

# Trabajo a distancia

## Herramienta de verificación de condiciones de trabajo a distancia

**1** Condiciones  
Locativas

**2** Condiciones  
Ergonómicas

**3** Factores  
psicosociales

**4** Condiciones  
ambientales

**5** Riesgo  
Eléctrico

**6** Riesgo  
público

**7** Peligro  
Químico

**8** Peligro Biológico

**9** Emergencias 

**9**

## EMERGENCIAS



### A. PISTAS PARA LA VERIFICACIÓN



Para identificar los conocimientos del trabajador a distancia, a cerca de la manera de reaccionar adecuadamente (organizarse, prepararse y saber qué hacer), frente a riesgos del entorno natural o derivados de la acción humana, se sugiere preguntar los siguientes aspectos:

- ▶ ¿Conoce el entorno y tiene identificadas las amenazas o riesgos potenciales que podrían afectar su vivienda, tales como vivir cerca al mar, ríos y quebradas, el estado de construcciones aledañas, montañas, árboles, líneas de transmisión eléctrica, redes de gas, etc.?
- ▶ ¿Ha indagado con los vecinos o personas de la zona sobre emergencias ocurridas anteriormente como deslizamientos, inundaciones, sismos, tsunamis, erupciones volcánicas, incendios forestales, incendios de pastizales, entre otros?
- ▶ ¿Conoce las orientaciones básicas que usted y su familia deben seguir frente inundaciones, sismos, erupciones volcánicas, vendavales, huracanes, deslizamientos, incendios y explosiones?



Juntos optimizamos las transformaciones

## EMERGENCIAS



### Herramienta de verificación de condiciones de trabajo a distancia

- ▶ En caso de vivir en un edificio, ¿conoce las condiciones de iluminación de pasillos y escaleras, los ductos de ventilación, las escaleras de emergencia, los ascensores, las áreas comunes, entre otros?
- ▶ En caso de una emergencia (aluviones, inundaciones, sismos, etc.) ¿conoce los lugares de protección de su domicilio?
- ▶ En caso de una emergencia ¿conoce los puntos de encuentro en su barrio o entorno?
- ▶ En caso de una emergencia ¿conoce las vías de evacuación o rutas de salida?
- ▶ ¿Tiene identificados los riesgos potenciales dentro de su vivienda como uso de materiales combustibles, uso de gas propano, uso de veladoras, etc.?
- ▶ ¿Conoce las orientaciones básicas que usted y su familia deben seguir frente a posibles emergencias dentro del domicilio?



## EMERGENCIAS



### Herramienta de verificación de condiciones de trabajo a distancia



#### B. POSIBLES EFECTOS O CONSECUENCIAS

- Lesiones temporales o permanentes
- Muerte
- Traumas psicológicos
- Intoxicaciones
- Pérdidas materiales



#### C. MEDIDAS PREVENTIVAS (EMPRESA)

- Estructurar el plan de educación al trabajador y herramientas para la identificación de amenazas o riesgos potenciales del entorno natural o provocados por la acción humana, en los cuales se indique cómo responder a situaciones de emergencia durante el trabajo a distancia.
- Implementar periódicamente estrategias de sensibilización a los trabajadores frente a la identificación de los lugares de protección, zonas de seguridad y vías de evacuación o rutas de salida de los lugares destinados para el trabajo a distancia.

## EMERGENCIAS



### Herramienta de verificación de condiciones de trabajo a distancia

- Implementar periódicamente estrategias de sensibilización a los trabajadores, frente a la identificación y evaluación de los riesgos potenciales de los lugares aprobados para el trabajo a distancia.
- Disponer de canales de comunicación o atención a los trabajadores, que den apoyo u orientación en las acciones que se deben tomar en situaciones de riesgo asociados al entorno natural o provocadas por la acción humana.
- Establecer mecanismos de participación de los trabajadores a distancia, en los simulacros de situaciones de emergencia programados anualmente por las entidades nacionales.



### D. RECOMENDACIONES PARA LA AUTOGESTIÓN (TRABAJADORES)

- Elaborar un listado de todos los integrantes de la familia, sus características de salud y necesidades específicas. Asimismo, tener presente las contraindicaciones médicas de cada miembro del grupo familiar.
- Establecer un número telefónico de contacto en caso de emergencia.
- Recorrer la vivienda y su entorno para identificar las amenazas que podrían afectar la seguridad debido a su ubicación.
- Averiguar sobre las emergencias que han ocurrido en la zona donde está ubicado el domicilio e indagar sobre la posibilidad de que vuelvan a ocurrir.



## EMERGENCIAS



### Herramienta de verificación de condiciones de trabajo a distancia



#### D. RECOMENDACIONES PARA LA AUTOGESTIÓN (TRABAJADORES)

- Identificar cuál es el riesgo o amenaza más probable del entorno y establecer los pasos a seguir en caso de una emergencia (para conocer información detallada, consultar la cartilla Plan de emergencias de Positiva Compañía de Seguros).
- Priorizar y planear las acciones que se deben tomar con la familia para reducir los riesgos.
- Identificar la vía de evacuación más rápida y segura para llegar a los puntos de encuentro.
- Verificar que las personas que conviven en el hogar, conozcan los puntos de encuentro y vías de evacuación.

## EMERGENCIAS



### Herramienta de verificación de condiciones de trabajo a distancia

- ▶ Practicar el tiempo de recorrido del domicilio al punto de encuentro, considerando las características de las personas que conviven en el hogar.
  - ▶ Tener a la mano o en lugares de fácil acceso los números de emergencia.
  - ▶ Asignar funciones dentro de los integrantes de la familia para atender una situación de emergencia (identificar quién conoce de primeros auxilios, quién sabe utilizar el extintor, quién debe atender a las mascotas).
  - ▶ Dibujar junto con los ocupantes del domicilio, un plano o mapa simple (como si se le estuviera mirando desde arriba), para identificar todos los lugares de protección, vías de evacuación y zonas de peligro dentro del hogar (para conocer más información para la elaboración, consultar la cartilla Plan de emergencias de Positiva Compañía de Seguros).
- ▶ Verificar que el botiquín del domicilio cuente con los elementos básicos necesarios para auxiliar a quien lo necesite en caso de una emergencia (para identificar los elementos, por favor consultar la cartilla Plan de emergencias de Positiva Compañía de Seguros).
  - ▶ Armar un kit básico de emergencias de acuerdo con las necesidades de la familia y a las emergencias más probables. El Kit debe permitir ser autosuficiente por 72 horas en situaciones de emergencia, ya que tal vez se tenga que evacuar la vivienda y la ayuda puede demorar (para identificar los elementos por favor consultar la cartilla Plan de emergencias de Positiva Compañía de Seguros).

## 9 Peligro Biológico



### BIBLIOGRAFÍA

- Cruz Roja Colombiana. (s.f.). Plan Familiar de Emergencias en época de COVID-19. Proyecto: Fortalecimiento de la coordinación entre el sector privado, la sociedad civil y e SNGRD en Colombia para una mejor respuesta ante contextos multiamenazas.  
<https://rincondelparque.com/images/comunicados/2020-10-22-simulacro/curso-covid19-plan-familiar-grd-crc.pdf>
- European Agency for Safety and Health at Work. (2021) Home-based teleworking and preventive occupational safety and health measures in European workplaces.  
<https://osha.europa.eu/en/publications/home-based-teleworking-and-preventive-occupational-safety-and-health-measures-european-workplaces-evidence-esener-3>
- Agencia Federal para Manejo de Emergencias (FEMA). (2018). Create your family emergency communication plan.  
<https://www.ready.gov/sites/default/files/2021-04/family-emergency-communication-plan.pdf>
- Ministerio del Interior y Seguridad Pública, Oficina Nacional de Emergencias (ONEMI), Gobierno de Chile. (2015). Plan Familia Preparada.  
<https://www.onemi.gov.cl/wp-content/uploads/2016/01/Manual-Familia-Preparada.pdf>

Trabajo a   
**distancia**

Juntos optimizamos las transformaciones