

**KIT MOVILIZA**

**Una mirada hacia la eficiencia**  
en Trabajo a Distancia



**Juntos optimizamos las transformaciones**

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

**Trabajo a distancia**  
Sano y Seguro



LA ASEGURADORA  
DE TODOS LOS  
COLOMBIANOS



**Francisco Manuel Salazar Gómez**  
Presidente

**Camilo Eusebio Gómez Cristancho**  
Vicepresidente de Promoción y Prevención

**Jorge Luis Ramírez Agudelo (E)**  
Gerente de Administración del Riesgo Laboral

**Jorge Luis Ramírez Agudelo**  
Gerente de Investigación y Control del Riesgo

**Equipo técnico Vicepresidencia de Promoción y Prevención**

Clara Eugenia de los Angeles Cifuentes Piñeros  
Carolina Casas Velásquez  
Luana Betsy Polo Cortes  
James Yonatan Yazo Castro

**Realización:**  
Aplicando Soluciones en Salud, Seguridad y Trabajo S.A.S.

**Coordinadores Técnicos del proyecto:**  
Nohora Isabel Valbuena Amaris  
Alejandro Orozco Acosta

**Equipo técnico:**  
Hardwek Casallas Alfonso – Ing. Electr. Esp.  
Alejandro Orozco Acosta – TF. Mag.  
Liliana Restrepo Betancourt – Psic. Esp.  
Nohora Isabel Valbuena Amaris – TO. Mag

**Diseño y Diagramación:**  
Elvia Yolima Guzmán Pérez  
Ángela Rincón Castillo  
Gina Marcela García

**Corrector de estilo**  
María Viviana Caballero Suárez

**Para citar esta publicación:**  
Restrepo, L. (2022). ¿Cómo gestionar el cambio y fomentar la participación en el trabajo a distancia? Positiva Compañía de Seguros S.A.

Línea Positiva  
Nacional: 01 8000 111 170  
Bogotá: 330 7000  
servicioalcliente@positiva.gov.co  
www.positiva.gov.co

**Bogotá D.C., Colombia 24 de mayo de 2022**

*Todos los derechos reservados de Positiva Compañía de Seguros S.A.  
Se prohíbe la reproducción o copia total o parcial de este material sin expresa autorización.  
Se prohíbe la venta de este material; ya que es un documento técnico educativo realizado para las empresas afiliadas a Positiva Compañía de Seguros / ARL.*

**ISBN: 978-628-95501-4-6**

Esta solución hace parte del KIT MOVILIZA de la ESTRATEGIA INTEGRAL TRABAJO A DISTANCIA SANO Y SEGURO, “Juntos optimizamos las transformaciones”.

Sus contenidos están basados en la revisión técnica internacional, directrices de organismos expertos y en experiencias prácticas exitosas.

Para fortalecer tus competencias, pregunta por las soluciones desarrolladas para ti:

### **KIT LIDERA LA ESTRATEGIA**

1. Normograma trabajo a distancia
2. Etapas para implementar el trabajo a distancia
3. Estrategia para documentar un programa o procedimiento de trabajo a distancia
4. Herramienta de autorreporte y verificación de condiciones de trabajo a distancia
5. Instrumento para la medición y seguimiento del programa o procedimiento de trabajo a distancia
6. Material de sensibilización: videos y afiches
7. Guías internacionales para implementar el trabajo a distancia

### **KIT MOVILIZA**

1. ¿Cómo gestionar el cambio y fomentar la participación en el trabajo a distancia?
2. Gestión de equipos a distancia
3. El arte de la comunicación asertiva en el trabajo a distancia
4. Organización y optimización del tiempo en el trabajo a distancia
5. Una mirada hacia la eficiencia en el trabajo a distancia
6. Prácticas para lograr reuniones efectivas
7. Herramientas TIC para el trabajo no presencial

### **KIT AUTOGESTIONA**

1. Salud y Seguridad para el trabajo a distancia
2. Generalidades del trabajo a distancia
3. Salud músculo esquelética en el trabajo a distancia
4. Salud mental en el trabajo a distancia
5. Hábitos saludables en el trabajo a distancia
6. Plan familiar de emergencias: La seguridad empieza en mi hogar

### **KIT FORMADOR: APRENDE, ENSEÑA Y APLICA**

1. Estrategia Integral TRABAJO A DISTANCIA, Sano y Seguro
2. Generalidades del Trabajo a Distancia
3. La implementación del Trabajo a Distancia
4. Marco jurídico del Teletrabajo
5. Marco jurídico del Trabajo Remoto
6. Marco jurídico del Trabajo en Casa
7. Autorreporte y verificación de condiciones de trabajo
8. Salud músculo esquelética en el Trabajo a Distancia
9. Salud mental en el Trabajo a Distancia
10. Hábitos saludables en el Trabajo a Distancia

# TABLA DE CONTENIDO

<b>Introducción</b>	<b>5</b>
<b>Objetivos</b>	<b>5</b>
<b>Analizar la compañía</b>	<b>6</b>
<b>Capacitar constantemente marca la diferencia</b>	<b>7</b>
Niveles de desarrollo	<b>13</b>
Listado de competencias	<b>14</b>
<b>Multiplicar la productividad enfocándose en el bienestar</b>	<b>16</b>
1. La buena comunicación	<b>17</b>
2. Fomentar la colaboración	<b>17</b>
3. Nuestro propósito	<b>17</b>
4. ¿Cómo vamos?	<b>18</b>
5. Generar nuevos aprendizajes	<b>19</b>
6. ¡Felicitaciones!	<b>19</b>
<b>Buenas prácticas para favorecer la eficiencia</b>	<b>19</b>
1. La tecnología como un aliado	<b>20</b>
2. Reuniones virtuales	<b>20</b>
3. Prender la cámara	<b>20</b>
4. Recomendación de la semana	<b>20</b>
5. Hacer seguimiento a las tareas	<b>20</b>
6. La retroalimentación	<b>21</b>
7. Creer en la evolución	<b>21</b>
8. Socializar y fomentar la cultura organizacional	<b>21</b>
9. Atención a la salud mental	<b>21</b>
<b>Referencias</b>	<b>22</b>



## INTRODUCCIÓN

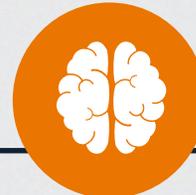
Cuando se habla de trabajo a distancia, la mayoría de las personas (líderes o implementadores de estos programas) se preguntan si es posible generar dicho cambio en las metodologías de trabajo sin abandonar la calidad o productividad de sus empresas. Esta cartilla, ayudará a comprender que un programa o procedimiento de trabajo a distancia (teletrabajo, trabajo remoto, trabajo en casa) implementado de manera organizada, concienzuda y planeada, podrá dar excelentes resultados, incluso mejores que cuando se está en modelos presenciales.

La eficiencia, confianza y productividad en el trabajo a distancia, puede generar grandes cambios en la mentalidad, no solamente de los gerentes o de la dirección, sino de cada uno de los empleados. Se ha visto que esta implementación, incrementa la atracción de talentos, mejora la calidad de vida y el bienestar de todos, así como la capacidad de fidelización o retención de los integrantes de una organización. Adicionalmente, el trabajo a distancia, genera mayor compromiso reduciendo costos para todas las partes.

## OBJETIVOS



Identificar cuáles son las principales actividades y tareas que se deben ejecutar para contar con un programa de trabajo a distancia eficiente y productivo.



Brindar herramientas y metodologías a los líderes e implementadores del programa de trabajo a distancia, que les permita generar estrategias para mantener la eficiencia durante las jornadas de trabajo en casa.

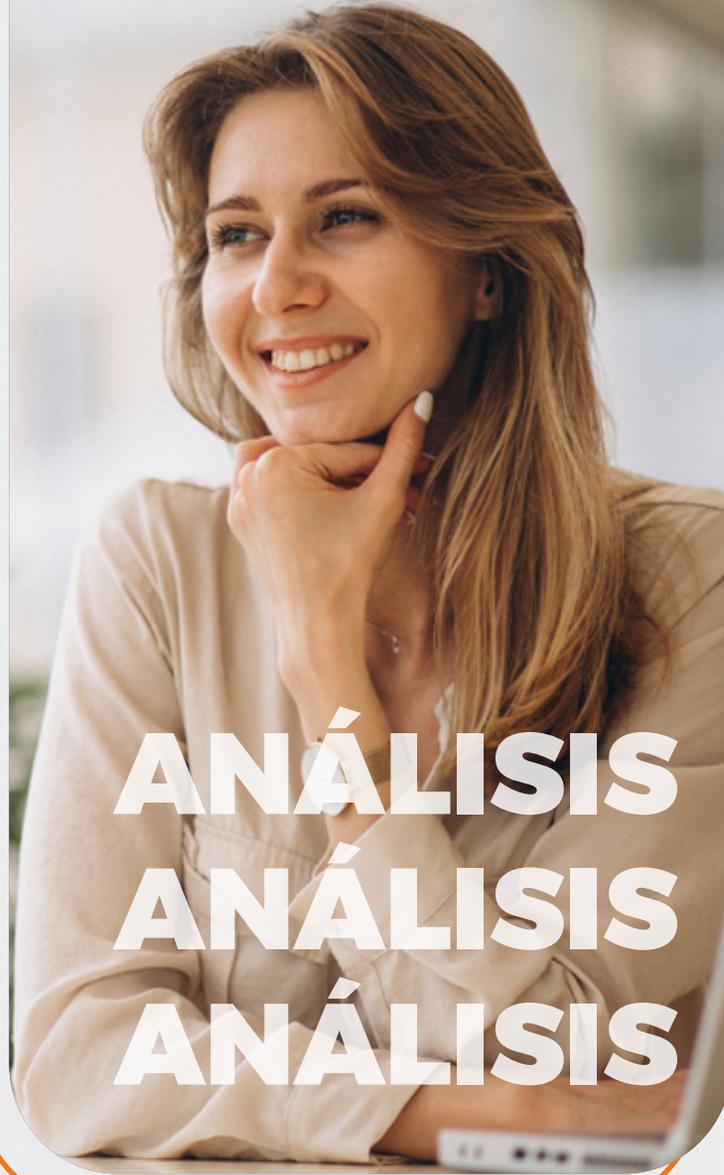
## ANALIZAR LA COMPAÑÍA

La primera tarea que tiene un líder o implementador de un programa de trabajo a distancia, es realizar un análisis de los cargos y sus respectivos perfiles, para, de esta manera, poder definir con claridad cuáles de ellos pueden tenerse en cuenta para el trabajo a distancia. De igual forma, es importante analizar de manera detallada, cómo no afectar la productividad debido a la clase o tipo de funciones.

Así mismo, cuando se está realizando dicho análisis, es fundamental realizar una evaluación objetiva del desempeño de cada empleado para poder definir si las condiciones personales e individuales del trabajador aportarán de manera positiva al programa de trabajo a distancia de la compañía.

Otro aspecto relevante que se debe evaluar, para que las personas sigan siendo eficientes durante el trabajo a distancia, es que se pueda evidenciar qué tanto conocimiento tienen los trabajadores sobre las plataformas tecnológicas que se ofrecen. En ese sentido, es importante realizar una valoración.

No esperes a que los problemas tecnológicos se presenten para revisar con detenimiento cada caso. Lo ideal es poder analizar estos temas antes de que comiences con el programa de trabajo a distancia. De esta manera, podrás anticiparte y garantizar la conectividad que genera, indiscutiblemente, la eficiencia y productividad.



ANÁLISIS  
ANÁLISIS  
ANÁLISIS

salud  
salud  
salud  
salud  
sa

## Trabajo a **distancia**



Para ver el contenido completo debes registrarte en la plataforma educativa **moodle**

<https://bit.ly/cursosvirtualeshrs>

• Posteriormente te llegarán los accesos para ingresar y acceder al material. •