

EL FUTURO ES HUMANO

PLAN NACIONAL

Multimodal 2025

Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Alegría + Aprendizaje

05



EL FUTURO ES HUMANO

Comunidad Nacional de Conocimiento para

La salud Musculoesquelética

Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Resiliencia + Asombro + Cultura del cuidado del sí



Positiva Prevención



Hacienda

Sesión 9:

Acciones esenciales para el éxito de una campaña para la promoción de la salud musculoesquelética



NOHORA ISABEL VALBUENA AMARIS

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO PARA LA SALUD MUSCULOESQUELÉTICA

 nohoravalbuena@hotmail.com

 310 6807612

TERAPEUTA OCUPACIONAL, MAGISTER EN ERGONOMÍA Y CAMBIOS TECNOLÓGICOS, ESPECIALISTA EN ERGONOMÍA, ESPECIALISTA EN ADMINISTRACIÓN DE SALUD OCUPACIONAL.

PECB CERTIFIED ISO 45001 SENIOR LEAD IMPLEMENTER



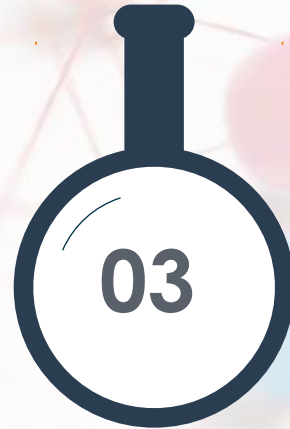
Ruta de conocimiento



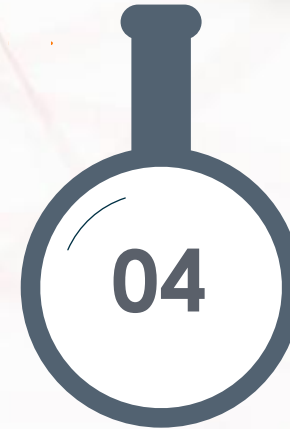
SESIÓN 1:
RECURSOS QUE PUEDEN
UTILIZAR LOS RESPONSABLES
DE SST PARA PROMOVER LA
SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA



SESIÓN 2:
LA GESTIÓN DE LÍDERES Y
MANDOS MEDIOS QUE
PROMUEVE LA SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA



SESIÓN 3:
PISTAS PARA VINCULAR AL
COPASST O VIGÍA EN LA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA



SESIÓN 4:
CLAVES EN LA VIGILANCIA
DE LA CONDICIÓN DE
SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA DE
LOS TRABAJADORES



SESIÓN 5:
LA PREVENCIÓN DE LOS
DME Y ACCIDENTES DE
TRABAJO EN LA
MANIPULACIÓN MANUAL
DE CARGAS

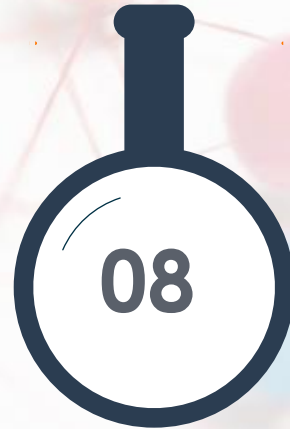
Ruta de conocimiento



SESIÓN 6:
**ESTRATEGIAS SANAS Y
SEGURAS EN LA
MOVILIZACIÓN MANUAL DE
PACIENTES**



SESIÓN 7:
**LOS HÁBITOS INDIVIDUALES
QUE MÁS IMPACTAN LA
SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA**



SESIÓN 8:
**TENDENCIAS PARA
POTENCIALIZAR LA GESTIÓN
PREVENTIVA DE LOS
PRINCIPALES DME DE
MIEMBROS SUPERIORES Y
ESPALDA**



SESIÓN 9:
**ACCIONES ESENCIALES
PARA EL ÉXITO DE UNA
CAMPAÑA PARA LA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA**



SESIÓN 10:
**CONSIDERACIONES PARA
ELEGIR LA GESTIÓN DE SALUD
MUSCULOESQUELÉTICA QUE
SE AJUSTA A LAS
NECESIDADES DE CADA
EMPRESA**

EVALUÉMONOS



Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Gratitud + Ética y sostenibilidad

**LAS CAMPAÑAS EXITOSAS NO SOLO INFORMAN SOBRE
LOS RIESGOS, SINO QUE HAN DE INSPIRAR ACCIÓN Y
PROMOVER LA PARTICIPACIÓN ACTIVA EN LA
PREVENCIÓN.**

DIGITALPREVENTOR

CONTENIDO

01 

Campaña para la promoción de
la Salud Músculo Esquelética

02 

Estrategia Integral Salud
Musculoesquelética de POSITIVA



OBJETIVOS

01

Fortalecer los conocimientos para favorecer la gestión de la salud musculoesquelética en las empresas.

02

Lograr que los participantes identifiquen aspectos a estimar en la planeación de las campañas de sensibilización para la promoción de la Salud musculoesquelética.

03

Socializar soluciones de la Estrategia Integral Salud Musculoesquelética de POSITIVA.

Campaña para la promoción de la Salud Musculoesquelética

Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campañas de sensibilización

El objetivo principal de una campaña de prevención es fomentar una cultura preventiva donde la seguridad sea una prioridad compartida por todos.
(Digitalpreventor)

El mensaje que envían las campañas «Trabajos saludables» es que la seguridad y la salud en el trabajo concierne a todos. Es bueno para ti. Es buen negocio para todos. (OSHA-EU)

CUIDA PARA CUIDAR MEJOR

Una inadecuada movilización de personas puede provocar trastornos musculoesqueléticos

Como persona responsable de la empresa, tú tienes la clave para mejorar la seguridad y salud del puesto de trabajo.

CUÍDATE PARA CUIDAR MEJOR

Como persona trabajadora, tú eres la más interesada en la mejora de la seguridad y la salud de tu puesto de trabajo.

¡Descárgate la información aquí!

CUIDAMOS PARA CUIDAR MEJOR

Como persona que asesora en prevención de riesgos laborales, tú tienes la capacidad para mejorar la seguridad y salud del puesto de trabajo.

Disponible hasta: 31-12-2021
0000 (en papel): 218-21-000-0
0000 (en papel): 218-21-000-0

Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campañas de sensibilización

Cultura preventiva - Cultura de seguridad

Conjunto de maneras de hacer y de maneras de pensar ampliamente compartidas por los actores de una organización en lo relativo al control de los principales riesgos de sus actividades. (Instituto para la cultura de la seguridad industrial ICSI - Francia)



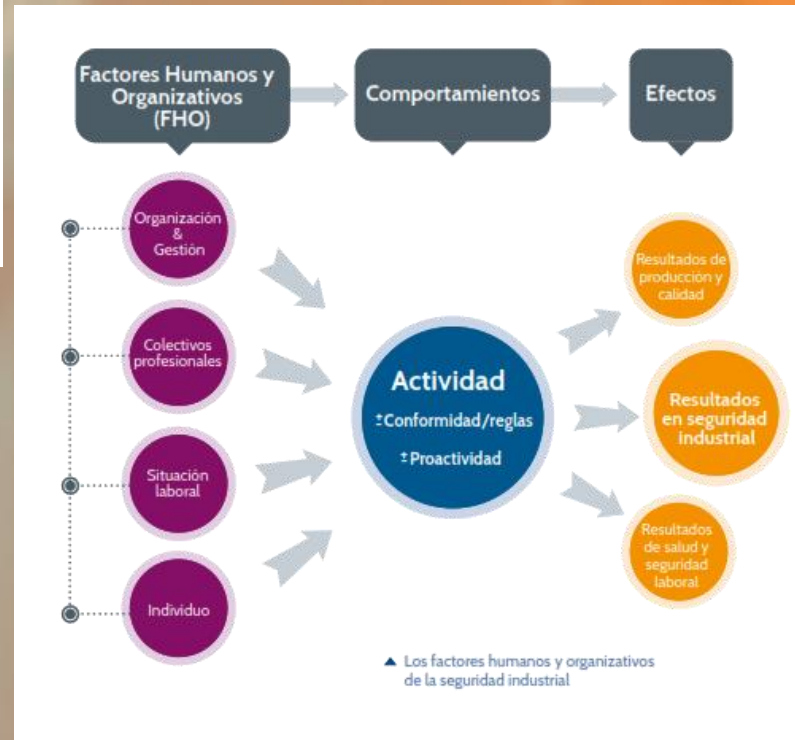
Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campañas de sensibilización



3 Pilares

Fuente: ICSI



Cultura preventiva –
Cultura de seguridad

Conjunto de maneras de hacer y de maneras de pensar ampliamente compartidas por los actores de una organización en lo relativo al control de los principales riesgos de sus actividades. (Instituto para la cultura de la seguridad industrial ICSI - Francia)

Se debe tener claro que las campañas solas no hacen milagros, seguirá primando en la gestión preventiva, la jerarquía de controles.

Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campañas de sensibilización

Planeación



Alcance
población
objetivo



Objetivos
Lo que se busca
lograr



**Descripción de la
campaña**
Acciones, medios o
canales internos o
externos



Material
A utilizar o
desarrollar



Cronograma
De Implementación



Medición
Indicadores

Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campañas de sensibilización

OSALAN
Luz de Seguridad en
Compañías y Centros de Trabajo
Instituto Vasco de
Seguridad y Salud Laborales

CAMPAÑA OSALAN KANPAINA
OCTUBRE 2020 - URRIA



OBJETIVO DE LA CAMPAÑA

Concienciar sobre la importancia de la **PREVENCIÓN** para evitar la aparición de los **trastornos musculoesqueléticos** en el ámbito laboral.

OSALAN
Luz de Seguridad en
Compañías y Centros de Trabajo
Instituto Vasco de
Seguridad y Salud Laborales

CAMPAÑA OSALAN KANPAINA
OCTUBRE 2020 - URRIA



OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

- 1 Informar sobre los trastornos musculoesqueléticos y sus causas.
- 2 Demostrar que se pueden evitar los TME adoptando medidas sencillas enfocadas a controlar problemas evitables.
- 3 Reforzar las actuaciones basadas en los principios generales de la PRL como principales medidas de prevención.
- 4 Plantear el mensaje desde una perspectiva inclusiva que involucre a todos los agentes sociales.

Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campañas de sensibilización

OSALAN
Unidad Seguros de la
Comunidad Laboral de
Seguridad y Salud Laborales

CAMPAÑA OSALAN KANPAINA
OCTUBRE · 2020 · URRIA

 **¿A QUIÉN**
NOS DIRIGIMOS?

TARGET PRINCIPAL

Empresariado, personas trabajadoras, contratadas o autónomas,
personal directivo de empresas y administraciones

TARGET TRANSVERSAL

Servicios de prevención, agentes sociales y sociedad en general

OSALAN
Unidad Seguros de la
Comunidad Laboral de
Seguridad y Salud Laborales

CAMPAÑA OSALAN KANPAINA
OCTUBRE · 2020 · URRIA

 **SLOGAN**

**SI DUELE,
YA ES TARDE**

LOS TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS EN EL
TRABAJO SE PUEDEN EVITAR.

LA SOLUCIÓN ESTÁ EN LA PREVENCIÓN.

Mensaje central de captación.
Fija la atención de manera directa
en la principal consecuencia de los
trastornos.

Mensaje informativo principal.
Comunica de dónde proviene el DOLOR y
transmite la idea fundamental de que esos
trastornos son evitables.

Segundo claim.
Incorpora un pilar de la seguridad y salud
laboral (la prevención) y muestra la solución.

Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campañas de sensibilización



LÍNEA
VISUAL

Versión Euskera



CAMPAÑA OSALAN KANPAINA
OCTUBRE · 2020 · URRIA

**SOPORTES
DE LA CAMPAÑA**

Vídeo: Youtube, web de Osalan, Redes sociales.

Exterior: Cartelería convencional

Exterior: Marquesinas, MUPIS y pantallas Metro Bilbao.

Inserciones en medios convencionales

Inserciones en medios digitales Marketing online

- Facebook
- Youtube
- Adwords
- Email Marketing (Newsletter)

Gabinete de prensa

Microsite de la campaña

Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campañas de sensibilización

Tips para el diseño del material

Videos



Fuente: <https://www.youtube.com/watch?v=UFPATaunfe8&t=54s>

- De acuerdo a tu presupuesto, proyecta las características de los videos.
- Considera la grabación de diferentes videos.
- Ten en cuenta los peligros y riesgos a los cuales está expuesta la población objetivo.
- Ten presente los síntomas y diagnósticos de DME que presentan los trabajadores de la empresa.
- Analiza la viabilidad de contar con la participación y mensajes de diferentes actores de la empresa.

Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campaña de sensibilización

Videos



Campaña "1000 maneras de prevenir" de Leroy Merlin España

Ricardo
Riesgo

Martha
Segura



Fuente: <https://www.youtube.com/watch?v=YRIUEgYZg9A&t=1s>

Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campaña de sensibilización

Tips para el diseño del material

Infografías

- Ten presente los contenidos de las soluciones de la Estrategia Integral Salud Musculoesquelética de POSITIVA.
- ¡Se creativo!, puedes inspirarte en campañas de organismos internacionales como la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo: <https://osha.europa.eu/es/tools-and-resources/infographics>



Campaña Trabajos Saludables – Relajemos las cargas (2020-2022) - prevención de los trastornos musculoesqueléticos (TME) relacionados con el trabajo (OSHA-EU)

Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campañas de sensibilización

Tips para el diseño del material

Afiches

- Puedes utilizar afiches de la Estrategia Integral Salud Musculoesquelética de POSITIVA.
- Si prefieres desarrollar tu propio material, no olvides las soluciones de la Estrategia de POSITIVA.



Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campañas de sensibilización

Tips para el diseño del material

Afiches

“Los trastornos musculoesqueléticos se pueden prevenir desde hoy mismo”
(Francia, 2025)



PRÉVENTION

« Les troubles musculosquelettiques ça s'anticipe dès aujourd'hui », la nouvelle campagne de l'Assurance Maladie

17 SEPTEMBRE 2025



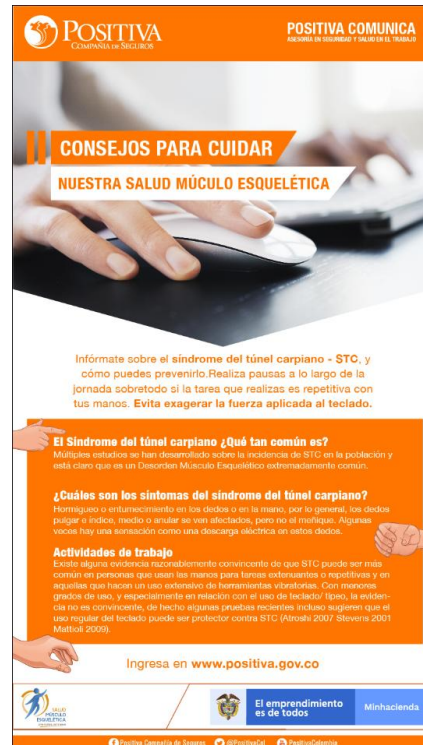
Promoción de la Salud Musculoesquelética

Las Campañas de sensibilización

Tips para el diseño del material

Mails con consejos o recomendaciones

- Utiliza material diseñado de la Estrategia Integral Salud Musculoesquelética de POSITIVA.
- Puedes inspirarte en material de la Estrategia de POSITIVA.



Estrategia Integral Salud Musculoesquelética



Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

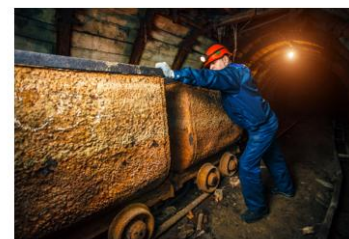
Programas y subprogramas

- Programa de Vigilancia Epidemiológica para la prevención de los desórdenes musculoesqueléticos.
- Programa de Gestión para la prevención de los desórdenes musculoesqueléticos para Mipymes.
- Programa para la prevención del síndrome del túnel carpiano
- Programa Actividades terapéuticas.
- Programa Pausas Activas.
- Programa para el control de peligros asociados a la Manipulación Manual de Cargas y Movilización Manual de Pacientes.
- Programa de estilos de vida saludables para la promoción de la salud musculoesquelética
- Subprograma para la prevención de los principales desórdenes musculoesqueléticos (miembros superiores y espalda).



SUBPROGRAMA PARA LA PREVENCIÓN DE LOS PRINCIPALES DESÓRDENES MUSCULOESQUELÉTICOS (DME)

Guía técnica de miembros superiores



SUBPROGRAMA PARA LA PREVENCIÓN DE LOS PRINCIPALES DESÓRDENES MUSCULOESQUELÉTICOS (DME)

Guía técnica de la espalda

Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

Subprograma para la prevención de los principales DME

Miembros superiores

Recursos para profesionales en SST	Estrategias preventivas y gestión de los peligros para la prevención de DME de miembros superiores (controles de ingeniería, administrativos y en el individuo) Ficha 1.1 Yo lidero la gestión preventiva Ficha 1.2 Yo lidero la gestión preventiva Ficha 1.3 Yo lidero la gestión preventiva
Recursos para jefes de equipos y mandos medios de la empresa (actividades operativas)	Ficha 2.1 Pautas para gestión preventiva de los DME de miembros superiores para jefes de equipos y mandos medios
Recursos para el Comité Paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo COPASST o Vigía	Ficha 3.1 Gestionando la salud de los miembros superiores
Recursos para los trabajadores	Claves para proteger los miembros superiores - Actividades administrativas Ficha 4.1 Trabajadores saludables en la oficina Ficha 4.2 Trabajadores saludables en la oficina Ficha 4.3 Trabajadores saludables en la oficina - Actividades operativas Ficha 5.1 Trabajadores saludables en actividades operativas Ficha 5.2 Trabajadores saludables en actividades operativas Ficha 5.3 Trabajadores saludables en actividades operativas



SUBPROGRAMA PARA LA PREVENCIÓN DE LOS PRINCIPALES DESÓRDENES MUSCULOESQUELÉTICOS (DME)

Claves para proteger los miembros superiores

Recursos para los profesionales de SST

Ficha 1.3 Yo lidero la gestión preventiva

¿Cómo sacar el mayor provecho al subprograma para la prevención de los principales DME?



1. Planear campañas de sensibilización
2. Formar a líderes o multiplicadores

Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

Subprograma para la prevención de los principales DME

Responsables SST

POSITIVA
COMPANIA DE SEGUROS

SUBPROGRAMA PARA LA PREVENCIÓN DE LOS PRINCIPALES DESÓRDENES MUSCULOESQUELÉTICOS (DME)

Claves para proteger los miembros superiores

Recursos para los profesionales de SST

Ficha 1.1 Yo lidero la gestión preventiva

¡IDENTIFICA LA ESTRUCTURA Y SOLUCIONES DEL SUBPROGRAMA DE PREVENCIÓN DE LOS PRINCIPALES DME DE MIEMBROS SUPERIORES!



shutterstock

GUIA TÉCNICA DE MIEMBROS SUPERIORES		
Recursos según el rol de cada actor de la empresa		Lo abordado
Recursos para jefes de equipos y mandos medios de la empresa (actividades operativas)	4.	Generalidades de los DME de miembros superiores - Costos de los DME para la empresa y el trabajador. Responsabilidades de los jefes de equipo y mandos medios en la promoción de la salud musculoesquelética. Gestión preventiva de los DME – Etapas: 1) planeación, 2) identificación de peligros, 3) evaluación de riesgos, 4) plan de acción, 5) adopción de medidas de control, 6) seguimiento. Jerarquía de controles – ejemplos de medidas de control. Caja de herramientas para la promoción de la salud musculoesquelética.
	5.	8 acciones a través de las cuales contribuye el COPASST o Vigía en la prevención de los DME de miembros superiores.
Recursos para los trabajadores	Actividades administrativas	Criterios ergonómicos de adaptación del mobiliario de oficina. Consejos para quienes presenten síntomas o DME de miembros superiores y realizan actividades administrativas.
	6.	Ficha 4.1 Trabajadores saludables en la oficina
	7.	Ficha 4.2 Trabajadores saludables en la oficina
	8.	Consideraciones preventivas en el uso de dispositivos móviles. Consejos preventivos para las actividades de la vida diaria.
		Ficha 4.3 Trabajadores saludables en la oficina

Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

Subprograma para la prevención de los principales DME

Recursos para profesionales en SST	Estrategias preventivas y gestión de los peligros para la prevención de DME de la espalda (controles de ingeniería, administrativos y en el individuo) Ficha 1.4 Yo lidero la gestión preventiva Ficha 1.5 Yo lidero la gestión preventiva Ficha 1.6 Yo lidero la gestión preventiva
Recursos para jefes de equipo y mandos medios de la empresa (actividades operativas)	Ficha 2.2 Pautas para gestión preventiva de los DME de la espalda para jefes de equipo y mandos medios
Recursos para el Comité Paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo COPASST o Vigía	Ficha 3.2 Gestionando la salud de la espalda
Recursos para los trabajadores	Claves para proteger la espalda - Actividades administrativas Ficha 4.4 Trabajadores saludables en la oficina Ficha 4.5 Trabajadores saludables en la oficina Ficha 4.6 Trabajadores saludables en la oficina - Actividades operativas Ficha 5.4 Trabajadores saludables en actividades operativas

Espalda

Claves para proteger la espalda

Recursos para los profesionales de SST

Ficha 1.6 Yo lidero la gestión preventiva

¿Cómo sacarle el mayor provecho al subprograma para la prevención de los principales DME?



Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

Subprograma para la prevención de los principales DME

Responsables SST



SUBPROGRAMA PARA LA PREVENCIÓN
DE LOS PRINCIPALES DESÓRDENES
MUSCULOESQUELÉTICOS (DME)

Claves para proteger la espalda

Recursos para los profesionales de SST

Ficha 1.4 Yo lidero la gestión preventiva

**¡IDENTIFICA LA ESTRUCTURA Y LAS
SOLUCIONES DEL SUBPROGRAMA DE
PREVENCIÓN PARA LOS PRINCIPALES DME DE
ESPALDA!**



shutterstock

IMAGE ID: 2488931677
www.shutterstock.com

GUÍA TÉCNICA DE ESPALDA

Recursos según el rol de cada actor de la empresa	Lo abordado
Recursos para jefes de equipos y mandos medios de la empresa (actividades operativas) 4. Ficha 2.2: Pautas para la gestión preventiva de los DME de espalda para jefes de equipos y mandos medios	Identifica las 9 claves para que logres una gestión exitosa. 1) Comprométete y lidera la gestión, 2) Asegura la participación de los trabajadores de tu área, 3) Apoya la implementación de las medidas preventivas o controles, 4) Asegura que las personas responsables implementen las medidas de prevención acordadas, 5) Permite la adaptación de los trabajadores a las nuevas condiciones de trabajo antes de establecer la eficacia de los controles, 6) Apoya la evaluación y seguimiento para la eficacia de los controles, 7) Apoya las intervenciones especializadas o por equipos externos, 8) Ayuda a documentar las lecciones aprendidas, 9) Favorece el reporte de síntomas por parte de los trabajadores.
Recursos para el COPASST o Vigía de SST 5. Ficha 3.2: Gestionando la salud de la espalda	8 acciones que ayudarán a gestionar la prevención de lesiones de espalda.
Recursos para los trabajadores Actividades administrativas 6. Ficha 4.4: Trabajadores saludables en la oficina	Consejos para cuidar la espalda y prevenir la fatiga durante el trabajo con video terminal. Consejos para controlar los síntomas musculoesqueléticos en la espalda.
7. Ficha 4.5: Trabajadores saludables en la oficina	Criterios ergonómicos para ajustar correctamente la silla. Consejos para prevenir la fatiga de la espalda.

Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

Subprograma para la prevención de los principales DME

Responsables SST



SUBPROGRAMA PARA LA PREVENCIÓN
DE LOS PRINCIPALES DESÓRDENES
MUSCULOESQUELÉTICOS (DME)

Claves para proteger los miembros superiores

Recursos para los profesionales de SST

Ficha 1.2 Yo lidero la gestión preventiva

Ten en cuenta el ciclo de gestión del riesgo para promover la prevención de los DME de miembros superiores



<https://www.shutterstock.com/es/image-vector/pharmaceutical-production-isometric-composition-view-research-1824415571>

ESTRATEGIA INTEGRAL SALUD MUSCULOESQUELÉTICA

La prevención asegura el movimiento

COPASST - VIGÍA



SUBPROGRAMA PARA LA PREVENCIÓN
DE LOS PRINCIPALES DESÓRDENES
MUSCULOESQUELÉTICOS (DME)

Claves para proteger la espalda

Recursos para el COPASST o Vigía

Ficha 3.2 Gestionando la salud de la espalda

Tu rol es esencial en la prevención de los desórdenes musculoesqueléticos, al participar en el análisis de las causas de dichas enfermedades, expones a los empleadores la presencia de peligros que afectan la **salud musculoesquelética** de la población y en consecuencia, movilizas la gestión de los controles que se deben implementar.



Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

Subprograma para la prevención de los principales DME

Jefes de equipo y Mandos medios

Claves para proteger la espalda

Recursos para jefes de equipo y mandos medios

Ficha 2.2 Pautas para la gestión preventiva

Como jefe eres el indicado para gestionar la prevención de enfermedades y lesiones de espalda, pues eres quien conoce las características del proceso y puedes entender la problemática por manipulación de cargas o tareas que puede afectar la salud de los trabajadores. Por otro lado, tienes comunicación directa con tu equipo de trabajo, de manera que puedes identificar conjuntamente aquellos peligros y asimismo, gestionar las soluciones con la gerencia.



Trabajador



SUBPROGRAMA PARA LA PREVENCIÓN
DE LOS PRINCIPALES DESORDENES
MUSCULOESQUELÉTICOS (DME)

Claves para proteger los miembros superiores

Recursos para los trabajadores

Ficha 5.1 Trabajadores saludables en actividades operativas

¡ROMPAMOS LOS MITOS!

MITO 1.

El síndrome del túnel carpiano es una enfermedad que se presenta en las mujeres y en las actividades de oficina.



<https://www.shutterstock.com/es/image-vector/workers-mine-miners-tools-uniform-working-2473704293>

Realidad

Aunque se diagnostica más en las mujeres, los hombres también pueden desarrollar Síndrome del túnel carpiano. Esta enfermedad se asocia con tareas que requieren movimientos repetitivos con aplicación de fuerza de las manos, posturas forzadas de las muñecas, exposición a vibraciones (herramientas) y frío, factores psicosociales, etc.

Identifica todo lo que puedes hacer por la salud de tus miembros superiores:

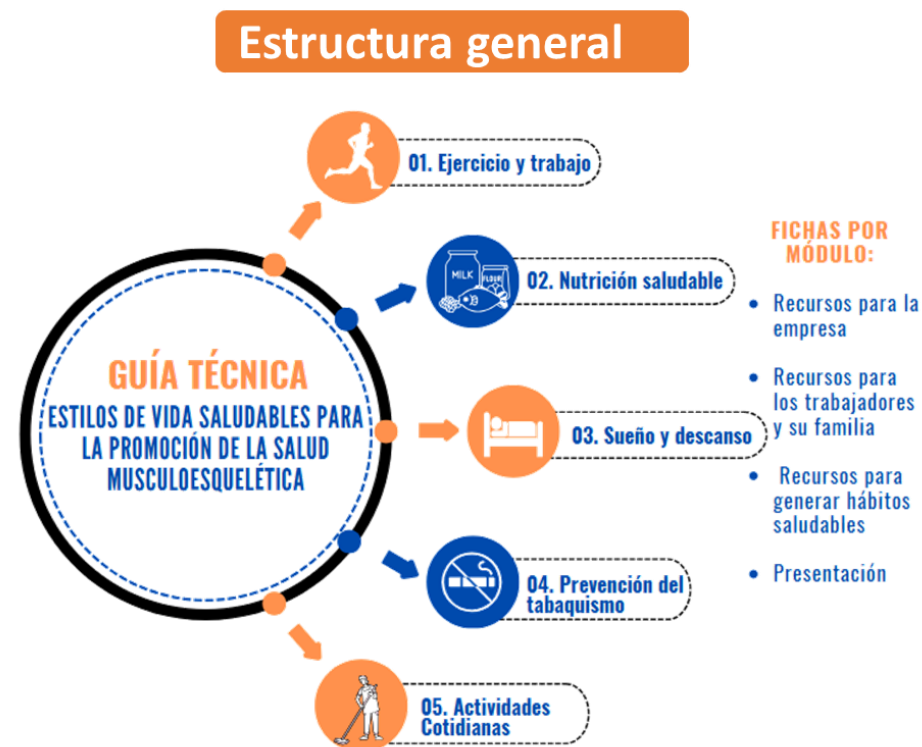
- ✓ Si trabajas sentado y tu tarea no exige aplicar fuerza o tener que observar detalles finos y realizar movimientos de precisión, ajusta la altura del asiento buscando que tus codos queden a la altura de la mesa o superficie de trabajo.
- ✓ Cuando tu tarea exija observar detalles pequeños, ajusta la silla de modo que la superficie de trabajo quede por arriba de la altura de tus codos.
- ✓ Si trabajas de pie y debes aplicar fuerza (por ejemplo en tareas de corte, reparación, etc.), la altura del plano o mesa de trabajo debe estar por debajo de tus codos para que utilices todo tu cuerpo y no solo los brazos.

ESTRATEGIA INTEGRAL SALUD MUSCULOESQUELÉTICA

La prevención asegura el movimiento

Estrategia Integral Salud Musculoesquelética

Programas de estilos de vida saludables para la promoción de la SME



BIBLIOGRAFÍA

- <https://posipedia.com.co/?s=salud+m%C3%BAsculo+esquel%C3%A9tica>
- Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo. (2020). Campaña 2020-2022 Trabajos saludables: relajemos las cargas. <https://healthy-workplaces.osha.europa.eu/es/previous-campaigns/musculoskeletal-disorders-2020-22/campaign-summary>

EVALUÉMONOS



Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Gratitud + Ética y sostenibilidad



PREGUNTAS

Recuerda que POSITIVA tiene para ti:



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



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAS



Guías



Mailings



Videos



¿Quieres profundizar tus conocimientos y
potenciar tus competencias en SST?

¡Capacítate y fortalece
la seguridad de tu empresa!

CURSOS

**VIRTUALES SG-SST
DE 50 Y 20 HORAS**

Escanea e insíbete



Para trabajadores de todas las empresas, áreas y sectores.

¡TE ESPERAMOS!



Conoce cómo

descargar los certificados de las acciones educativas

01



02





Consulta tu certificado

Descarga el certificado y/o constancia de participación a las acciones educativas Positiva.

Para iniciar el proceso de descarga debes ingresar tu número de documento (sin espacios, puntos y comas) y luego dar clic en el botón "Consultar."

Tipo de identificación
Escoge tu tipo de identificación

Numero de documento

Consultar

03





Consultar certificados

Datos del Usuario

Documento:

Nombre:

Total horas: 205

Mostrar: 10 registros

No.	Acción educativa	Fecha de Certificación	Duración en Horas	Modalidad	Descarga
1	CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL COMO ENTRENADOR LÚDICO NIVEL I	2023-05-14	8	PRESENCIAL	
2	CONGRESO TÉCNICO EN PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN 2024 BOGOTÁ MÁS POSITIVA	2024-10-16	9	PRESENCIAL	
3	CURSO VIRTUAL DE 20 HORAS ACTUALIZACIÓN DEL PROCESO EDUCATIVO VIRTUAL DE 50 HORAS 5050P	2024-04-15	20	VIRTUAL	
4	CURSO VIRTUAL DE 50 HORAS SISTEMA DE GESTIÓN DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	2023-09-05	50	VIRTUAL	

Paso 1:
Escanea el código QR

Paso 2:
Selecciona el **tipo de documento** y escribe el **número**, una vez diligenciados da clic en consultar.

Paso 3:
Encontrarás tu historial académico y podrás generar la descarga de tu certificado en el icono