	100	20	100	20	20	
	1.4.2. Definición clara de la filosofía institucional.	4.0							
	1.4.3. Definición clara de la política institucional.	4.0							
	1.4.4. Definición clara de la política de calidad.	4.0							
	1.4.5. Definición clara de la política de gestión.	4.0							
II. GESTIÓN	ESTRATEGIA (20%)	2.1.1. Definición clara de la estructura organizacional.	4.0	A	100	40	100	40	40
		2.1.2. Definición clara de la filosofía institucional.	4.0						
		2.1.3. Definición clara de la política institucional.	4.0						
		2.1.4. Definición clara de la política de calidad.	4.0						
		2.1.5. Definición clara de la política de gestión.	4.0						
	ORGANIZACIÓN (20%)	2.2.1. Definición clara de la estructura organizacional.	4.0	B	100	20	100	20	20
		2.2.2. Definición clara de la filosofía institucional.	4.0						
		2.2.3. Definición clara de la política institucional.	4.0						
		2.2.4. Definición clara de la política de calidad.	4.0						
		2.2.5. Definición clara de la política de gestión.	4.0						
	RECURSOS (20%)	2.3.1. Definición clara de la estructura organizacional.	4.0	B	100	20	100	20	20
		2.3.2. Definición clara de la filosofía institucional.	4.0						
		2.3.3. Definición clara de la política institucional.	4.0						
		2.3.4. Definición clara de la política de calidad.	4.0						
		2.3.5. Definición clara de la política de gestión.	4.0						
EVALUACIÓN (20%)	2.4.1. Definición clara de la estructura organizacional.	4.0	B	100	20	100	20	20	
	2.4.2. Definición clara de la filosofía institucional.	4.0							
	2.4.3. Definición clara de la política institucional.	4.0							
	2.4.4. Definición clara de la política de calidad.	4.0							
	2.4.5. Definición clara de la política de gestión.	4.0							
ESTRATEGIA (20%)	2.5.1. Definición clara de la estructura organizacional.	4.0	B	100	20	100	20	20	
	2.5.2. Definición clara de la filosofía institucional.	4.0							
	2.5.3. Definición clara de la política institucional.	4.0							
	2.5.4. Definición clara de la política de calidad.	4.0							
	2.5.5. Definición clara de la política de gestión.	4.0							
ORGANIZACIÓN (20%)	2.6.1. Definición clara de la estructura organizacional.	4.0	B	100	20	100	20	20	
	2.6.2. Definición clara de la filosofía institucional.	4.0							
	2.6.3. Definición clara de la política institucional.	4.0							
	2.6.4. Definición clara de la política de calidad.	4.0							
	2.6.5. Definición clara de la política de gestión.	4.0							
RECURSOS (20%)	2.7.1. Definición clara de la estructura organizacional.	4.0	B	100	20	100	20	20	
	2.7.2. Definición clara de la filosofía institucional.	4.0							
	2.7.3. Definición clara de la política institucional.	4.0							
	2.7.4. Definición clara de la política de calidad.	4.0							
	2.7.5. Definición clara de la política de gestión.	4.0							
EVALUACIÓN (20%)	2.8.1. Definición clara de la estructura organizacional.	4.0	B	100	20	100	20	20	
	2.8.2. Definición clara de la filosofía institucional.	4.0							
	2.8.3. Definición clara de la política institucional.	4.0							
	2.8.4. Definición clara de la política de calidad.	4.0							
	2.8.5. Definición clara de la política de gestión.	4.0							
TOTAL									



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

SC-CER96940



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Apéndice C. Plan de Promoción y Prevención (PyP).

Diseño de un programa de PYP de seguridad y salud en el trabajo, basado en los factores de riesgos laborales, de las actividades de belleza en AMARÚ SPA

Introducción

Desde la historia se ha considerado el cabello como un adorno del cuerpo humano y se le ha dedicado un cuidado especial desde principios del siglo XVII; desde este momento se menciona la diversidad en la actividad de peluquería y belleza, se practicaba de esclavos a sus jerarquías por órdenes, aunque en un principio eran los hombres los encargados de realizar las técnicas de la peluquería, con la mayor difusión y aumento del nivel de vida, fueron las mujeres las que principalmente se iniciaron en esta profesión, aunque existe la tendencia que en la actualidad los personajes más importantes y profesionales de esta profesión son varones.

Por todo ello la actividad de peluquería y belleza a través de la historia ha sufrido un continuo progreso, y de tal manera ha traído un contacto más específico con numerosas sustancias químicas que han generado incrementar diferentes factores de riesgos en los profesionales.

“Colombia presenta actualmente uno de los niveles más altos de informalidad en América Latina: un componente central de la misma, como es el porcentaje de trabajadores auto-empleados o independientes en su mayoría de baja calificación, alcanza en Colombia el 38% del empleo total, mientras en países como Brasil, México, Chile y Argentina, este componente oscila alrededor del 20%. La tasa de informalidad en Colombia definida por el criterio de protección social fue en 1984 del 61%, alcanzó su nivel más alto después de la crisis de fin siglo (70,6%) y disminuyó a partir de 2004, para situarse en 58% en el 2011.

En general, las mujeres participan en mayor proporción que los hombres en la informalidad (55% del total de mujeres ocupadas vs. 48% del total de hombres)”



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



“En la actualidad existen aproximadamente 15.000 establecimientos en Bogotá, dedicados a las actividades de belleza y peluquería, y 4.527 establecimientos intervenidos de los cuales solo el 30% cumple con los requisitos mínimos para su funcionamiento”², en la actividad de peluquería y belleza se presenta altos índices de Riesgos Laborales.

Esto genera múltiples enfermedades laborales como trastornos musculo esqueléticos, estrés laboral, problemas pulmonares por inhalación de cabellos y sustancias químicas, lesiones habituales como (cortes y pinchazos, quemaduras, dermatitis por contacto.

- a) Físicos: Riesgos por cortes con herramientas manuales – heridas y abrasiones por contacto térmico.
- b) Mecánicos: Riesgos por cortes con herramientas manuales – heridas y abrasiones.
- c) Químicos: sensibilidad cutánea, lesiones oculares y cáncer, incidencia en garganta, nariz y ojos.
- d) Biológicos: Dermatitis de tipo irritativo y alérgico, alteraciones ungueales.
- e) Locativos: Riesgo por contacto eléctrico, por caídas a diferente nivel suelos irregulares mojados, falta de espacio (torceduras, esguinces fracturas.
- f) Ergonómicos: Lumbalgias y cervicalgias, varices venosas, tendinitis, bursitis, fatiga en brazo, muñecas y manos.
- g) Disergonomico: movimientos repetitivos, mantenimiento de posturas prolongadas, pinzamiento.

Es por esta razón, que el objetivo de este programa es plantear el diseño de un programa de PYP en salud ocupacional, basado en los factores de riesgos laborales, en las actividades de belleza en AMARÚ SPA, es promover conciencia y auto-cuidado en el desarrollo de las mismas.

Actualmente las peluquerías, salones de belleza y barberías, funcionan como unidades productivas básicas en la prestación de servicios personales de belleza, y han sido poco analizadas por entes reguladores, de tal manera que se ubican en la gran masa de pequeñas unidades productivas, como lo es el universo de microempresas o el sector informal de la economía.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



El objetivo de la seguridad y salud en el trabajo de acuerdo a la Ley 1562 de 2012 en Colombia es la de prevenir todos los riesgos a los que se encuentran expuestos los trabajadores, implementando controles que los proteja de los riesgos que puedan afectar su salud, generando ambientes de trabajo adecuados, hábitos de vida saludable y lineamientos de seguridad, así mismo la Ley 9 de 1979, nos guía con el manejo adecuado de las medidas sanitarias, quienes minimizan los factores de Riesgo en las instalaciones.

Resumen de la situación problema

Encontramos que la actividad de belleza es aquellas actividades que se relaciona al corte, cepillado, manicure, pedicura, barbería y tinturas, masajes, se descarta lo relacionado a procedimientos estéticos) presenta altos índices de enfermedades recurrentes derivados de la exposición a los factores de riesgo que rodean a sus trabajadores y que constantemente afectan la salud y disminuyen su rendimiento laboral; actualmente no existe un ente regulador que determine, vigile y controle que esta población se encuentre afiliada al sistema de seguridad social, pensión y riesgos laborales, de acuerdo con lo anterior, se formuló el siguiente planteamiento: ¿Qué parámetros se requieren para el diseño de un programa de PYP en seguridad y salud en el trabajo, basado en los factores de riesgos laborales, en las actividades de belleza en AMARÚ SPA?

Justificación

Se considera importante desarrollar este diseño de programa de PYP porque hasta la fecha no se ha tenido en cuenta ningún tipo de intervención que involucren actividades de mejoramiento de condiciones laborales a este sector, y así mismo poder brindar recomendaciones generadas a los trabajadores de AMARU SPA, basadas en condiciones ergonómicas e higiene y seguridad industrial que contribuyan al mejoramiento de las condiciones laborales, por medio de la identificación de los riesgos en el puesto de trabajo que generan enfermedades laborales, en la población objeto del estudio.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



La seguridad y salud en el trabajo es importante para el funcionamiento de cualquier empresa, y desde hace varios años se le ha dado mayor relevancia a este aspecto con la aparición de la ley 100 en 1993, el decreto reglamentario 1295 de 1994 y actualmente con la ley 1562 de 2012; y es así, que no se ha logrado crear conciencia, que lo más importante de una organización antes de llegar a un producto final, es el recurso humano quien lo produce, pues de ella depende el funcionamiento de una empresa.

Se pudo plantear varios aspectos del porque hasta el momento algunas peluquerías no tienen implementado un Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo para sus empleados, entre los que se encuentra, la falta de conocimiento por parte de empleadores y trabajadores; así mismo en la mayoría de estas, solo se realiza por cumplimiento de un requisito legal, y en otros salones los mismos trabajadores reconocen que no le encuentra sentido o sencillamente representa una molestia para la ejecución de su tarea, siendo ellos los más beneficiados; pero así mismo es importante trabajar en este sector, puesto que gracias al diseño del programa de capacitación, se podrá garantizar el bienestar físico, mental y hasta emocional de cada uno de ellos, previniendo y mitigando los principales riesgos.

Para los trabajadores de los salones de belleza y peluquería es necesario que se promuevan, nuevas técnicas que generen cambios en sus hábitos posturales y en la forma en cómo desarrollan sus actividades laborales, se debe resaltar la importancia de mantener un puesto de trabajo apropiado que facilite el desempeño laboral y minimice el riesgo de padecer enfermedades laborales relacionadas con las actividades propias de la labor que desarrolla

Así de este modo para el desarrollo de este programa de PYP se utilizó la matriz de identificación de riesgos, como una herramienta técnica para poder plantear el programa, y trabajo de campo como encuestas y observación de las actividades diarias.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Objetivos

Objetivo general

Diseñar un programa de PYP, en seguridad y salud en el trabajo, para las actividades de belleza en AMARÚ SPA, como una alternativa viable para la prevención adecuada y segura de los factores de riesgo.

Objetivos específicos

Identificar los factores de riesgo a los que están expuestos los trabajadores de la actividad de belleza, mediante matriz de identificación de peligros, inspecciones en los puestos de trabajo, con el fin de minimizar la ocurrencia de accidentes y enfermedades laborales.

Proponer un programa de PYP en base a los factores de riesgos presentes en la actividad, con el fin de sensibilizar a los trabajadores y mejorar las condiciones laborales.

Desarrollar las actividades propuestas para el programa de PYP en AMARÚ SPA.

Marco conceptual

Para fines del proyecto se toma como referencia, para este marco conceptual la resolución 2827 de 2006 denominada manual de bioseguridad para establecimiento que desarrollen actividades cosméticas o con fines de embellecimiento facial, corporal y ornamental para poder definir los siguientes conceptos:

Antropometría: Es el estudio de las proporciones y medidas de las distintas partes del cuerpo humano, como son la longitud de los brazos, el peso, la altura de los hombros, la estatura, la proporción entre la longitud de las piernas y la del tronco, teniendo en cuenta la diversidad de medidas individuales en torno al promedio; análisis, así mismo, el funcionamiento de las diversas palancas musculares e investiga las fuerzas que pueden aplicarse en función de la posición de diferentes grupos de músculos.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Accidente laboral: Es 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.

Es también accidente de trabajo aquel que se produce durante la ejecución de Órdenes del empleador, o contratante durante la ejecución de una labor bajo su Autoridad, aún fuera del lugar y horas de trabajo.

Igualmente se considera accidente de trabajo el que se produzca durante el traslado de los trabajadores o contratistas desde su residencia a los lugares de trabajo o viceversa, cuando el transporte lo suministre el empleador.

También se considerará como accidente de trabajo el ocurrido durante el ejercicio de la función sindical, aunque el trabajador se encuentre en permiso sindical siempre que el accidente se produzca en cumplimiento de dicha función.

De igual forma se considera accidente de trabajo el que se produzca por la ejecución de actividades recreativas, deportivas o culturales, cuando se actúe por cuenta o en representación del empleador o de la empresa usuaria cuando se trate de trabajadores de empresas de servicios temporales que se encuentren en misión.

Bioseguridad: Conjunto de medidas preventivas que tienen por objeto eliminar o minimizar el factor de riesgo biológico que pueda llegar a afectar la salud, el medio ambiente o la vida de las personas, asegurando que el desarrollo o producto final de dichos procedimientos no atenten contra la salud y seguridad de las personas que desempeñan el oficio de la estética facial, corporal y ornamental.

Cortopunzante: Son aquellos que por sus características punzantes o cortantes pueden dar origen a un accidente percútanlo infeccioso. Dentro de estos se encuentran: limas, lancetas, cuchillas, agujas, restos de ampollitas, pipetas, láminas de bisturí o vidrio, y cualquier otro elemento que por sus características punzantes pueda lesionar y ocasionar un riesgo infeccioso.



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

SC-CER96940



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Desinfección: Es el proceso Físico o Químico por medio del cual se logra eliminar los microorganismos de formas vegetativas en objetos inanimados, sin que se asegure la eliminación de esporas bacterianas. Por esto los objetos y herramientas a desinfectar, se les debe evaluar previamente el nivel de desinfección que requieren para lograr la destrucción de los microorganismos que contaminan los elementos.

Ergonomía: Es el estudio de la adaptación del trabajo al individuo. La ergonomía adapta el diseño de herramientas, controles y equipos para satisfacer las necesidades de seguridad del trabajador. Como cada persona tiene diferentes necesidades, el diseño ergonómico de herramientas, equipos y espacios de trabajo debe ser ajustable para adaptarse a una amplia variedad de tipos de cuerpo.

Elemento de protección personal: Dispositivo que sirve como barrera entre un peligro y algún daño al cuerpo de una persona.

Belleza ornamental: Son todas aquellas actividades que se realizan con el fin de modificar temporalmente la apariencia estética del cuerpo humano a nivel del cabello, la piel y las uñas, utilizando elementos cosméticos y de maquillaje, que modifican el color y apariencia de las faneras (entiéndase por faneras los anexos córneos de la piel, el pelo y las uñas).

Peligro: Fuente, situación o acto con potencial de daño en términos de enfermedad o lesiones a las personas, o una combinación de estos.

Factor de riesgo: Cualquier elemento, material o condición presente en los ambientes laborales de los establecimientos que ofrecen servicios de estética ornamental que por sí mismo, o en combinación puede producir alteraciones negativas en la salud de los trabajadores y usuarios, cuya probabilidad de ocurrencia depende de la eliminación o control de dicho factor.



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Riesgo químico: Son todos aquellos elementos y sustancias que, al entrar en contacto con el organismo, bien sea por inhalación, absorción o ingestión, pueden provocar intoxicación, quemaduras o lesiones sistémicas, según el nivel de concentración y el tiempo de exposición.

Riesgo Biológico: En este caso encontramos un grupo de agentes orgánicos, animados o inanimados como los hongos, virus, bacterias, parásitos, pelos, plumas, polen (entre otros), presentes en determinados ambientes laborales, que pueden desencadenar enfermedades infectocontagiosas, reacciones alérgicas o intoxicaciones al ingresar al organismo.

Protocolo: Conjunto de técnicas basadas en normas, y medidas preventivas, que conforman un estándar que nos permite examinar nuestros procesos, compararlos con modelos que nos fijamos como deseables y necesarios, para la correcta organización y desarrollo de un procedimiento, ocupación u oficio.

Riesgo: Se denomina riesgo a la probabilidad de que un objeto material, sustancia ó fenómeno pueda, potencialmente, desencadenar perturbaciones en la salud o integridad física del trabajador, así como en materiales y equipos.

Sala de belleza: Establecimiento en donde se prestan servicios de belleza ornamental.

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 ocupacionales serán reconocidas como enfermedad laboral, conforme lo establecido en las normas legales vigentes.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Torticolis: Estado de dolor agudo y rigidez del cuello que puede ser provocado por un giro brusco del cuello. Mantiene a este inclinado e impide girar normalmente la cabeza.

Epicondilitis (codo de tenista): Es una inflamación del periostio y los tendones en las proyecciones del hueso (cóndilo) del brazo, en la parte posterior del codo. Este es el punto de inserción de los músculos que extienden la mano y a muñeca y giran el antebrazo. La inflamación se produce a causa de la irritación del periostio. La irritación puede estar provocada por un golpe, pero normalmente se debe al uso intensivo de este grupo de músculos.

Epicondilitis medial: Se presenta en el sitio de inserción de los tendones de los músculos flexores y pronadores del puño y los dedos de la mano en el epicóndilo interno (o medial) del húmero.

Se cree que la patología corresponde a un desgarro crónico en el origen de extensor radial corto del carpo y el desarrollo de tejido de granulación. Se han observado cambios degenerativos de hiperplasia fibrovascular sin cambios inflamatorios por lo que se puede considerar una tendinosis.

Enfermedad de Quervain: La enfermedad de De-Quervain corresponde a una Tenosinovitis estenosante del primer compartimiento dorsal de la muñeca. El primer compartimiento dorsal incluye los tendones del Abductor Pollicis Longus y el Extensor Pollicis Brevis. Se trata de un proceso que afecta a la vaina sinovial del tendón.

Síndrome túnel carpiano: Se trata de uno de los trastornos más frecuentes. El túnel del carpo está formado por los huesos del carpo en el dorso y por el ligamento transversal en la palma de la mano. Por dentro de este túnel pasan los tendones y vainas de los flexores de los dedos y el nervio mediano. El trastorno se origina cuando disminuye el espacio libre en el túnel o aumenta el grosor de los elementos por el que transcurre y origina la compresión del nervio mediano.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Tendinitis del manguito rotador: Representan un espectro de patologías agudas y crónicas que afectan el tendón en sus cuatro componentes o a cada uno de ellos en forma aislada. Las manifestaciones agudas (a cualquier edad), pueden ser representadas por una condición dolorosa u ocasionalmente por un deterioro funcional o ambos, representando las variaciones entre inflamación de tejidos blandos (mínimo compromiso estructural) y la irritación extrema por avulsión completa (marcado compromiso estructural). La manifestación crónica (se presenta con mayor frecuencia en la década de los cuarenta), es siempre asociada con un incremento gradual de síntomas, especialmente durante las actividades repetitivas o por encima del nivel del hombro.

Tendinitis bicipital: Se presenta como dolor localizado en la parte anterior del hombro y puede irradiarse a lo largo del tendón bicipital entro del antebrazo. La tendinitis bicipital debe ser sospechada si las pruebas de Yergason y Speed son positivas y el diagnóstico es soportado por sensibilidad sobre el canal bicipital. La tendinitis generalmente ocurre concomitantemente con síndrome de pinzamiento o ruptura del manguito rotador.

Bursitis: Inflamación de una bolsa serosa (cavidad del tejido conectivo en forma de saco). Estas bolsas se encuentran entre los huesos y los tendones junto a las articulaciones y secciones prominentes de los huesos, para facilitar el movimiento. La bursitis generalmente está producida por una irritación crónica. La manifestación principal es el dolor, especialmente cuando se produce un movimiento y cuando la bolsa se inflama acaso de un exceso de humedad.

La abducción activa y pasiva siempre está limitada, siendo los primeros los más afectados.

Dolor lumbar: Dolor lumbar hace parte de los desórdenes músculo-esqueléticos relacionados con el trabajo que incluyen alteraciones de músculos, tendones, vainas tendinosas, síndromes de atrapamientos nerviosos, alteraciones articulares y neurovasculares. La Organización Mundial de la Salud (OMS) lo incluye dentro del grupo de “desórdenes relacionados con el trabajo”, porque ellos pueden ser causados tanto por exposiciones ocupacionales como por exposiciones no ocupacionales.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Lumbalgia inespecífica o dolor lumbar inespecífico: Se define como la sensación de dolor o molestia localizada entre el límite inferior de las costillas y el límite inferior de los glúteos, cuya intensidad varía en función de las posturas y la actividad física. Suele acompañarse de limitación dolorosa del movimiento y puede asociarse o no a dolor referido o irradiado. El diagnóstico de Lumbalgia inespecífica implica que el dolor no se debe a fracturas, traumatismos o enfermedades sistémicas (como espondilitis o afecciones infecciosas o vasculares, neurológicas, metabólicas, endocrinas o neoplasias) y que no existe compresión radicular demostrada ni indicación de tratamiento quirúrgico. La duración promedio de los episodios sintomáticos es de cuatro semanas con o sin tratamiento médico.

Guía técnica colombiana GTC- 45/2012: Esta guía presenta un marco integrado de principios, prácticas criterios para la implementación, de la mejor práctica para la identificación de peligros y valoración de riesgos, en el marco de la gestión de seguridad y salud ocupacional. Ofrece un modelo claro, y consistente para la gestión del riesgo de seguridad y salud ocupacional, su proceso y componentes.

Salud ocupacional: Se entenderá en adelante como seguridad y salud en el trabajo, definida como aquella disciplina que trata de la prevención de las lesiones y enfermedades causadas por las condiciones de trabajo, y de la protección y promoción de la salud de los trabajadores. Tiene por objeto mejorar las condiciones y el medio ambiente de trabajo, así como la salud en el trabajo, que conlleva la promoción y el mantenimiento del bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las ocupaciones.

Programa de salud ocupacional: Se entenderá como el Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST). Este Sistema consiste en el desarrollo de un proceso lógico y por etapas, basado en la mejora continua y que incluye la política, la organización, la planificación, la aplicación, la evaluación, la auditoría y las acciones de mejora con el objetivo de anticipar, reconocer, evaluar y controlar los riesgos que puedan afectar la seguridad y salud en



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

SC-CER96940



el trabajo.

ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Medicina preventiva y del trabajo: Comprende actividades como: exámenes médicos ocupacionales de ingreso, periódicos y de retiro, actividades de promoción de la salud y prevención para evitar accidentes de trabajo y enfermedades profesionales; readaptación de funciones y reubicación laboral, calificación del origen de la enfermedad, visitas a puestos de trabajo e investigación del ausentismo laboral.

Higiene y seguridad industrial: Tiene como objeto la identificación, reconocimiento, evaluación y control de los factores ambientales que se originen en los lugares de trabajo y que puedan afectar la salud de los trabajadores.

Actividades preventivas: Consiste en desarrollar una acción permanente de identificación, evaluación y control de los riesgos laborales. Para ello, se necesita de una estructura organizativa, con funciones y prácticas definidas, y procedimientos para la participación de los y las trabajadores/as. Esto no estaría completo sin un sistema para controlar los resultados de estas actividades.

Pausas activas: Se entiende como aquellos periodos de descanso en los cuales las personas realizan una serie de actividades y acciones que les permiten a diferentes partes del cuerpo un cambio en su rutina habitual, con el fin de prevenir la aparición de problemas o desordenes en diferentes grupos musculares y articulares, además de reactivar o mejorar la atención y la producción en las diferentes tareas, buscan el bienestar del empleado en su sitio de trabajo; por lo tanto es vital que esto se realice en las organizaciones puesto que esto garantizará la seguridad en el sitio de trabajo o posibles enfermedades laborales.

Hábitos y estilos de vida saludables: Llamamos hábitos saludables a todas aquellas conductas que tenemos asumidas como propias en nuestra vida cotidiana y que inciden positivamente en nuestro bienestar físico, mental y social.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Hábitos higiénicos individuales: Limpieza diaria de la piel mediante la ducha; cepillado de dientes después de cada ingesta de alimentos. Indumentaria: Se debe llevar una ropa limpia, cómoda y adecuada a la actividad que se va a llevar a cabo; el calzado ha de ser transpirable, cómodo e igual que la ropa adecuada a la actividad a realizar. Elementos de seguridad: respetar las normas, hacer un uso adecuado del material y de las instalaciones son elementos necesarios para evitar accidentes y prevenir lesiones.

Durante la práctica de actividad física: estar bien hidratado, mantener limpia las instalaciones y en buen estado. En el entorno urbano: hacer un buen uso de las papeleras, respetar los espacios, evitar hacer ruidos molestos para los demás, recoger cualquier desperdicio o basura que se nos caiga al suelo. Respecto al entorno natural y el medio ambiente: respetar las señales indicadas, hacer un consumo responsable del agua y de la energía, no dejar residuos a nuestra marcha, reciclar lo máximo posible, mantener el medio ambiente.

Hábitos higiénicos colectivos: Durante la práctica de actividad física: estar bien hidratado, mantener limpia las instalaciones y en buen estado. En el entorno urbano: hacer un buen uso de las papeleras, respetar los espacios, evitar hacer ruidos molestos para los demás, recoger cualquier desperdicio o basura que se nos caiga al suelo. Respecto al entorno natural y el medio ambiente: respetar las señales indicadas, hacer un consumo responsable del agua y de la energía, no dejar residuos a nuestra marcha, reciclar lo máximo posible, mantener el medio ambiente.

Hábitos alimentarios: Se definen como Rutina diaria que acompaña el acto de comer; incluye horarios, cantidades, tipo de alimentos, preparaciones y gustos. Estos son afectados por creencias, herencia cultural familiar, capacidad de compra y el conocimiento que se tenga acerca de la alimentación.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Higiene postural: Es un programa teórico práctico de reeducación corporal, dirigido a corregir la postura y enseñar al cuerpo a evitar las posiciones incorrectas en el ambiente laboral, previniendo de éste modo tensiones y lesiones a nuestros músculos, vertebras y articulaciones y así disminuir el ausentismo laboral ocasionado por enfermedades ocupacionales.

Examen médico ocupacional: Acto médico mediante el cual se interroga y examina a un trabajador, con el fin de monitorear la exposición a factores de riesgo y determinar la existencia de consecuencias en la persona por dicha exposición. Incluye anamnesis, examen físico completo con énfasis en el órgano o sistema blanco, análisis de pruebas clínicas y paraclínicas, tales como: de laboratorio, imágenes diagnósticas, electrocardiograma, y su correlación entre ellos para emitir un diagnóstico y las recomendaciones.

Sistema de vigilancia epidemiológica (sve): Recolección sistemática y permanente de datos esenciales de salud, su análisis y su interpretación para la planeación, implementación y evaluación de estrategias de prevención (NIOSH), permite identificar, cuantificar, monitorear, intervenir y hacer seguimiento, de los factores de riesgo que puedan generar enfermedad profesional a los trabajadores expuestos.

Vacunación: Se entiende por vacuna cualquier preparación destinada a generar inmunidad contra una enfermedad estimulando la producción de anticuerpos. Puede tratarse, por ejemplo, de una suspensión de microorganismos muertos o atenuados, o de productos o derivados de microorganismos. El método más habitual para administrar las vacunas es la inyección, aunque algunas se administran con un vaporizador nasal u oral.

Capacitación: Es la adquisición de conocimientos técnicos, teóricos y prácticos que van a contribuir al desarrollo del individuo en el desempeño de una actividad. La capacitación en la actualidad representa uno de los medios más efectivos para asegurar la formación permanente



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



del recurso humano respecto a las funciones laborales que y deben desempeñar en el puesto de trabajo.

Se manifiesta como un instrumento que enseña, desarrolla sistemáticamente y coloca en circunstancias de competencia a cualquier persona.

Bajo este marco, la capacitación busca básicamente:

Promover el desarrollo integral del personal, y como consecuencia el desarrollo de la organización.

Propiciar y fortalecer el conocimiento técnico necesario para el mejor desempeño de las actividades laborales.

Capacitación en condiciones de salud: Como parte fundamental de las campañas de medicina preventiva, el trabajador debe recibir elementos teóricos y prácticos de prevención y control de enfermedades comunes, profesionales, accidentes e incidentes y primeros auxilios.

Capacitación en prevención: Para hacer capacitación en prevención se deben tener como base los manuales de seguridad, en los que se debe describir las normas y los procedimientos correctos del trabajo. Para su desarrollo debe establecerse la siguiente metodología: Identificar oficios, equipos interdisciplinarios, procedimientos, riesgos y elementos de protección personal.

Formación: Es un esfuerzo sistemático y planificado por modificar o desarrollar el conocimiento, las técnicas y las actividades a través del aprendizaje, conseguir la actuación adecuada de una actividad o rango de actividades en el mundo es capacitar a un individuo para que pueda realizar convenientemente un trabajo o una tarea dada.

Sensibilización: Es un proceso de comunicación, activo y creativo, que promueve una



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



transformación, un cambio de actitudes y comportamientos en la sociedad. A través de la sensibilización se pretende lograr una toma de conciencia respecto a una determinada problemática, en este caso, respecto a la conciliación de la vida laboral, familiar y personal y la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres.

La sensibilización de las personas fomenta actitudes positivas y solidarias basadas en el respeto a la diversidad, mediante un componente informativo y participativo de convivencia con personas y experiencias de vida reales.

Marco teórico

Para el planteamiento del diseño del programa de PYP se basaron en dos teorías de capacitación y un modelo:

Teoría humanística: Este sistema, que creó escuela, desarrollado sobre la base proporcionada por los principios del fisiólogo Iván Petrovich Pavlov (1849-1936), concibe al aprendizaje a partir del condicionamiento al aprendizaje, la voluntad y los hábitos; Posteriormente vino Burrhus Frederich Skinner (1904-1990), psicólogo estadounidense, quien también enfocó su estudio en los procesos de aprendizaje hasta descubrir un nuevo tipo de condicionamiento de la conducta.

Esta teoría genera aprendizajes y formas de comportamiento en el individuo para organizar sus esfuerzos e integrarlo en grupos de trabajo.

Esta teoría plantea un profundo conocimiento del ser humano, educado en valores, con características intelectuales, que se pueden cultivar y afianzar, con sentimientos, emociones, programas educativos acordes a una necesidad social y humana y necesidades físicas.

Los aportes de la teoría humanística a nuestra según Iván Petrovich Pavlov son:

La humanización de colaboradores dentro de la organización.



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- Crear ambientes laborales óptimos para el buen desempeño laboral.
- Aumentar la sensibilidad de los empleadores ante las necesidades de los trabajadores.
- Desarrolla la individualidad de las personas.
- Ayudar a los individuos a reconocerse como seres únicos.
- Permite visualizar al ser humano como un ser con potencialidades a desarrollar.

Para el desarrollo de trabajo se tuvo en cuenta, los siguientes principios de la teoría humanista:

En la actividad el trabajo es grupal.

El operario no reacciona como individuo aislado, sino como grupo social.

La tarea básicamente de la administración es formar una etiqueta capas de comprender y comunicar.

El ser humano está basado por la necesidad.

Hace énfasis en las personas.

Autonomía del trabajador

Teoría del autocuidado: La teoría del autocuidado, tiene su origen en una de las más famosas teoristas norteamericana, Dorotea Orem, quien en 1985 define el autocuidado como el conjunto de acciones intencionadas que realiza la persona para controlar los factores internos o externos, que pueden comprometer su vida y desarrollo posterior. “el auto cuidado es una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo, es una conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigida de las personas sobre sí mismas, hacia los demás o hacia el entorno, para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento en beneficio de su vida, salud o bienestar”.

El autocuidado según Orem (1985)²⁷, es una conducta que realiza o debería realizar la persona para sí misma. Todos tenemos la capacidad para cuidarnos y este autocuidado lo aprendemos a lo largo de nuestra vida; principalmente mediante las comunicaciones que ocurren



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

SC-CER96940



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



en las relaciones interpersonales. Por esta razón no es extraño reconocer en nosotros mismos prácticas de autocuidado aprendidas en el seno de la familia, la escuela y las amistades.

Define además tres requisitos de auto cuidado, entendiendo por tales los objetivos o resultados que se quieren alcanzar con el auto cuidado:

Requisitos de auto cuidado universal: Son comunes a todos los individuos e incluyen la conservación del aire, agua, eliminación, actividad y descanso, soledad e integración social, prevención de riesgos e interacciones de la actividad humana.

Requisitos de auto cuidado del desarrollo: Promover las condiciones necesarias para la vida y la maduración, prevenir la aparición de condiciones adversas o mitigar los efectos de dichas situaciones, en los distintos momentos del proceso evolutivo o del desarrollo del ser humano: Niñez, adolescencia, adulto y vejez.

Requisitos de auto cuidado de desviación de la salud, que surgen o están vinculados a los estados de salud.

Teoría del déficit de Autocuidado: La teoría del déficit de autocuidado desarrolla las razones por las cuales una persona puede beneficiarse de la agencia de enfermería, mientras sus acciones están limitadas por problemas de salud o de cuidados sanitarios, lo que les hace total o parcialmente incapaces de descubrir sus requisitos actuales y emergentes que han de satisfacer en el cuidado de sí mismos o de quienes están a su cargo. Déficit de autocuidado es por tanto la falta o una capacidad no adecuada del individuo para realizar todas las actividades necesarias que garanticen un funcionamiento (pro) saludable.

El auto cuidado podría considerarse como la capacidad de un individuo para realizar todas las actividades necesarias para vivir y sobrevivir. Orem contempla el concepto auto como la totalidad de un individuo (incluyendo necesidades físicas, psicológicas y espirituales), y el concepto cuidado como la totalidad de actividades que un individuo inicia para mantener la vida



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



y desarrollarse de una forma que sea normal para él.

El auto cuidado es la práctica de actividades que los individuos inician y realizan en su propio beneficio para el mantenimiento de la vida, la salud y el bienestar.

Puede considerarse que un individuo cuida de sí mismo si realiza efectivamente las siguientes actividades:

Apoyo de los procesos vitales y del funcionamiento normal.

Mantenimiento del crecimiento, maduración y desarrollo normales.

Prevención o control de los procesos de enfermedad o lesiones.

Prevención de la incapacidad o su compensación.

Promoción del bienestar.

El cuidado se inicia voluntaria e intencionadamente por los individuos. El auto cuidado es un fenómeno activo que requiere que las personas sean capaces de usar la razón para comprender su estado de salud, y sus habilidades en la toma de decisiones para elegir un curso de acción apropiado.

Esta teoría, brindó herramientas para el desarrollo del programa de capacitación, sobre la adquisición de comportamientos que mejoren las condiciones de trabajo y salud en los trabajadores de salones de belleza, con las que se busca una práctica continúa de las mismas como lo recomienda Dorothea Orem



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Marco jurídico

Para el desarrollo de la siguiente investigación se tiene en cuenta el siguiente marco legal de la Legislación Colombiana. Las normas enumeradas a continuación están relacionadas directamente:

Tabla1. Normatividad legal vigente en Salud Ocupacional.

Ley	Propósito
Ley 1562 de 2012	Por la cual se modifica el Sistema de Riesgos Laborales y se dictan otras disposiciones en Materia de Salud Ocupacional.
Ley 9 de 1979	Código sanitario, preservar, conservar y mejorar la salud de los trabajadores en sus ocupaciones. Que el ejercicio de las actividades de estética ornamental puede constituir un riesgo para la salud pública, cuando se ejecutan, sin el cumplimiento de las normas de higiene y bioseguridad.
Resolución 1016 de 1989	Por la cual se reglamenta la organización, funcionamiento y formas de los Programas de Salud Ocupacional que deben desarrollar los patronos empleadores en el país.
Resolución 2400 de 1979	Por la cual se establecen algunas disposiciones sobre vivienda, higiene y seguridad en los establecimientos de trabajo.
Resolución 2646 de 2008	Por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo Psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés
Resolución 2844 del 16 de Agosto	Por la cual se reglamentan las guías de atención integral de salud ocupacional, basada en la evidencia para hombro doloroso, dolor lumbar inespecífico y enfermedad discal y desordenes musculoesqueléticos.
Decreto 1832 de 1994	Se reconoce las lesiones osteomusculares y ligamentosas como enfermedad profesional.
Norma Icontec, NTC 3955, de 1968	Establece las definiciones, conceptos y clasificación de la ergonomía y disciplina relacionada.
Ley	Normatividad de la Actividad Económica
Ley 711 de 2001	Por la cual se reglamenta el ejercicio de la ocupación de la cosmetología y se dictan otras disposiciones en materia de salud estética.
Resolución 2117 de 2010	Se hace necesaria la expedición de los requisitos mínimos para la apertura y funcionamiento de los establecimientos que ofrecen servicio de estética ornamental tales como salones de belleza, peluquerías y manicuristas.
Resolución 2827 de 2006	Por la cual se adopta el Manual de bioseguridad para establecimientos que desarrollen actividades cosméticas o con fines de embellecimiento facial, capilar y corporal.
Resolución 723 de 2010	Por la cual se reglamenta el procedimiento administrativo de la acreditación voluntaria de los centros cosmetológicos y similares que operan en la jurisdicción del distrito capital y se adopta el sello de Bioseguridad
Resolución 1312 de 2012	Por la cual se adopta la Política de Salud y Calidad de vida para los trabajadores de Bogotá, DC.
Circular 017 de 2012	Notificación de eventos de salud de origen laboral en la población de la economía informal <i>"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"</i>



Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Marco contextual

Económico: Actualmente, esta actividad es uno de los sectores que a nivel económico mantiene ingresos altos y buenos y ha llegado a convertirse en uno de los sectores más pujantes para el crecimiento de la economía, desde la industria de productos cosméticos, pasando por procedimientos y cirugías estéticas hasta los salones de belleza y peluquerías es posible encontrar un amplio mercado de productos y servicios así como de usuarios sin desconocer la informalidad es una de las grandes es una de las grandes protagonistas del sector.

En el Mercado, los salones de belleza y peluquerías es variada pues es posible encontrar establecimientos que ofrecen los servicios básicos de corte, peinado, color, manicure y Pedicure, con productos de diferentes calidades, así como los que han ido más allá y ofrecen un portafolio integral con servicios de spa, estética, y asesoría de imagen, entre otros. De igual manera los precios son muy variables pues hay diferentes tipos de negocios, bien sean establecimientos que buscan generar volumen por medio de valores económicos, que ofrecen servicios desde los cuatro mil hasta los 80 mil pesos, como también existen establecimientos en los que cada uno de los detalles cuenta, desde el lugar de ubicación del mismo, el local, la decoración, los productos y marcas que se usan y se venden, y la contratación y formación de profesionales altamente capacitados y actualizados en las últimas tendencias.

En conclusión, aunque el negocio de la belleza sea realmente lucrativo, en Colombia, según coinciden los expertos, hace falta organización y que realmente se formalicen y se preocupen por hacer de este un sector legal y formal de la economía del país.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Plan de trabajo

ACTIVIDAD	ESTADO	MARZO							ABRIL							POBLACION					
		3			4				1			2									
		2 3	2 4	2 5	2 6	2 9	3 0	3 1			1	2	3			5	6	7	8	9	
RIESGO EN EL PUESTO DE TRABAJO																					
QUE ES RIESGO LABORAL	EJECUTADO	X																			DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
CLASE DE RIESGOS	EJECUTADO		X																		DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES	EJECUTADO			X																	DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
ORGANIZACIÓN DE NUESTRO PUESTO DE TRABAJO	EJECUTADO				X																DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
PELIGROS EN EL AREA LABORAL																					
PELIGROS CON MATERIAL QUIMICO	EJECUTADO					X															DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
PELIGRO BIOMECANICO	EJECUTADO						X														DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
PELIGRO PSICOSOCIAL	EJECUTADO							X													DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
ERGONOMIA																					
QUE ES ERGONOMIA	EJECUTADO									X											DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
POSTURAS ADECUADAS SEGÚN CARGO	EJECUTADO										X										DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
ANÁLISIS DEL PUESTO DE TRABAJO	EJECUTADO											X									DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
HABITOS SALUDABLES																					
¿Qué SON HABITOS SALUDABLES?	EJECUTADO														X						DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
ALIMENTACION EQUILIBRADA	EJECUTADO															X					DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
PESO IDEAL	EJECUTADO																X				DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
ACTIVIDAD FISICA	EJECUTADO																	X			DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA
ENFERMEDADES ASOCIADAS A LOS MALOS HABITOS.	EJECUTADO																		X		DIRIGIDO A EMPLEADOS Y ADMINISTRATIVOS DE AMARU SPA



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

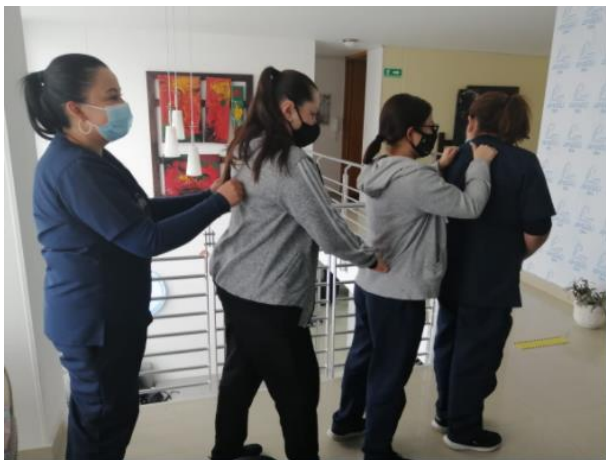
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Apéndice D. Registro Fotográfico.



SC-CER96940



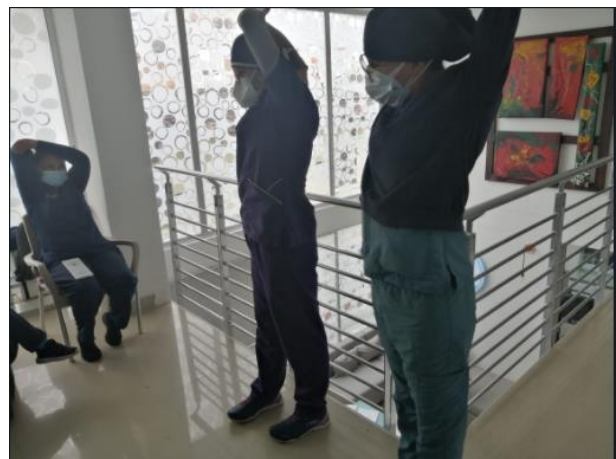
"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

SC-CER96940



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Apéndice E. Acciones de Promoción y Prevención (PyP).

FECHA	TEMA	OBJETIVOS	METODOLOGIA	POBLACION
SEMANA 1	INDAGACION DEL RIESGO LABORAL	Dar a conocer que es un riesgo laboral al personal que labora en AMARU SPA	<ol style="list-style-type: none"> 1. capacitación sobre riesgo laboral 2. ayudas visuales (imágenes) 3. Actividad creativa para afianzar el conocimiento. 4. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 1	CLASE DE RIESGOS	Identificar los riesgos laborales	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: clases de Riesgos laborales 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad creativa para afianzar el conocimiento 5. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 1	PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES	Prevenir riesgos laborales presentes en el área laboral	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: prevención de riesgos laborales 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad creativa para afianzar el conocimiento 5. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 2	INSPECCIÓN DE PUESTO DE TRABAJO	Analizar en qué condiciones se encuentra el puesto de trabajo.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: inspección de puestos de trabajo 3. Actividad creativa para afianzar el conocimiento 4. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 2	IDENTIFICACIÓN DE PELIGRO BIOMECAÑICO	Reconocer cuales son los peligros biomecánicos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: reconocimiento de peligro biomecánico 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad: Pausas activas y estiramientos. 5. Refrigerio y fin de la reunión 	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL



SEMANA 2	POSTURAS ADECUADAS SEGÚN CARGO	Identificar posturas adquiridas en la actividad laboral que desempeña cada trabajador.	1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida <i>Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!</i> 2. Definición del tema: posturas adecuadas 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad creativa para afianzar el conocimiento 5. Refrigerio y fin de la reunión	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 3	RECONOCIMIENTO DE HABITOS DE VIDA SALUDABLES?	Dar a conocer que son hábitos saludables	1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: hábitos de vida saludable 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad creativa para afianzar el conocimiento 5. Refrigerio y fin de la reunión	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 3	ALIMENTACION EQUILIBRADA	Mostrar la importancia de una alimentación equilibrada	1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: alimentación equilibrada 3. Refuerzo con folleto 4. Refrigerio y fin de la reunión	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 3	ENFERMEDADES ASOCIADAS A LOS MALOS HABITOS DE VIDA .	Dar a conocer cuáles son las enfermedades asociadas a los malos hábitos.	1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: enfermedades asociadas a los malos hábitos de vida. 3. Refuerzo con folleto 4. Refrigerio y fin de la reunión	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 4	ACTIVIDAD FISICA	Identificar la importancia de la actividad física	1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: actividad física 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad: bailoterapia 5. Refrigerio y fin de la reunión	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 4	IDENTIFICACION DE SUSTANCIAS QUIMICAS Y RECONOCIMIENTO DE ETIQUETAS	Identificar las sustancias químicas utilizadas en AMARU SPA	1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: identificación de sustancias químicas 3. Refuerzo con folleto 4. Actividad: Reconocimiento de etiquetas 5. Refrigerio y fin de la reunión	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA
SEMANA 4	IMPORTANCIA DE MANTENER EL ORDEN EN EL PUESTO DE TRABAJO	Analizar en qué condiciones se encuentra el puesto de trabajo.	1. Inicio de la reunión con saludo de bienvenida 2. Definición del tema: Orden en el puesto de trabajo 3. Refuerzo con folleto 4. Refrigerio y fin de la reunión	Dirigidos a administrativos y empleados de AMARU SPA



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Apéndice F. Listas de asistencias.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Asistencia AMARU SPA
SEMANA 1: RIESGOS LABORALES

N°	NOMBRE	CEDULA	OCUPACION	FIRMA
1	Ligia Bolivar	60.25394	Estilista	<i>[Signature]</i>
2	Yvonne Anibal Otazo	109281542	Estilista y cosmóloga	<i>[Signature]</i>
3	Teima Berríos	28096540	Estilista	Berríos
4	Nely E. Bolívar Vera	32276181	Estilista y cosmóloga	Nely Bolívar
5	Francisco Fajalán Daza	2.094.24221	Administración	<i>[Signature]</i>
6	Kaym Alejandra Sánchez	27928.621	Manicurista	Kaym
7	Jhorik Gabriela Galb	4003060406	Estilista y cosmóloga	<i>[Signature]</i>
8	Javier del Real	79336054	Estilista	<i>[Signature]</i>
9	Yvonne Andrei Gervis	60.267005	FISIOTERAPEUTA ESTETICISTA	Yvonne
10				



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Asistencia AMARU SPA

SEMANA 2: INSPECCIÓN DE PUESTO DE TRABAJO, IDENTIFICACION DE PELIGRO BIOMECANICO, POSTURAS ADECUADAS SEGÚN CARGO

Nº	NOMBRE	CEDEXA	TELEFONO	CORREO
1	Vanessa Amal OY200	10462682	31774019	vanessa@amaru.com
2	Fernando BARRIOS	2108730	31780370	fernando@amaru.com
3	Nancy Andrea Pérez	16749104	31746504	nancy@amaru.com
4	Yolanda Patricia Rojas	10462682	31774019	yolanda@amaru.com
5	Sebastián Rojas	7971804	31774019	sebastian@amaru.com
6	Valeria Patricia Rojas	31774019	31774019	valeria@amaru.com
7	Ligia Bolívar Ochoa	6029377	32075550	ligia@amaru.com
8	Karen Alejandra Sánchez	2192846	31780370	karen@amaru.com
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tel: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Asistencia AMARU SPA
SEMANA 3: HABITOS DE VIDA SALUDABLE

N°	NOMBRE	CEDULA	OCCUPACION	FIRMA
1	Ligia Buitrago	60 253794	Estadística	<i>Ligia B</i>
2	Verónica Ariza Ortiz	10228196	Estadística y Contabilidad	<i>Verónica</i>
3	Teina Berrios	22046240	Editora	<i>Berrios</i>
4	Nely Patricia Uma	53275281	Estadística y Contabilidad	<i>Nely Patricia</i>
5	Yamir Fajardo Daza	200024260	Administración	<i>Yamir Fajardo</i>
6	Kayun Alejandra Sánchez	21918 481	Administración	<i>Kayun</i>
7	Jhorik Gabriela Galb	4005060905	Estadística y Contabilidad	<i>Jhorik Gabriela</i>
8	Jairo del Real	79330059	Estadística	<i>Jairo del Real</i>
9	José Andrés Casas	60267805	Ingeniería de Sistemas	<i>Andrés</i>
10				
11				
12				
13				
14				



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"


Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Apéndice G. Encuesta de Condiciones de Salud AMARÚ SPA.



ENCUESTA DE CONDICIONES DE SALUD AMARU SPA

La información relacionada a continuación es confidencial y será usada para conocer las condiciones de salud de los trabajadores de nuestra empresa como parte del SGSST.

***Obligatorio**

1. Nombre Completo *

Tu respuesta: _____

2. Documento de identidad *

Tu respuesta: _____

3. Área *

Administrativa

Operativa

4. Cargo *

Administrador

Auxiliar administrativo

Oficios varios

Esteticista

Estilista

Cosmetóloga

Manicurista

Otros: _____



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



5. Antigüedad en el Cargo *

Elegir

6. Tipo de contratación: *

- A término indefinido
- Prestación de servicios
- De aprendizaje
- Contrato verbal
- Otros: _____

7. Fecha de nacimiento *

Fecha

dd/mm/aaaa

8. Edad *

Elegir

9. Género *

- Masculino
- Femenino



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



10. Peso

- Entre 45kg y 54kg
- Entre 55kg y 64kg
- Entre 65kg y 74kg
- Entre 75kg y 84kg
- Entre 85kg y 94kg
- Más de 95kg

11. Talla

- Entre 145cm y 154cm
- Entre 155cm y 164cm
- Entre 165cm y 174cm
- Entre 175cm y 184cm
- Más de 185cm

12. Nivel educativo: *

13. Estado civil: *

14. ¿Cuántas horas labora semanalmente? *



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



15. ¿Cuántas personas dependen económicamente de su trabajo? *

	Ninguna	Entre 1 y 3	Entre 3 y 5	Más de 5
Personas a cargo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

16. ¿Cuáles son sus ingresos mensuales en promedio? *

- De 500.000 a 1.000.000 de pesos
- De 1.100.000 a 2.000.000 de pesos
- De 2.100.000 a 3.000.000 de pesos
- Más de 3.100.000 pesos

17. La vivienda en la que reside está clasificada en el estrato: *

	1	2	3	4	5
Estrato	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

18. La vivienda corresponde a: *

19. La vivienda es: *

- Propia
- Arrendada
- Familiar



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



20. ¿Consumo agua diariamente? *

	Entre 1 y 2 vasos	Entre 3 y 4 vasos	Entre 5 y 6 vasos	Más de 7 vasos	No toma agua
Cantidad diaria	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

21. ¿Frecuencia del consumo de agua? *

	Con las comidas	En la mañana y en la noche	Cada dos horas	Cada cuatro horas	No toma agua
Cantidad en el día	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

22. ¿Dentro de su alimentación incluye? *

	Sí	No
Bebidas gaseosas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Comida chatarra	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fritas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Frutas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Verduras	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



23. ¿Qué tipo de alimentos consume entre comidas?

	Si	No
Productos empacustados	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Productos de panadería	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lleva preparaciones desde casa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fruta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jugos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bebidas gaseosas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Agua	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Otros	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

24. ¿Con qué frecuencia consume comida chatarra?

- Diaria
- Dos veces por semana
- Una vez por semana
- Dos veces al mes
- Una vez al mes
- No consume comida chatarra



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



25. ¿En su rutina diaria, destina un tiempo para...? *

	Si	No
Para hacer 30 minutos o más de deporte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Para desayunar, almorzar y cenar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dormir 7 o más horas al día	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Realizar actividades de ocio	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Realizar tareas domésticas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tomar descansos dentro de su jornada laboral	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

26. ¿Destina parte de su tiempo libre para...?

	Si	No
Actividades laborales	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Actividades académicas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Actividades domésticas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Actividades deportivas o recreativas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

27. ¿Va al médico de manera preventiva por lo menos una vez al año?

- Si
- No



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



28. ¿Con qué frecuencia se lava las manos? *

	Si	No
Antes de las comidas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Después de las comidas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Después de ir al baño	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cada dos horas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cada cuatro horas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

29. ¿Cuál de los siguientes enunciados utiliza dentro de su jornada laboral? *

	Si	No
Utiliza los elementos de protección personal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Realiza pausas activas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trabaja horas extras	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se irrita con frecuencia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Puede decidir cuando descender	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



30. ¿Actualmente está afiliado a...? *

	SI	No
Salud	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fondo de pensiones	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Riesgos laborales (ARL)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

31. ¿Si se encuentra afiliado actualmente a una EPS especifique a cual?

- Medimas
- Nueva EPS
- Comparta
- Comfacorienta
- Sanitas
- Ninguna
- Otras: _____

32. ¿Si se encuentra afiliado actualmente a un Fondo de Pensiones especifique a cual?

- Colfondos Pensiones y Cesantías
- Porvenir SA
- Protección SA
- Old mutual
- Otras: _____



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



33. ¿Si se encuentra afiliado actualmente a una ARL especifique a cual?

- Alfa seguros de vida SA
- Colmana compañía de seguros de vida SA
- ARL SURA Seguros de riesgos laborales Suramericana
- La equidad seguros
- MAPFRE Seguros generales de Colombia SA
- Axa Colpatría seguros de vida SA
- Seguros Bolívar SA
- Otras: _____

34. ¿Ha sido diagnosticado con alguna enfermedad como?: *

	SI	No
Diabetes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cáncer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hipertensión	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Enfermedades cardiovasculares	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Enfermedades del tracto respiratorio	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Otra	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

35. ¿Ha sido diagnosticado con covid 19 (cans cov 2)?:

- SI
- No



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



36. ¿Si su respuesta anterior fue si, hace cuanto presenta covid 19, sars cov 2?

- Hace un mes
- Hace dos meses
- Hace tres meses
- Hace mas de 6 meses

37. ¿Usted diría que en general su salud es?: *

- Excelente
- Buena
- Regular
- Mala

38. ¿A sufrido alguna enfermedad laboral? Si su respuesta es Si especifique cual?

- Si
- No
- Otras: _____

39. ¿A sufrido algún accidente laboral? Si su respuesta es Si especifique brevemente la lesión

- Si
- No
- Otras: _____



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



40. ¿Su trabajo, en general, es desgastador emocionalmente? *

SI

No

41. ¿La distribución de tareas es irregular y provoca que se le acumule el trabajo? *

SI

No

42. ¿Tiene que trabajar muy rápido para cumplir con el compromiso laboral? *

SI

No

43. ¿Se siente a gusto con su labor en la empresa? *

SI

No

44. ¿Tiene buena relación con los compañeros de trabajo? *

SI

No

45. ¿Las actividades laborales que realiza están acordes con su área de trabajo? *

SI

No



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



46. ¿Le cambian el horario de trabajo (turno, días de la semana, horas de entrada y salida) contra su voluntad? *

- Sí
 No

47. ¿Cuando está en la empresa ¿pliega en problemas familiares o en las tareas domésticas pendientes? *

- Sí
 No

48. ¿Sus actuales jefes inmediatos se comunican bien con los trabajadores y trabajadoras? *

- Sí
 No

49. ¿En las situaciones difíciles en el trabajo recibe el apoyo necesario? *

- Sí
 No

50. ¿Qué parte de las tareas domésticas hace? *

- Soy el/la responsable principal y hago la mayor parte de las tareas familiares y domésticas.
 Hago aproximadamente la mitad de las tareas familiares y domésticas.
 Hago más o menos una cuarta parte de las tareas familiares y domésticas.
 Sólo hago tareas puntuales.
 No hago ninguna o casi ninguna de estas tareas.

CONSENTIMIENTO INFORMADO ¿Autoriza el tratamiento de sus datos personales? *

La Ley 1581 de 2012: De protección de datos personales. Es una Ley que complementa la regulación vigente para la protección de derecho fundamental que tiene todas las personas naturales o autorizar la información personal que es almacenada en bases de datos o archivos, así como su posterior actualización y rectificación.

- Sí
 No



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Apéndice H. Misión, Visión y Política de SST AMARÚ SPA.

AMARÚ SPA

MISIÓN

Amarú es una empresa orientada a la salud, bienestar y belleza. Presentando un excelente servicio con equipos de última tecnología, personal profesional y calificado en materia de estética, con el fin para garantizar y ofrecer a nuestros clientes un amplio portafolio de servicios para el ciudadano y mantenimiento de su cuerpo.

VISIÓN

Para el 2022, Amarú quiere continuar siendo el centro de estética líder en Pamplona, con miras a ampliar su marca y crear sucursales en las principales ciudades del país. Ofreciendo los últimos tratamientos corporales y de belleza yendo siempre en vanguardia en materia tecnológica.

VALORES

- CALIDAD** Ofrecer el mejor servicio con el fin de garantizar al público un excelente trabajo mejorando la productividad y eficacia de la empresa.
- RESPONSABILIDAD** Compromiso adquirido tanto con los trabajadores como con los clientes y la sociedad, brindando estabilidad y excelencia en condiciones laborales como en producir servicios de calidad.
- TRABAJO EN EQUIPO** Participación de cada miembro de la empresa para lograr en conjunto las metas y objetivos de la misma.
- COMPETITIVIDAD** Esfuerzo por resaltarse como el centro de estética líder en el municipio.
- DISPONIBILIDAD AL CAMBIO** Disposición para la innovación y adopción de nuevos cambios cuando sea necesario para seguir proyectándose.

AMARÚ SPA

Lugar: AMARÚ SPA Calle 8 # 5-100 Apa 201 Terraza Santa Bárbara, Pamplona, Norte de Santander

Correo: Amaruspa@hotmail.com

Teléfono: 3212460959

Representante Legal Viviana Andrea Galvis

Actividad principal 8692 **Actividad secundaria** 9609

Otras Actividades de servicios personales N.

RUT: 60267665-2

Tipo de Riesgo: Clase III



POLÍTICA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

El SPA AMARÚ, es una institución de carácter estético con énfasis en salud, bienestar y belleza, brindando a través de su personal capacitado calidad en los procedimientos estéticos realizados.

La responsabilidad de esta institución se basa en proteger y resguardar biopsicosocialmente a cada individuo que conforma dicha entidad, es decir, de manera integral; identificando peligros y riesgos latentes en la organización para prevenir accidentes de trabajo y enfermedades laborales relacionadas con los diferentes riesgos físicos, biológicos, químicos, entre otros, los cuales se presentan dentro de la organización, promoviendo entornos laborales saludables a partir de la implementación de la gestión del riesgo como uno de los requisitos mínimos del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.

La presente política será difundida y se dará a conocer a los trabajadores, al Vigía de Seguridad y Salud en el Trabajo y al Comité de Convivencia Laboral de la organización que lo requieran, por los distintos medios de comunicación.

Esta política será revisada y actualizada una vez al año.

Andrea E.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Apéndice I. Folletos de promoción y prevención AMARÚ SPA.

¿CÓMO PODEMOS PREVENIR LAS ENFERMEDADES ASOCIADAS A MALOS HABITOS?

1. HACER EJERCICIO ALMENOS 30 MINUTOS AL DIA Y CONTROLAR PESO
2. NO FUMAR NI CONSUMIR DROGAS.
3. NO TOMAR MUCHO ALCOHOL Y EVITARLO POR COMPLETO EN CASO DE TENER ANTECEDENTES DE ALCOHOLISMO.
4. CONSUMIR DIETA SALUDABLE Y BALANCEADA.
5. CUIDAR LOS DIENTES.
6. CONTROLAR LA HIPERTENSION ARTERIAL.
7. SEGUIR BUENAS PRACTICAS DE AUTOUIDADO.



RECUERDE QUE LA SALUD NO ES LA AUSENCIA DE ENFERMEDADES SI NO EL PERFECTO EQUILIBRIO ENTRE CUERPO, ESPRITU Y MENTE.

MARLA GELVEZ
INGRID DUARTE
MAYRA SANCHEZ

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

ENFERMEDADES ASOCIADAS A LOS MALOS HABITOS DE VIDA

ENFERMEDADES DEL CORAZON
DIABETES
ESTERILIDAD
CANCER
ULCERAS
PRESION ALTA
LUMBALGIA
COLESTEROL ALTO
CALCULOS BILIARES

ENFERMEDADES ASOCIADAS A LOS MALOS HABITOS DE VIDA

- CANCER
- Hipertensión
- Diabetes
- Enfermedades cardiovasculares
Desnutrición
- Obesidad

PASOS PARA UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE

EJERCICIOS

Realizar una actividad física no solo es bueno para tener buen peso, también mejora la capacidad cardiaca y pulmonar y mejora en el buen funcionamiento del cuerpo



DESCANSAR

El sueño es un indicador de salud, algunas enfermedades cardiovasculares y respiratorias están ligadas a la calidad del sueño. Procura dormir el tiempo necesario, pero recuerda que para mantenemos sanos necesitamos tanto cantidad, como calidad.



TOMAR AGUA

Toma de 6 a 8 vasos de agua al día. El agua nos ayuda a tener una buena digestión a mantener la temperatura normal de nuestro cuerpo y eliminar las sustancias de desecho.



LA ALIMENTACION

Una dieta adecuada es una herramienta muy valiosa para la prevención de muchas enfermedades, y en el tratamiento de muchas otras. La proporción y la calidad de muchos tipo de alimentación que consumimos son la base para un desarrollo humano integral, físico y mental.



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



¿COMO PODEMOS PREVENIR LOS TRASTORNOS MUSCULOESQUELETICOS?

- Es fundamental que las herramientas se adapten a los movimientos y características físicas del trabajador, evitando así las posturas forzadas.
- Mantenimiento adecuado de las herramientas, que deben encontrarse siempre en buenas condiciones de uso.
- Distribuya la fuerza prefiriendo la actuación de varios dedos a uno solo o favoreciendo el uso alternativo de las manos
- Intente reducir la repetitividad de la tarea.
- Intente alternar tareas
- Favorezca los cambios de posición de herramientas, objetos y controles para asegurar un buen alineamiento
- de la muñeca con el antebrazo, o el mantenimiento de los hombros en su posición de reposo.
- Pausas activas, cada 2 horas.

“La prevención de los trastornos musculo esqueléticos y todos los problemas que ello conlleva es posible y esta en nuestras manos”

MARLA GELVEZ
INGRID DUARTE
MAYRA SANCHEZ

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

RIESGO BIOMECANICO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

TRASTORNO MUSCULOESQUELETICO DE ORIGEN LABORAL

Son un conjunto de lesiones inflamatorias o degenerativas de músculos, tendones, articulaciones, ligamentos, nervios, etc. Sus localizaciones más frecuentes se observan en cuello, espalda, hombros, codos, muñecas y manos, cadera, rodillas.

Trastornos más comunes son la:

- *tendinitis
- *tenosinovitis,
- *síndrome del túnel carpiano
- *Mialgias
- *Cervicalgias
- *lumbalgias

El síntoma predominante es el dolor asociado a inflamación, pérdida de fuerza y disminución o incapacidad funcional de la zona anatómica afectada. dolor muscular y/o articular, sensación de hormigueo, pérdida de fuerza y disminución de sensibilidad

CAUSAS

Los trastornos musculoesqueléticos son producidos fundamentalmente por actividades en las que el trabajador realiza tareas que implican manipulación manual de cargas (levantamiento, transporte, empuje, arrastre, y posicionamiento final de la carga), movimientos repetitivos, posturas forzadas, y aplicación de fuerzas.

LOS TRASTORNOS MUSCULOESQUELETICOS PUEDEN AFECTAR A CUALQUIER PARTE DEL CUERPO

De acuerdo con lo expuesto, una adecuada evolución de los trastornos músculo-esqueléticos dependerá en gran parte de un diagnóstico precoz y de un tratamiento correcto, por lo que es importante consultar con el Médico, en cuanto sean detectados los primeros síntomas



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL


Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



RECOMENDACIONES

Mantener la espalda derecha mientras trabajas. Flexionarte por la cadera, en vez de por la cintura (con la espalda recta).


- Usar un lavacabezas que te permita ubicarte detrás de tu cliente para lavarle la cabeza sin tener que girar.
- Ajustar la altura de la silla de tu cliente.
- Inclinar la cabeza de la cliente en una posición que te resulte cómoda.
- Trabajar con la cliente de pie si tiene el cabello muy largo o sentada en un taburete.
- Usar una silla con asiento inclinado para hacer la manicura o sentarse sobre un cojín en forma de cuña para que el cuerpo quede inclinado hacia adelante.
- Doblar las rodillas ligeramente y tensar los músculos abdominales cuando tengas que estirarte. Este movimiento evitará que te arquees para atrás.
- Cuando permanezcas de pie durante prolongados periodos de tiempo (viernes y sábado son un buen ejemplo), colocar de vez en cuando un pie sobre un taburete o sobre la barra debajo de la silla de tu cliente, si la hubiese.
- Evitar zapatos de tacones altos.
- Subirse en una escalera para coger o colocar productos en estanterías altas.




La higiene postural es muy importante en todas las actividades o trabajos, ya que si no se lleva a cabo de manera correcta puede provocar en nuestro organismo situaciones patológicas e incapacitantes, desde una escoliosis hasta un dolor agudo en el caso de la lumbalgia.

MARLA GELVEZ
INGRID DUARTE
MAYRA SANCHEZ

POSTURAS ADECUADAS





UNIVERSIDAD DE PAMPLONA



La HIGIENE POSTURAL

consiste en posicionarse y moverse correctamente para que la carga en la columna vertebral y la musculatura sea mínima y no ocasionar lesiones ni alteraciones en nuestro cuerpo





Posturas adecuadas en el corte de cabello de la escuela



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



7

Mantén tu hogar y lugar de trabajo limpio y ordenado.

Peso Saludable

Ejercitar la mente para que funcione correctamente y así evitar el deterioro cognitivo

Empieza un estilo de vida saludable aplicando estos tips.

Specialización en Seguridad y Salud en el Trabajo
Universidad de Pamplona

Sistema de Gestión de Seguridad y Salud

Ingríd Katherine Duarte Corredor
Diana Karolín Gámez Sandoval

Specialización en Seguridad y Salud en el Trabajo
Universidad de Pamplona

Hábitos saludables para una vida sana

Una buena salud implica bienestar físico, mental y social.

Specialización en Seguridad y Salud en el Trabajo
Universidad de Pamplona

1 Aliméntate balanceado.

1 Mantener una alimentación que aporte un equilibrio nutricional al organismo con una adecuada Ingesta de Carbohidratos, Lípidos y Proteínas.

Disminuir el consumo de azúcares, grasas y sodio.

Specialización en Seguridad y Salud en el Trabajo
Universidad de Pamplona

2 Duermes bien.

Respetar las horas de sueño nocturno y unas buenas pautas de descanso.

3 Haz actividad física.

Práctica continua de actividad física para fortalecer músculos, hueso y potenciar el corazón mejorando la circulación.

4 Evita el tabaco, alcohol y drogas.

5 Organiza tu tiempo.

6 Cuida de forma preventiva tu salud.

Mantener hábitos de higiene adecuados



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



La prevención de riesgos laborales es la suma de acciones y medidas que tiene por objeto prevenir, eliminar o minimizar los riesgos que están o pueden estar presentes en la actividad laboral



RIESGOS LABORALES



MARIA GÓMEZ
INGRID DUARTE
MAYRA SÁNCHEZ

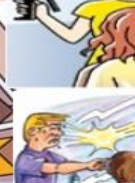
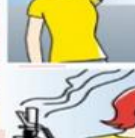


UNIVERSIDAD DE PAMPLONA



RIESGOS MAS FRECUENTES EN PELUQUERIA Y ESTETICA

- La exposición a agentes químicos
- Los contactos eléctricos directos e indirectos
- Los cortes por objetos o herramientas
- Los contactos térmicos
- La fatiga postural
- Otros riesgos independientes de la actividad profesional



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

- MEJORA EL RENDIMIENTO ACADÉMICO Y LABORAL
- FORTALECE EL CORAZÓN
- MEJORA LA FORMA FÍSICA "CARGO" RESPIRATORIA
- REFUERZA EL SISTEMA INMUNOLÓGICO
- MEJORA LA FORMA FÍSICA MUSCULAR
- FORTALECE LOS HUESOS Y MOVILIDAD
- DISMINUYE SÍNTOMAS DE ANSIEDAD Y DEPRESIÓN
- REDUCE LA GRASA CORPORAL

Mejor estado de ánimo
Reducción del nivel de estrés.
Menos grasa corporal
Vasos sanguíneos fuertes
Huesos fuertes

Mejor uso de la insulina
Corazón fuerte
Músculos fuertes
Articulaciones flexibles

Los beneficios de los ejercicios sobrepasan ampliamente los riesgos de sufrir una lesión. Sin embargo, usted puede tomar algunas precauciones para hacer ejercicios sin riesgo

**MARIA GÓMEZ
JNGRJD DUARTE
MAYRA SANCHEZ**

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

ACTIVIDAD FÍSICA

Ejercicios de Calentamiento

- 10 segundos (page 90)
- 5 segundos 3 veces (page 46)
- 6-10 segundos each side (page 44)
- 2-5 segundos 2 veces (page 37)
- 10-15 segundos each side (page 32)
- 10-15 segundos (page 49)
- 10 segundos (page 47)
- 10 segundos each leg (page 31)
- 10-20 segundos (page 65)
- 10 segundos each leg (page 51)
- 10 segundos (page 90)
- 10 segundos each arm (page 42)
- 15 segundos (page 58)
- 15 segundos each leg (page 51)
- 10 segundos (page 30)
- 8-10 segundos each side (page 40)
- 15 segundos each leg (page 39)
- 10 segundos (page 30)
- 5 segundos 2 veces (page 38)

You can do these stretches in the water while waiting for a net: 1, 2, 5, 6, 14, 17, 18



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750