

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

INSPECCIÓN DE PUESTOS DE TRABAJO E HIGIENE POSTURAL PERSONERÍA DE ITAGÜÍ

Empresa: PERSONERÍA DE ITAGÜÍ
DIRECCIÓN: Carrera 51 # 51-55 Edificio Judicial Piso 5
TELEFON: (604) 3764884
FECHA: 23 de febrero al 28 de marzo de 2022
CIUDAD: Itagüí – Antioquia

OBJETIVO: Realizar una Inspección ergonómica e higiene postural a los puestos de trabajo, que permita la identificación oportuna de condiciones ergonómicas desfavorables y factores de riesgo, emitiendo medidas preventivas y correctivas que brinden confort en las actividades desarrolladas, promoviendo así una óptima condición de salud y por ende eficacia y alta productividad.

DESARROLLO: Se realiza la inspección de los puestos de trabajo, aplicando la lista de chequeo para los puestos administrativos, la bodega y la cocina, interactuando con cada uno de los funcionarios, buscando tener en cuenta su percepción acerca del confort y del bienestar en cada uno de sus puestos.

PUESTO DE TRABAJO No. 1

Colaborador. Lina Marcela Cano Hoyos

Dependencia: Secretaría General

Características del Puesto

- ✓ El plano de trabajo es dado por un escritorio diseñado en “L”, con una altura de 74cm.
- ✓ Se encuentra un puesto de trabajo saturado, con elementos que no son necesarios para el desarrollo de las funciones propias del trabajo.
- ✓ Los elementos de uso frecuente se encuentran dentro del alcance de confort.
- ✓ El monitor no se encuentra ubicado frente al colaborador, lo cual le exige un movimiento parcial del cuerpo para realizar su labor y atender al público,
- ✓ El borde superior de la pantalla se encuentra bien ubicado al nivel de los ojos, lo cual evita la flexión prolongada del cuello.

- ✓ El monitor está ubicado a una distancia aproximada de 70cm, con relación al colaborador.
- ✓ El teclado y el mouse se ubican sobre un mismo plano, ambos sobre el escritorio. El teclado se encuentra ubicado de forma diagonal al colaborador.
- ✓ La silla posee mecanismos de graduación en altura. En buen estado.
- ✓ La silla posee espaldar completo, regulable, en buenas condiciones, con dispositivos de graduación de fácil maniobrabilidad.
- ✓ Se observa cableado disperso debajo de la mesa y sobre ésta
- ✓ Debajo de la mesa no se encuentran alojados diferentes tipos de elementos (cajas y otros que limitan la movilidad de los miembros inferiores).
- ✓ Cuenta con descansa pies.
- ✓ No se observan brillos, reflejos en pantalla, que se pueden presentar por la entrada directa de luz natural a través de un ventanal, el cual posee una persiana para control.

ANTES



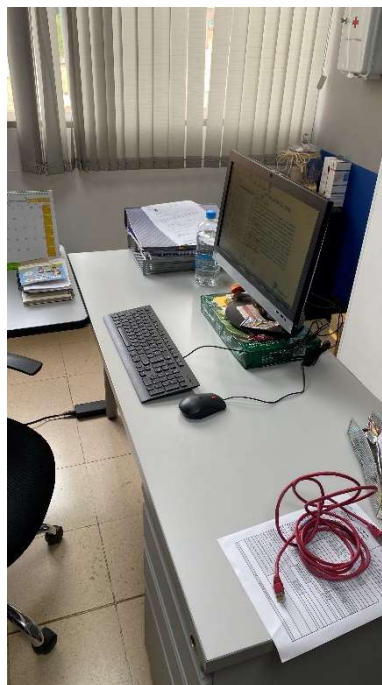
PLAN DE MEJORAMIENTO APLICADO

Una vez evaluada las condiciones del puesto de trabajo, se interactuó con el colaborador, de tal manera que se aplicó el plan de mejora, logrando solucionar

las condiciones ergonómicas y de higiene postural. Las medidas de mejora aplicadas fueron las siguientes.

- ✓ Reubicación de los objetos considerados innecesarios para el buen funcionamiento del puesto de trabajo.
- ✓ Reubicación del computador, colocándolo de manera frontal al colaborador, obteniendo que este no desarrolle movimientos periódicos y de poca maniobrabilidad, cuando este interactúe con los usuarios que debe atender.
- ✓ Se reubicó y alargó el cableado para que la ubicación del computador se pudiese realizar, este cableado quedo instalado por la parte inferior de la superficie de trabajo, permitiendo que no obstaculice los miembros inferiores del colaborador.

DESPÚES



	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

RECOMENDACIONES

- ✓ Se sugiere una jornada de orden y aseo, donde se identifiquen elementos de uso frecuente y se desechen o reubiquen los no utilizados, pero que alteran el orden del puesto como tal.
- ✓ Capacitación en higiene postural y ergonomía.
- ✓ Realización de pausas activas.
- ✓ Realizar mantenimientos periódicos de la silla, que eviten el deterioro de esta.

PUESTO DE TRABAJO No. 2

Colaborador. Diana María Mejía Toro

Dependencia: Secretaría General

Características del Puesto

- ✓ El plano de trabajo es dado por un escritorio diseñado en “L”, con una altura de 74cm.
- ✓ Se encuentra un puesto de trabajo un poco saturado, con elementos que no son necesarios para el desarrollo de las funciones propias del trabajo.
- ✓ Los elementos de uso frecuente se encuentran dentro del alcance de confort.
- ✓ El monitor se encuentra ubicado frente al colaborador, lo cual permite una posición frontal a este y la atención de los usuarios que se presentan.
- ✓ El borde superior de la pantalla se encuentra bien ubicado, al nivel de los ojos, lo cual evita la flexión prolongada del cuello.
- ✓ El monitor está ubicado a una distancia aproximada de 70cm, con relación al colaborador.
- ✓ El teclado y el mouse se ubican sobre un mismo plano, ambos sobre el escritorio. El teclado se encuentra ubicado de forma perpendicular al colaborador.
- ✓ La silla posee mecanismos de graduación en altura. En buen estado. No cuenta con apoyabrazos
- ✓ La silla posee espaldar completo, regulable, en buenas condiciones, con dispositivos de graduación de fácil maniobrabilidad.
- ✓ No se observa cableado disperso debajo de la mesa y/o sobre ésta

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

- ✓ Debajo de la mesa se encuentran alojados algunos tipos de elementos (cajas y otros) que limitan la movilidad de los miembros inferiores.
- ✓ Cuenta con descansa pies.
- ✓ No se observan brillos, reflejos en pantalla, que se pueden presentar por la entrada directa de luz natural a través de un ventanal, el cual posee una persiana para control.



PLAN DE MEJORAMIENTO APLICADO

Una vez evaluada las condiciones del puesto de trabajo, se interactuó con el colaborador, de tal manera que se aplicó el plan de mejora, logrando solucionar las condiciones ergonómicas y de higiene postural. Las medidas de mejora aplicadas fueron las siguientes.

- ✓ Reubicación de los objetos considerados innecesarios para el buen funcionamiento del puesto de trabajo.
- ✓ Se realizó una inspección y eliminación de elementos de los cajones, los cuales eran innecesarios para el funcionamiento del puesto de trabajo.
- ✓ Se sacaron los objetos que se encontraban debajo del escritorio, permitiendo una mejor movilidad de los miembros inferiores.
- ✓ Se realizó una limpieza en el escritorio de pocillos, y objetos que se consideran innecesarios en el puesto de trabajo (Orden y aseo).

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---



RECOMENDACIONES

- ✓ Se sugiere una jornada de orden y aseo, donde se identifiquen elementos de uso frecuente y se desechen o reubiquen los no utilizados, pero que alteran el orden del puesto como tal.
- ✓ Capacitación en higiene postural y ergonomía.
- ✓ Realización de pausas activas.
- ✓ Realizar mantenimientos periódicos de la silla, que eviten el deterioro de esta.

PUESTO DE TRABAJO No. 3

Colaborador. Luis Fernando Gaviria López

Dependencia: Secretaría General

Características del Puesto

- ✓ El plano de trabajo es dado por un escritorio con una sola superficie, con una altura de 74cm, la cual limita o restringe la movilidad del colaborador.
- ✓ Se encuentra un puesto de trabajo limpio y sin elementos que no sean acordes a los utilizados en su labor (Vasos; adornos, etc.).
- ✓ Carece de cajonera, lo cual hace que el colaborador coloque su bolso de mano encima del puesto de trabajo, reduciendo el espacio de trabajo.
- ✓ Los elementos de uso frecuente se encuentran dentro del alcance de confort.

- ✓ El equipo utilizado por el colaborador, es portátil, el cual carece de una base que permita que la altura del borde la pantalla, se ubique frente a la línea de los ojos, haciendo que el colaborador incline el cuello y la espalda para ajustarse a la visual de la pantalla.
- ✓ El borde superior de la pantalla no se encuentra bien ubicado, al nivel de los ojos, lo cual genera una flexión prolongada del cuello.
- ✓ El teclado y el mouse se ubican sobre un mismo plano, ambos sobre el escritorio. El teclado es el mismo del equipo, lo cual genera fatiga al colaborador en jornadas amplias de trabajo.
- ✓ La silla posee mecanismos de graduación en altura. En buen estado.
- ✓ La silla posee espaldar completo, regulable, en buenas condiciones, con dispositivos de graduación de fácil maniobrabilidad. No cuenta con apoyabrazos
- ✓ No se observa cableado disperso debajo de la mesa y/o sobre ésta
- ✓ Debajo de la mesa no se encuentran alojados diferentes tipos de elementos (cajas y otros que limitan la movilidad de los miembros inferiores).
- ✓ NO cuenta con descansa pies.
- ✓ No se observan brillos, reflejos en pantalla, que se pueden presentar por la entrada directa de luz natural a través de un ventanal, el cual posee una persiana para control.



	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

PLAN DE MEJORAMIENTO APLICADO

Una vez evaluada las condiciones del puesto de trabajo, se interactuó con el colaborador, pero no se realizó un plan de mejora inmediato, dadas las necesidades de este puesto de trabajo.

RECOMENDACIONES

- ✓ Se sugiere una jornada de orden y aseo, donde se identifiquen elementos de uso frecuente y se desechen o reubiquen los no utilizados, pero que alteran el orden del puesto como tal.
- ✓ Capacitación en higiene postural y ergonomía.
- ✓ Realización de pausas activas.
- ✓ Realizar mantenimientos periódicos de la silla, que eviten el deterioro de esta.
- ✓ Se recomienda la adaptación por parte del colaborador o en su defecto del contratante, de una base para el computador, la cual permitirá la correcta posición del colaborador, reduciendo la inclinación de cuello y espalda prolongada, y permitiendo una mejor higiene postural del colaborador.
- ✓ Una vez adecuada o instalada la base del computador portátil, se hace necesaria la adaptación de un teclado que permita que este se coloque en un mismo plano con el mouse.
- ✓ Se recomienda la implementación de un descansa pies.
- ✓ Se recomienda la reubicación del bolso persona, que le permita obtener mejor espacio para realizar sus labores.

PUESTO DE TRABAJO No. 4

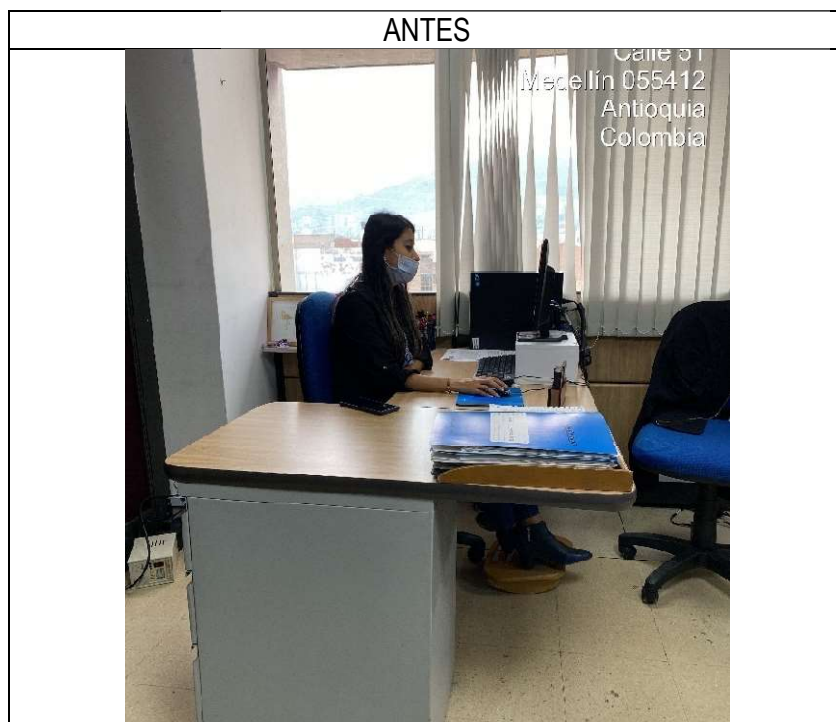
Colaborador. Katherine López Roldan

Dependencia: Secretaría General

Características del Puesto

- ✓ El plano de trabajo es dado por un escritorio diseñado en “L”, con una altura de 74cm.
- ✓ Se encuentra un puesto de trabajo en orden, sin elementos innecesarios para el desarrollo de las funciones propias del trabajo.
- ✓ Los elementos de uso frecuente se encuentran dentro del alcance de confort.
- ✓ El monitor se encuentra ubicado frente al colaborador.

- ✓ El borde superior de la pantalla se encuentra bien ubicado al nivel de los ojos, lo cual evita la flexión prolongada del cuello.
- ✓ El monitor está ubicado a una distancia aproximada de 70cm, con relación al colaborador.
- ✓ El teclado y el mouse se ubican sobre un mismo plano, ambos sobre el escritorio. El teclado se encuentra ubicado de forma perpendicular al colaborador.
- ✓ La silla posee mecanismos de graduación en altura. En buen estado.
- ✓ La silla posee espaldar completo, regulable, en buenas condiciones, con dispositivos de graduación de fácil maniobrabilidad.
- ✓ No se observa cableado disperso debajo de la mesa y sobre ésta
- ✓ Debajo de la mesa no se encuentran alojados diferentes tipos de elementos (cajas y otros) que limitan la movilidad de los miembros inferiores.
- ✓ Cuenta con descansa pies.
- ✓ No se observan brillos, reflejos en pantalla, que se pueden presentar por la entrada directa de luz natural a través de un ventanal, el cual posee una persiana para control.



	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

PLAN DE MEJORAMIENTO APLICADO

Una vez evaluada las condiciones del puesto de trabajo, se interactuó con el colaborador, y no se estableció un plan de mejora, dadas las condiciones del puesto de trabajo.

RECOMENDACIONES

- ✓ Se sugiere una jornada de orden y aseo, donde se identifiquen elementos de uso frecuente y se desechen o reubiquen los no utilizados, pero que alteran el orden del puesto como tal.
- ✓ Capacitación en higiene postural y ergonomía.
- ✓ Realización de pausas activas.
- ✓ Realizar mantenimientos periódicos de la silla, que eviten el deterioro de esta.

PUESTO DE TRABAJO No. 5

Colaborador. Janeth Astrid Gutiérrez Arboleda

Dependencia: Penal y Familia

Características del Puesto

- ✓ El plano de trabajo es dado por un escritorio recto, de poca superficie de trabajo, con una altura de 74cm. Cuenta con una división en uno de sus extremos, que no permite que el escritorio tenga una sola superficie.
- ✓ Se encuentra un puesto de trabajo debido a su tamaño, se encuentra saturado con los documentos necesarios para el desarrollo de las funciones propias del trabajo.
- ✓ Los elementos de uso frecuente se encuentran dentro del alcance más no presentan un buen confort.
- ✓ El monitor no se encuentra ubicado frente al colaborador, lo cual le exige un movimiento parcial del cuerpo para realizar su labor y atender al público,
- ✓ El borde superior de la pantalla se encuentra bien ubicado al nivel de los ojos, lo cual evita la flexión prolongada del cuello.
- ✓ El monitor está ubicado a una distancia aproximada de 70cm, con relación al colaborador.
- ✓ El teclado y el mouse se ubican sobre un mismo plano, ambos sobre el escritorio. El teclado se encuentra ubicado de forma diagonal al colaborador, y debido a la saturación del puesto de trabajo, se coloca encima de documentos, que no permiten una posición estable de este.

- ✓ La silla posee mecanismos de graduación en altura. En buen estado.
- ✓ La silla posee espaldar completo, regulable, en buenas condiciones, con dispositivos de graduación de fácil maniobrabilidad. No cuenta con apoya brazos
- ✓ No se observa cableado disperso debajo de la mesa y/o sobre ésta, pero debe ser reorganizado, instalándole una coraza que permita canalizarlos y evitar posibles enredos con los miembros inferiores
- ✓ Debajo de la mesa se encuentra una plataforma que no se utiliza, pero si genera la limitación de los movimientos de los miembros inferiores.
- ✓ No cuenta con descansa pies.
- ✓ No se observan brillos, reflejos en pantalla, que se pueden presentar por la entrada directa de luz natural a través de un ventanal, el cual posee una persiana para control. La posición de la pantalla es contraria a la ventana, la cual permite que no se genere resplandor o brillo sobre esta.
- ✓ No cuenta con el suficiente espacio para la movilidad, ya que, en la parte posterior de ella, se ubica otro puesto de trabajo que le reduce o limita sus movimientos.



PLAN DE MEJORAMIENTO APLICADO

Una vez evaluada las condiciones del puesto de trabajo, se interactuó con el colaborador, pero dadas las condiciones encontradas en el puesto, no se aplicó una mejora, para el arreglo de este puesto de trabajo se deben realizar cambios inmediatos, para el mejoramiento de la higiene postural del colaborador y para

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

evitar riesgos ergonómicos en este. Para este puesto de trabajo se hace necesario realizar los siguientes cambios

RECOMENDACIONES

- ✓ Se recomienda el cambio del escritorio completo, por uno que no cuente con dos niveles, y permita la mejor adecuación de los elementos necesarios para la realización de la labor.
- ✓ También este cambio debe eliminar el obstáculo que se encuentra en la parte inferior, que le impide el libre movimiento de sus miembros inferiores.
- ✓ Se debe realizar la reubicación de este puesto de trabajo, en un lugar que permita el libre movimiento del colaborador, y que esto ayude a mejorar sus condiciones ergonómicas y de bienestar laboral.
- ✓ Se sugiere una jornada de orden y aseo, donde se identifiquen elementos de uso frecuente y se desechen o reubiquen los no utilizados, pero que alteran el orden del puesto como tal.
- ✓ Capacitación en higiene postural y ergonomía.
- ✓ Realización de pausas activas.
- ✓ Realizar mantenimientos periódicos de la silla, que eviten el deterioro de esta.
- ✓ Se recomienda la implementación de un descansa pies.

PUESTO DE TRABAJO No. 6

Colaborador. Yaneth Quintero Salas

Dependencia: Archivo

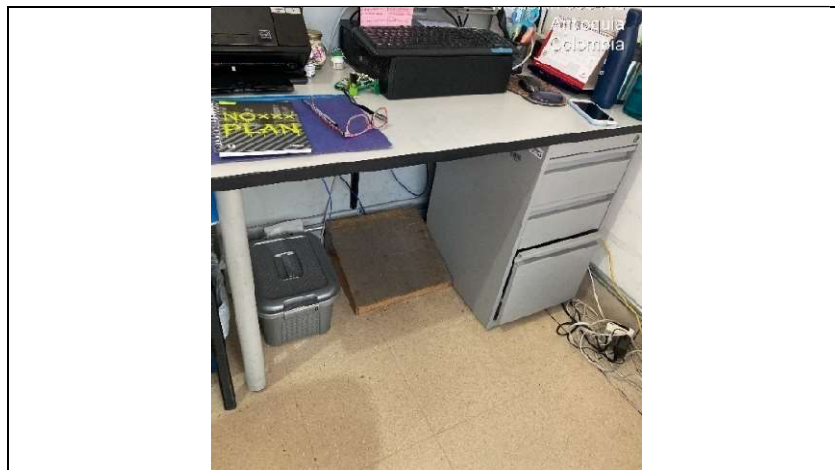
Características del Puesto

- ✓ El plano de trabajo es dado por un escritorio recto, con buena superficie de trabajo, con una altura de 74cm.
- ✓ Se encuentra un puesto saturado con los documentos necesarios para el desarrollo de las funciones propias del trabajo.
- ✓ Los elementos de uso frecuente se encuentran dentro del alcance de confort.
- ✓ El monitor se encuentra ubicado frente al colaborador, lo cual no exige un movimiento parcial del cuerpo para realizar su labor y atender al público,
- ✓ El borde superior de la pantalla se encuentra bien ubicado al nivel de los ojos, lo cual evita la flexión prolongada del cuello.

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

- ✓ El monitor está ubicado a una distancia aproximada de 70cm, con relación al colaborador.
- ✓ El teclado y el mouse se ubican sobre un mismo plano, ambos sobre el escritorio.
- ✓ La silla posee mecanismos de graduación en altura. En buen estado.
- ✓ La silla posee espaldar completo, regulable, en buenas condiciones, con dispositivos de graduación de fácil maniobrabilidad. No cuenta con apoya brazos
- ✓ Se observa cableado disperso debajo de la mesa y/o sobre ésta, pero debe ser reorganizado, instalándole una coraza que permita canalizarlos y evitar posibles enredos con los miembros inferiores. Se presenta un riesgo eléctrico debido a una conexión eléctrica que no cuenta con protección, y de esta se desprende la conexión de los equipos que se utilizan para el desarrollo de su labor (PC, repetidora de WIFI, entre otros).
- ✓ Debajo de la mesa se encuentra un cajón personal, que restringe la movilidad de los miembros inferiores.
- ✓ Cuenta con descansa pies.
- ✓ No se observan brillos, reflejos en pantalla.





PLAN DE MEJORAMIENTO APLICADO

Una vez evaluada las condiciones del puesto de trabajo, se interactuó con el colaborador, de tal manera que se aplicó el plan de mejora, logrando solucionar las condiciones ergonómicas y de higiene postural. Las medidas de mejora aplicadas fueron las siguientes.

- ✓ Se liberó el escritorio de elementos que no son necesarios para realizar las funciones propias del puesto de trabajo.
- ✓ Se retiraron los elementos que obstaculizaban los miembros inferiores debajo del escritorio
- ✓ Se realizó la desconexión del toma corriente que generaba el riesgo eléctrico, eliminando este riesgo
- ✓ Se reacomodaron los elementos que están en el escritorio, de tal manera que le permitiera una mejor ubicación de los objetos propios del trabajo, generándole un mejor confort y ambiente laboral.
- ✓ Se eliminaron los elementos que no eran necesarios (repetidora de WIFI, conexión eléctrica, cableado a lo largo del escritorio).

DESPÚES



	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

RECOMENDACIONES

- ✓ Se sugiere una jornada de orden y aseo, donde se identifiquen elementos de uso frecuente y se desechen o reubiquen los no utilizados, pero que alteran el orden del puesto como tal.
- ✓ Capacitación en higiene postural y ergonomía.
- ✓ Realización de pausas activas.
- ✓ Realizar mantenimientos periódicos de la silla, que eviten el deterioro de esta.
- ✓ Se recomienda la implementación de un descansa pies.

PUESTO DE TRABAJO No. 7

Colaborador. Liss Mayibeth Duarte Vásquez

Dependencia: Penal y Familia

Características del Puesto

- ✓ El plano de trabajo es dado por un escritorio recto, con buena superficie de trabajo, con una altura de 74cm.
- ✓ Se encuentra un con los documentos necesarios para el desarrollo de las funciones propias del trabajo.
- ✓ Los elementos de uso frecuente se encuentran dentro del alcance de confort.
- ✓ El monitor se encuentra ubicado frente al colaborador, lo cual no exige un movimiento parcial del cuerpo para realizar su labor y atender al público,
- ✓ El borde superior de la pantalla se encuentra bien ubicado al nivel de los ojos, lo cual evita la flexión prolongada del cuello.
- ✓ El monitor está ubicado a una distancia aproximada de 70cm, con relación al colaborador.
- ✓ El teclado y el mouse se ubican sobre un mismo plano, ambos sobre el escritorio.
- ✓ La silla posee mecanismos de graduación en altura. En buen estado.
- ✓ La silla posee espaldar completo, regulable, en buenas condiciones, con dispositivos de graduación de fácil maniobrabilidad. No cuenta con apoya brazos
- ✓ No se observa cableado disperso debajo de la mesa y/o sobre ésta.
- ✓ Debajo de la mesa no se encuentran objetos que restringen la movilidad de los miembros inferiores.
- ✓ No cuenta con descansa pies.

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

- ✓ No se observan brillos, reflejos en pantalla.



PLAN DE MEJORAMIENTO APLICADO

Una vez evaluada las condiciones del puesto de trabajo, se interactuó con el colaborador, y no se estableció un plan de mejora para este puesto de trabajo.

RECOMENDACIONES

- ✓ Se sugiere una jornada de orden y aseo, donde se identifiquen elementos de uso frecuente y se desechen o reubiquen los no utilizados, pero que alteran el orden del puesto como tal.
- ✓ Capacitación en higiene postural y ergonomía.
- ✓ Realización de pausas activas.
- ✓ Realizar mantenimientos periódicos de la silla, que eviten el deterioro de esta.
- ✓ Se recomienda la implementación de un descansa pies.

PUESTO DE TRABAJO No. 9

Colaborador. COPASST

Dependencia: Cocina

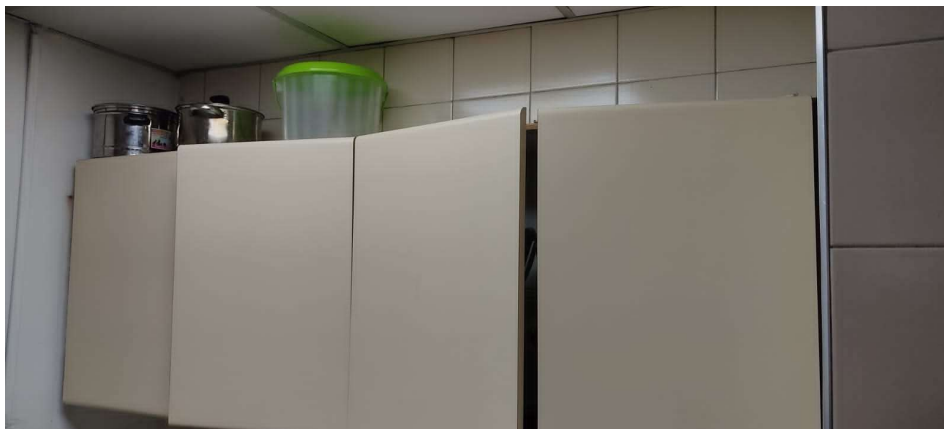
Características del Puesto

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

- ✓ El plano de trabajo es dado por un mesón con lavaplatos, con buena superficie de trabajo, con una altura de 74cm.
- ✓ Se encuentra en orden, limpio y sin objetos que obstaculicen las labores cotidianas.
- ✓ Se evidencia una mala ubicación de la cafetera, ya que esta se encuentra en una base inestable, que permite el movimiento de esta, con posibilidad de caída. Se evidencia un riesgo de golpe y quemadura al colaborador. Está ubicada sobre una base de madera la cual es un medio de propagación de incendio.
- ✓ Para alcanzar los objetos superiores el colaborador se debe levantar en un butaco de madera, el cual no contempla normas de seguridad, genera riesgo de caída.
- ✓ Las gavetas superiores se encuentran en orden y aseadas
- ✓ Las gavetas inferiores se encuentran aseadas, pero se evidencia que no se seleccionan los elementos almacenados, los alimentos están en el mismo nivel que los elementos de aseo.
- ✓ En la parte superior del techo, se encuentra un daño, el cual debe ser reparado.
- ✓ El espacio de trabajo no es el suficiente, debido al espacio que ocupa la nevera, y la posición de la puerta no le permite un buen movimiento.
- ✓ La puerta abre hacia adentro, esto no permite el uso del lavadero, ya que, al momento de abrir, genera el riesgo de golpes a la persona que se encuentre en esta zona.
- ✓ No cuenta con zona de descanso
- ✓ En la parte superior de las gavetas superiores, se evidencian objetos que se deben reubicar

ANTES





PLAN DE MEJORAMIENTO APLICADO

Una vez evaluada las condiciones del puesto de trabajo, se interactuó con el colaborador, y se estableció un plan de mejora para este puesto de trabajo, logrando la reubicación de implementos peligrosos y la organización de los alimentos y útiles de aseo, permitiendo la separación de estos.



RECOMENDACIONES

- ✓ Se sugiere una jornada de orden y aseo, donde se identifiquen elementos de uso frecuente y se desechen o reubiquen los no utilizados, pero que alteran el orden del puesto como tal.
- ✓ Capacitación en higiene postural y ergonomía.
- ✓ Realización de pausas activas.
- ✓ Se recomienda la modificación del sentido en el que se abre la puerta, teniendo en cuenta el espacio reducido en el que se ejecuta la labor
- ✓ Se recomienda cambiar la cafetera, por una que permita unas mejores condiciones, que evite una posible quemadura al colaborador, y su reubicación, que no permita que esta se caiga encima del colaborador

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

- ✓ Se recomienda la implementación de una zona de descanso para el colaborador (no debe estar en la zona de la cocina para no reducir el espacio).

PUESTO DE TRABAJO No. 10

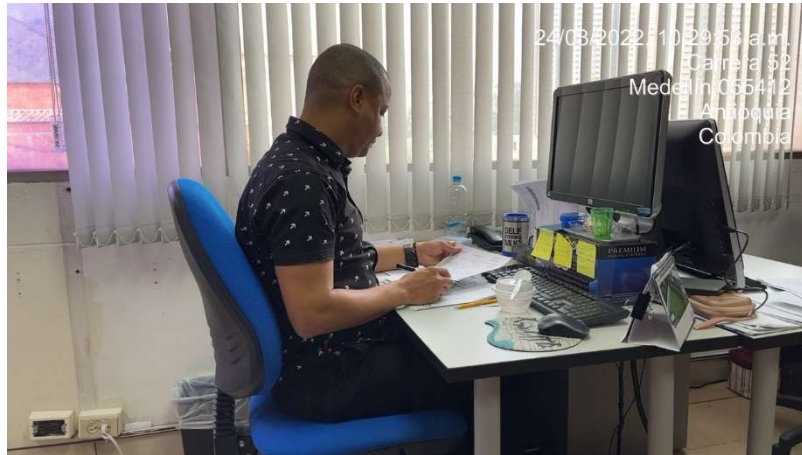
Colaborador. Jadison Bustamante Galeano

Dependencia: Colectivos y Ambiente

Características del Puesto

- ✓ El plano de trabajo es dado por un escritorio recto, con una altura de 74cm.
- ✓ Se encuentra un puesto de trabajo un poco saturado, con elementos que no son necesarios para el desarrollo de las funciones propias del trabajo.
- ✓ Los elementos de uso frecuente se encuentran dentro del alcance de confort.
- ✓ El monitor se encuentra ubicado frente al colaborador, lo cual permite una posición perpendicular a este y la atención de los usuarios que se presentan.
- ✓ El borde superior de la pantalla se encuentra bien ubicado, al nivel de los ojos, lo cual evita la flexión prolongada del cuello.
- ✓ El monitor está ubicado a una distancia aproximada de 70cm, con relación al colaborador.
- ✓ El teclado y el mouse se ubican sobre un mismo plano, ambos sobre el escritorio. El teclado se encuentra ubicado de forma perpendicular al colaborador.
- ✓ La silla posee mecanismos de graduación en altura. En buen estado. No cuenta con apoyabrazos
- ✓ La silla posee espaldar completo, regulable, en buenas condiciones, con dispositivos de graduación de fácil maniobrabilidad.
- ✓ No se observa cableado disperso debajo de la mesa y/o sobre ésta
- ✓ Debajo de la mesa se encuentran alojados algunos tipos de elementos (CPU) que limitan la movilidad de los miembros inferiores.
- ✓ Cuenta con descansa pies.
- ✓ No se observan brillos, reflejos en pantalla, que se pueden presentar por la entrada directa de luz natural a través de un ventanal, el cual posee una persiana para control.
- ✓ El punto eléctrico destinado para el puesto de trabajo, se encuentra sin protección generando un riesgo eléctrico.

ANTES



PLAN DE MEJORAMIENTO APLICADO

Una vez evaluada las condiciones del puesto de trabajo, se interactuó con el colaborador, de tal manera que se aplicó el plan de mejora, logrando solucionar las condiciones ergonómicas y de higiene postural. Las medidas de mejora aplicadas fueron las siguientes.

- ✓ Reubicación de los objetos considerados innecesarios para el buen funcionamiento del puesto de trabajo.

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

- ✓ Se realizó una inspección y eliminación de elementos de los cajones, los cuales eran innecesarios para el funcionamiento del puesto de trabajo.
- ✓ Se realizó una limpieza en el escritorio de pocillos, y objetos que se consideran innecesarios en el puesto de trabajo (Orden y aseo).

RECOMENDACIONES

- ✓ Se sugiere una jornada de orden y aseo, donde se identifiquen elementos de uso frecuente y se desechen o reubiquen los no utilizados, pero que alteran el orden del puesto como tal.
- ✓ Capacitación en higiene postural y ergonomía.
- ✓ Realización de pausas activas.
- ✓ Realizar mantenimientos periódicos de la silla, que eviten el deterioro de esta.
- ✓ Se recomienda mejorar las condiciones del punto eléctrico que permitan la mitigación del riesgo.
- ✓ Se recomienda mejorar las instalaciones eléctricas en el sentido de acomodar, alargar o reemplazar los cables, según sea necesario, para poder retirar la CPU de la parte inferior del escritorio y esto permita

PUESTO DE TRABAJO No. 11

Colaborador. Diana Patricia Londoño Parra

Dependencia: Atención al ciudadano

Características del Puesto

- ✓ El plano de trabajo es dado por un escritorio diseñado en “L”, con una altura de 74cm.
- ✓ Se encuentra un puesto de trabajo ordenado y con los elementos necesarios para el desarrollo de las funciones propias del trabajo.
- ✓ Los elementos de uso frecuente se encuentran dentro del alcance de confort.
- ✓ El monitor se encuentra ubicado frente al colaborador, lo cual permite una posición perpendicular a este y la atención de los usuarios que se presentan.
- ✓ El borde superior de la pantalla se encuentra bien ubicado, al nivel de los ojos, lo cual evita la flexión prolongada del cuello.
- ✓ El monitor está ubicado a una distancia aproximada de 70cm, con relación al colaborador.

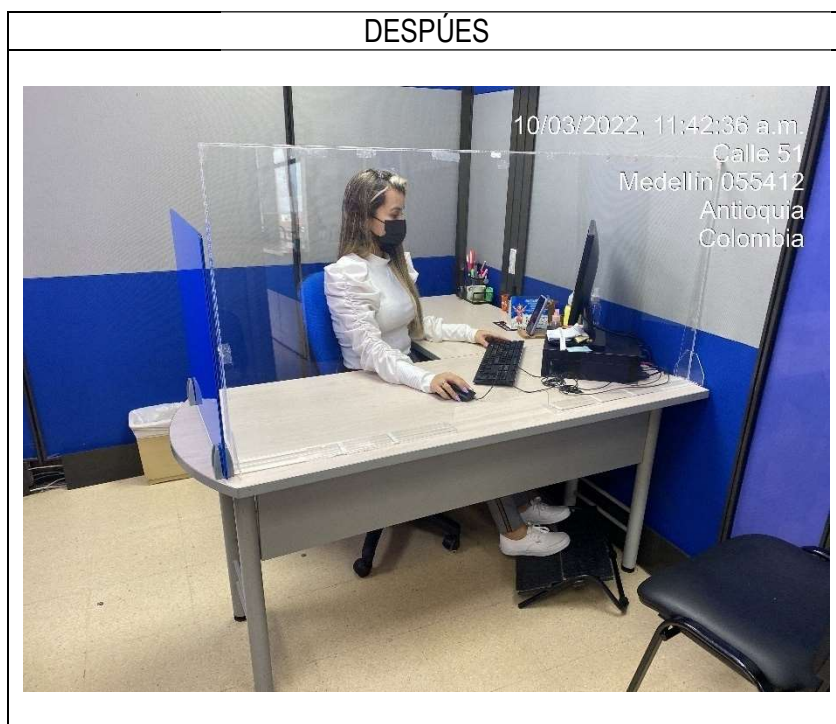
- ✓ El teclado y el mouse se ubican sobre un mismo plano, ambos sobre el escritorio. El teclado se encuentra ubicado de forma perpendicular al colaborador.
- ✓ La silla posee mecanismos de graduación en altura. En buen estado. No cuenta con apoyabrazos
- ✓ La silla posee espaldar completo, regulable, en buenas condiciones, con dispositivos de graduación de fácil maniobrabilidad.
- ✓ No se observa cableado disperso debajo de la mesa y/o sobre ésta
- ✓ Debajo de la mesa se encuentran alojados algunos tipos de elementos (cajas y otros) que limitan la movilidad de los miembros inferiores.
- ✓ Cuenta con descansapiés.
- ✓ No se observan brillos, reflejos en pantalla, que se pueden presentar por la entrada directa de luz natural a través de un ventanal, el cual posee una persiana para control.
- ✓ Las puertas de los archivadores, no funcionan, estos no cierran correctamente, lo cual ocasiona un riesgo de golpe en los miembros inferiores de los colaboradores.

ANTES



PLAN DE MEJORAMIENTO APLICADO

Una vez evaluada las condiciones del puesto de trabajo, se interactuó con el colaborador, dándole una capacitación respecto a higiene postural, y orden y aseo. Con el tema de los archivadores, no se pudo realizar un plan de mejoramiento inmediato, debido a que este proceso necesita un mantenimiento



RECOMENDACIONES

- ✓ Capacitación en higiene postural y ergonomía.
- ✓ Realización de pausas activas.
- ✓ Realizar mantenimientos periódicos de la silla, que eviten el deterioro de esta.
- ✓ Se recomienda realizar el mantenimiento de los archivadores para que este mitigue el riesgo de golpes al que se exponen los colaboradores.
- ✓ Se recomienda realizar un arreglo en el ducto del aire, ya que este genera un riesgo de caída de objetos, debido a su condición actual.

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

PUESTO DE TRABAJO No. 12

Colaborador. Lizeth Valentina López Gil

Dependencia: Derechos Humanos

Características del Puesto

- ✓ El plano de trabajo es dado por un escritorio recto, con una altura de 74cm.
- ✓ Se encuentra un puesto de trabajo ordenado y con los elementos necesarios para el desarrollo de las funciones propias del trabajo.
- ✓ Los elementos de uso frecuente, no se encuentran dentro del alcance de confort.
- ✓ El colaborador trabaja con computador personal, el cual se encuentra ubicado en la superficie del escritorio, sin una base que le permita una mejor postura para desarrollar su función
- ✓ El borde superior de la pantalla no se encuentra bien ubicado, esta por debajo del nivel de los ojos, lo cual genera la flexión prolongada del cuello.
- ✓ El monitor está ubicado a una distancia aproximada de 70cm, con relación al colaborador.
- ✓ El teclado y el mouse se ubican sobre un mismo plano, ambos sobre el escritorio. El teclado que se utiliza es el mismo del computador personal
- ✓ La silla n o es ergonómica, se utiliza una silla normal, de 4 patas, que no genera ningún confort para desarrollar una labor prolongada.
- ✓ No se observa cableado disperso debajo de la mesa y/o sobre ésta
- ✓ No se cuenta con descansa pies.
- ✓ No se observan brillos, reflejos en pantalla, que se pueden presentar por la entrada directa de luz natural a través de un ventanal, el cual posee una persiana para control.
- ✓ No cuenta con archivadores para la ubicación de los elementos de uso frecuente

DESPÚES



PLAN DE MEJORAMIENTO APLICADO

Una vez evaluada las condiciones del puesto de trabajo, se interactuó con el colaborador, dándole una capacitación respecto a higiene postural, y orden y aseo. Con el tema de la silla y del computador, no se pudo realizar un plan de mejoramiento inmediato, debido a que se necesita un proceso de adquisición de la silla ergonómica y de los demás elementos necesarios para mejorar las condiciones de higiene postural.

RECOMENDACIONES

- ✓ Realizar capacitación en higiene postural
- ✓ Realización de pausas activas.
- ✓ Se recomienda el cambio inmediato de la silla, por una que cumpla con las características ergonómicas, que brinden un confort para desarrollar una labor prolongada.
- ✓ Se recomienda dotar de un descasa pies al colaborador
- ✓ Se recomienda la adaptación por parte del colaborador o en su defecto del contratante, de una base para el computador, la cual permitirá la correcta posición del colaborador, reduciendo la inclinación de cuello y espalda prolongada, y permitiendo una mejor higiene postural del colaborador.

Una vez realizada la inspección en los puestos de trabajo de cada una de las delegaturas, se resume en las siguientes conclusiones y recomendaciones generales

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

RECOMENDACIONES GENERALES

- ✓ Se recomienda capacitación a los servidores en orden y aseo, complementado con una jornada de orden y aseo, donde se identifiquen elementos de uso frecuente y se desechen o reubiquen los no utilizados, pero que alteran el orden del puesto como tal,
- ✓ Se recomienda realizar capacitación en higiene postural a los servidores de la personería en general, de manera que se prevengan lesiones osteomusculares.
- ✓ Se recomienda la formación de líderes en pausas activas, que incentiven a la realización de estas, permitiendo la reducción del riesgo osteomuscular.
- ✓ Se recomienda incluir las instalaciones eléctricas, instalaciones locativas, escritorios, sillas, luminarias, ventilación, dentro de los programas de mantenimientos preventivos y correctivos de la personería.
- ✓ Se recomienda gestionar la recarga, señalización y ubicación de los extintores portátiles, interviniendo en la prevención de conatos de incendio.
- ✓ Se recomienda la implementación de bases refrigerantes a los contratistas que utilicen computador portátil, además utilizar un teclado y mouse adicional.
- ✓ Se recomienda dotar los puestos de trabajo identificados con descansa pies.

Una vez se evaluaron los puestos de trabajo, y se identificaron las falencias, se establecieron las siguientes necesidades para cada una de las delegaturas inspeccionadas.

Secretaria General

- ✓ Descansa pies (2 Unidades)
- ✓ Evaluar la posibilidad de la regulación del aire acondicionado.

Colectivos y Ambiente

- ✓ Descansa pies (2 Unidades)
- ✓ Silla ergonómica (1 Unidad)

Vigilancia y control

- ✓ Descansa pies (2 Unidades)

Derechos Humanos

- ✓ Descansa pies (5 Unidades)

	SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: IPT 01 Versión: 01 Fecha: 19/03/2020
---	--	---

✓ Silla ergonómica (3 Unidad)

Penal y familia

✓ Descansa pies (4 Unidades)
✓ Silla ergonómica (1 Unidad)
✓ Escritorio (1 Unidad)

Comunicaciones

✓ Descansa pies (1 Unidades)

Cocina

✓ Cafetera (1 Unidad)
✓ Escalerilla de 3 peldaños (1 Unidad)

Realizado por



YESID EDUARDO ASSIA CABALLERO
Profesional en SST



DIANA MARÍA MEJÍA TORO
Profesional Administrativo

30 de marzo de 2022