

Comunidad Nacional de Conocimiento:

En prevención de peligros en
la administración pública

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**

LA ASEGURADORA
DE TODOS LOS
COLOMBIANOS

Comunidad Nacional de Conocimiento en:

**Prevención de Peligros en la
Administración Pública**

ESTRATEGIAS Y HERRAMIENTAS PARA OPTIMIZAR LA PROMOCIÓN DE LA SALUD



Experto Líder

*de la comunidad, prevención de
peligros en la administración pública*

Dayana C. Lago F.

Correo: dayanaclagof@gmail.com

Contacto: 313 8531000

Ruta de conocimiento

01

ADAPTACIÓN DE LA NORMATIVIDAD DE SST EN LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA

02

LA IDENTIFICACIÓN DE PELIGROS EN LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA

03

LOS FACTORES DE RIESGO MÁS COMUNES A LA NATURALEZA DEL TRABAJO EN LA ENTIDAD

04

GESTIÓN DE SISTEMAS DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO OCUPACIONAL

05

ESTRATEGIAS Y HERRAMIENTAS PARA OPTIMIZAR LA PROMOCIÓN DE LA SALUD

06

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN Y GESTIÓN DEL RIESGO

07

ROMPIENDO PARADIGMAS DE LA SST EN LAS ENTIDADES PÚBLICAS

08

FORMACIÓN Y CAPACITACIÓN COMO ESTRATEGIA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

09

MANEJO DEL COMITÉ DE CONVIVENCIA LABORAL EN ENTIDADES PÚBLICAS

10

HABLEMOS DE LA AUDITORÍA Y DE LA RENDICIÓN DE CUENTAS

11

ASIGNACIÓN Y COMUNICACIÓN DE RESPONSABILIDADES DEL SG-SST SEGÚN LOS DIFERENTES ROLES

12

RIESGOS ESPECÍFICOS EN EL ÁMBITO DE LA ERGONOMÍA Y LA PSICOSOCIOLOGÍA

Objetivo general

Orientar sobre buenas prácticas para la implementación de programas de promoción de la salud óptimos que sean efectivos y aporten resultados de alto impacto.



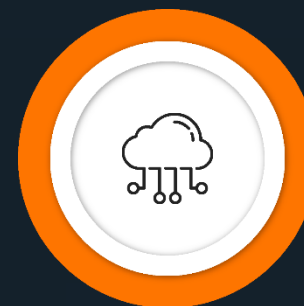
Objetivos específicos



Objetivo 1
Ejercicio de
Autoevaluación



Objetivo 2
Paso a paso de
la promoción
de salud

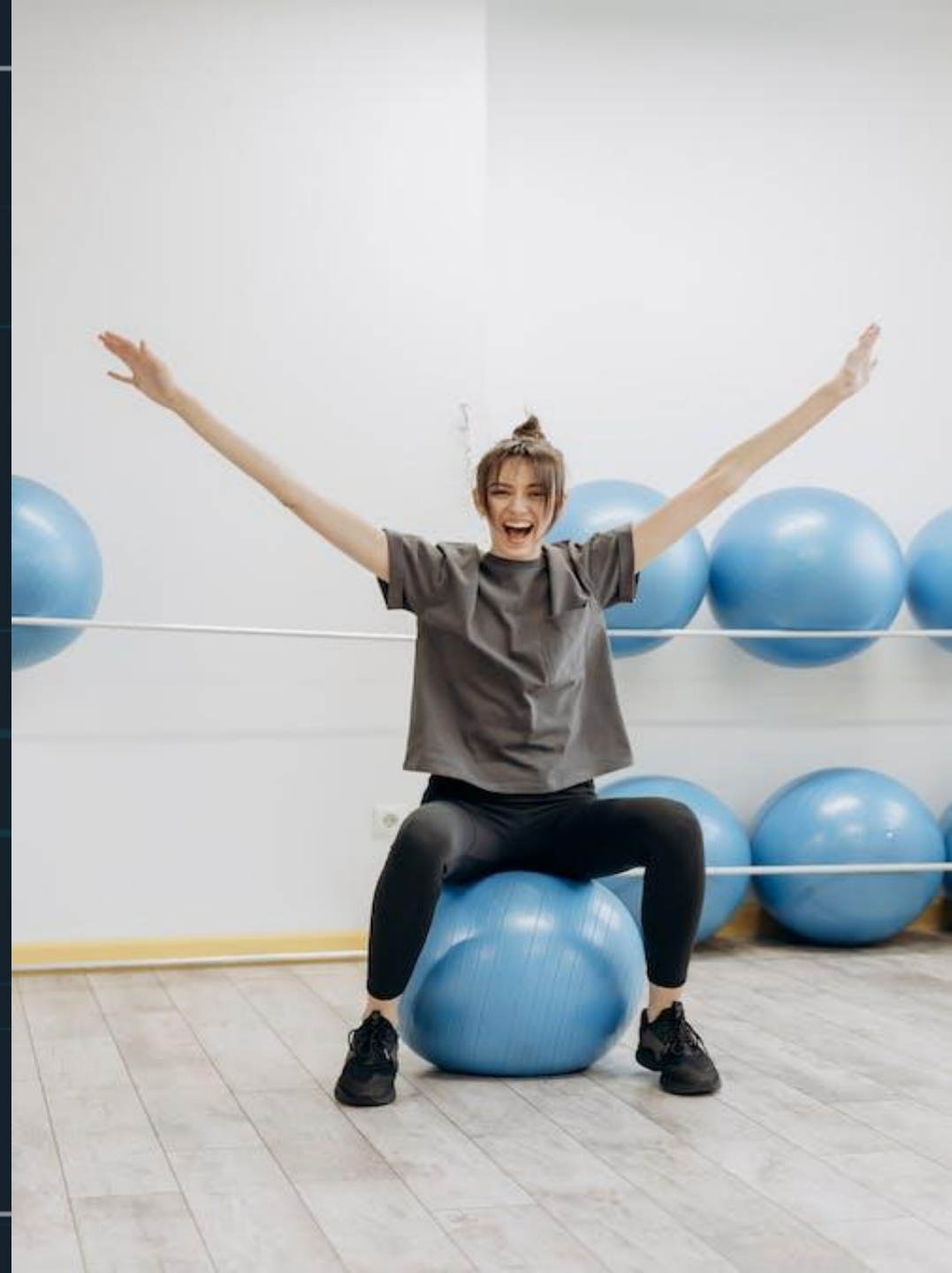


Objetivo 3
Asegurar la
coherencia y
medir el
impacto

La promoción de la salud:

Más que una prioridad, es un compromiso constante.

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



Algunos datos para iniciar:

Los empleados comprometidos tienen un 41% menos de ausentismo y son un 17% más productivos que los no comprometidos. (Gallup)

Los lugares de trabajo que promueven la salud y el bienestar pueden aumentar la productividad en un 20%. (OMS)

Las empresas que implementan programas de bienestar y promoción de la salud experimentaron una reducción del 25% en los días de enfermedad por empleado. (Universidad de Harvard)

Un estudio de la firma de consultoría Aon Hewitt en 2019 encontró que el 72% de las empresas colombianas encuestadas ofrecen programas de bienestar en el trabajo, lo que indica un creciente enfoque en el bienestar de los empleados.

Promoción de la salud: Enfoque preventivo integral

La promoción de la salud complementa el enfoque preventivo del SST, **contribuyendo a la identificación temprana de riesgos y a la adopción de medidas de prevención.**

La promoción de **hábitos saludables** actúa como **factor protector** y mejora la salud general de los empleados, **reduciendo la posibilidad de incidentes laborales.**

Beneficios de la Promoción de la Salud

- ✓ Mejora del bienestar de los empleados.
- ✓ Reducción de costos relacionados con la salud.
- ✓ Incremento de la productividad y el compromiso.

Autoevaluación

¿La empresa cuenta con una política formal de promoción de la salud que define su compromiso y objetivos en materia de bienestar de los empleados?

¿Se han establecido programas o actividades regulares para promover hábitos saludables, como ejercicios, talleres de nutrición, manejo del estrés o pausas activas?

¿La empresa proporciona a los empleados acceso a recursos y materiales de salud, como información sobre nutrición, consejos para la actividad física y apoyo en la gestión del estrés?

¿La empresa fomenta la participación activa de los empleados en las iniciativas de promoción de la salud, a través de encuestas, retroalimentación y oportunidades de liderazgo?

¿Se reconoce y celebra el compromiso de los empleados con la promoción de la salud a través de programas de incentivos, reconocimientos públicos o recompensas?



Autoevaluación

¿La empresa recopila información sociodemográfica de los empleados, como edad, género y preferencias de salud, para adaptar y personalizar las actividades de promoción de la salud de manera efectiva?

¿La empresa ofrece opciones para la actividad física durante la jornada laboral, como sesiones de ejercicio, clases de yoga o caminatas grupales?

¿Se han implementado políticas que fomenten un ambiente libre de humo y promuevan la salud respiratoria entre los empleados?

¿La empresa brinda recursos o programas de apoyo para mejorar la salud mental y el bienestar emocional de los empleados, como sesiones de mindfulness, asesoramiento psicológico o seminarios de manejo del estrés?

¿La empresa realiza un seguimiento sistemático de indicadores de salud, como la reducción de ausentismo laboral por motivos de salud, la mejora en la productividad y el impacto en los costos de atención médica, para evaluar la influencia de las iniciativas de promoción de la salud en el rendimiento financiero?



Puntuación

Cada respuesta "Sí" se puntúa con 2 puntos, y cada respuesta "No" se puntúa con 0 puntos.

- Nivel Alto de Compromiso: 15 a 20 puntos
- Nivel Medio de Compromiso: 8 a 14 puntos
- Nivel Bajo de Compromiso: 0 a 7 puntos



Interpretación

Nivel Alto de Compromiso:

La empresa muestra un alto nivel de compromiso y promoción de la salud en el lugar de trabajo. Ha implementado múltiples iniciativas y políticas para fomentar el bienestar de los empleados.

Nivel Medio de Compromiso:

La empresa tiene un compromiso moderado con la promoción de la salud, pero aún hay oportunidades para ampliar y fortalecer sus esfuerzos en ciertas áreas.

Nivel Bajo de Compromiso:

La empresa podría beneficiarse al aumentar su compromiso y esfuerzos en la promoción de la salud. Hay margen para implementar más iniciativas y políticas para mejorar el bienestar de los empleados.



Fases de la promoción de la salud



Temas en tendencia

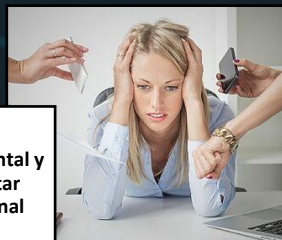
Actividad Física



Nutrición



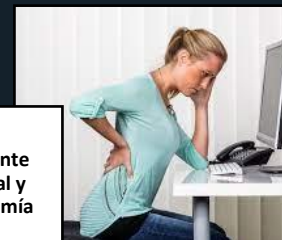
Salud Mental y Bienestar Emocional



Prevención de Enfermedades



Ambiente Laboral y Ergonomía



Equilibrio Trabajo-Vida Persona



Relaciones Interpersonales y socialización



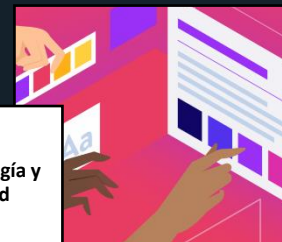
Gestión del tiempo libre



Reducción de Adicciones



Tecnología y Salud



Estrategias para optimizar la promoción de la salud:

1. Planificación Estratégica:

- Define objetivos claros y realistas para el programa de promoción de la salud.
- Establece un plan estratégico que priorice las actividades más efectivas y relevantes para tus empleados y objetivos.

2. Evaluación de Necesidades y Recursos:

- Realiza una evaluación detallada de las necesidades de salud y bienestar de tus empleados.
- Identifica los recursos disponibles internamente y considera asociaciones con proveedores externos.

3. Enfoque Basado en la Evidencia:

- Utiliza información basada en la evidencia para seleccionar intervenciones que sean más efectivas en función de tus objetivos.
- Evita actividades costosas o innecesarias que no tengan un impacto claro en la salud y el bienestar de los empleados.

4. Integración con Iniciativas Existentes:

- Busca formas de integrar el programa de promoción de la salud con otras iniciativas de la empresa, como programas de seguridad en el trabajo o actividades de equipo.
- Aprovecha recursos y esfuerzos ya en marcha para maximizar el impacto.

Estrategias para optimizar la promoción de la salud:

5. Alianzas y Colaboraciones:

- Establece alianzas con organizaciones de salud locales, proveedores de seguros o profesionales de la salud para compartir recursos y conocimientos.
- Colabora con otras empresas o instituciones para compartir costos y experiencias.

6. Uso Eficiente de la Tecnología:

- Utiliza herramientas tecnológicas, como aplicaciones de seguimiento de la salud, para promover hábitos saludables y mantener a los empleados comprometidos.
- Utiliza plataformas de comunicación en línea para difundir información y recursos de manera efectiva.

7. Comunicación Efectiva:

- Utiliza estrategias de comunicación efectivas para promocionar el programa y mantener a los empleados informados.
- Usa canales de comunicación internos, como correos electrónicos, intranet y reuniones, para difundir información.

8. Involucramiento de los Empleados:

- Fomenta la participación activa y el compromiso de los empleados en la planificación y ejecución del programa.
- Establece grupos de trabajo o comités de bienestar que ayuden a generar ideas y llevar a cabo actividades.

Aseguremos la coherencia

Algunos lineamientos institucionales que una empresa puede adoptar para garantizar que haya coherencia y apoyo efectivo a la promoción de la salud:



Política de Promoción de la Salud:

- Establecer una política formal que respalde y promueva la importancia de la salud y el bienestar de los empleados en el lugar de trabajo.



Comunicación Interna Coherente:

- Establecer una estrategia de comunicación interna que comunique consistentemente los beneficios, objetivos y actividades del programa.



Entrenamiento a líderes:

- Proporcionar capacitación a los líderes sobre cómo apoyar y fomentar la promoción de la salud entre los empleados.
- Asegurarse de que los líderes entiendan cómo las prácticas de salud se integran en las operaciones diarias.



Entorno Físico Saludable:

- Evaluar y mejorar el entorno físico del lugar de trabajo para promover la actividad física, la ergonomía y el bienestar en general.



Política de Flexibilidad Laboral:

- Implementar políticas que fomenten un equilibrio saludable entre la vida laboral y personal, como horarios flexibles, trabajo remoto y tiempo para la actividad física.

Aseguremos la coherencia

Algunos lineamientos institucionales que una empresa puede adoptar para garantizar que haya coherencia y apoyo efectivo a la promoción de la salud:



Apoyo a la Salud Mental:

- Promover la sensibilización sobre la importancia de la salud mental y reducir el estigma asociado.



Participación Activa:

- Fomentar la participación de los empleados en la planificación y ejecución del programa de promoción de la salud.
- Crear oportunidades para que los empleados aporten ideas y sugerencias.



Evaluación y Mejora Continua:

- Establecer un proceso de evaluación periódica para medir el impacto.



Reconocimiento y Recompensas:

- Implementar un sistema de reconocimiento y recompensas que celebre y motive la adopción de hábitos saludables por parte de los empleados.

Perfil del líder promotor de salud y autocuidado

1. Comunica abiertamente la importancia de la salud, así como los espacios para trabajarla.
2. Fomenta la Participación de los empleados en las iniciativas de promoción de la salud.
3. Escucha y valora las ideas y sugerencias relacionadas con el bienestar.
4. Se adapta a las necesidades del equipo y busca soluciones flexibles.
5. Ajusta el enfoque de promoción de la salud, al feedback y los resultados.
6. Reconoce el desarrollo como parte integral del bienestar y ofrece oportunidades de crecimiento y aprendizaje.
7. Crea un ambiente de trabajo que promueva el equilibrio entre la vida laboral y personal.
8. Fomenta la resolución saludable de conflictos.
9. Habla y trabaja con el equipo, sobre métodos para la gestión del estrés.
10. Reconoce y celebra los logros y esfuerzos de los empleados hacia hábitos saludables.
11. Aborda temas como la nutrición, actividad física, salud mental y manejo del estrés, en sus conversaciones con el equipo.

Medición del impacto de las acciones y programas de promoción de salud

- **Recopilación de Datos:**
 - Establecer sistemas para recopilar datos relevantes, como encuestas de salud, registros médicos y estadísticas de participación en programas.
 - Utilizar herramientas de seguimiento para medir el progreso de los empleados en relación con sus objetivos de bienestar.
- **Indicadores de Éxito:**
 - Identificar indicadores clave de éxito, como la reducción de días de enfermedad, el aumento de la participación en actividades saludables o mejoras en los niveles de estrés.
- **Análisis de Costo-Beneficio:**
 - Evaluar los costos de implementar y mantener los programas de salud en comparación con los beneficios derivados, como la reducción de costos médicos y la mejora de la productividad.

BIBLIOGRAFIA

- 1 <https://fondoriesgoslaborales.gov.co/wp-content/uploads/2018/09/01-Guia-tecnica-general.pdf>
- 2 <https://actualisalud.com/wp-content/uploads/2019/07/Protocolo-General-Prevención-Factores-de-Riesgo-Psicosocial.pdf>

PREGUNTAS

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



Disponemos para ti los
canales de atención del:

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



Educación virtual
+1.000 cursos virtuales y
Curso obligatorio cumplimiento

educavirtual@positiva.gov.co



**Educación presencial y
talleres web**
Congresos Nacionales

Positiva.educa@positiva.gov.co

Todo lo tienes con Positiva

Entra aquí, y descubre lo

<https://posipedia.com.co/>



Presentaciones
Técnicas



Juegos
Digitales



Ludo
Prevención

Positiva siempre contigo

La magia comienza aquí

<https://posipedia.com.co/>



Audios



Videos



Mailings

