

EL FUTURO ES HUMANO

PLAN NACIONAL

Multimodal 2025

Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Alegría + Aprendizaje



Positiva Prevención



Hacienda

23



POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



educa



comunica

EL FUTURO ES HUMANO

Comunidad Nacional de Conocimiento en

Trabajo a Distancia Sano y Seguro - Estrategia Integral

Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Sabiduría + Alegría + Aprendizaje

VICELAD SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA



Positiva Prevención



Hacienda

SESIÓN 10: RECURSOS PARA GESTIONAR CON EFICIENCIA EL TRABAJO A DISTANCIA



NOHORA ISABEL VALBUENA AMARIS

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO EN TRABAJO A DISTANCIA SANO Y SEGURO –
ESTRATEGIA INTEGRAL

 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:
MARATÓN EN
OBLIGACIONES Y
DERECHOS EN EL TRABAJO
A DISTANCIA



SESIÓN 2:
TENDENCIAS Y RETOS DEL
TRABAJO A DISTANCIA EN
AMÉRICA LATINA



SESIÓN 3:
BUENAS PRÁCTICAS EN LA
IMPLEMENTACIÓN DEL
TRABAJO A DISTANCIA



SESIÓN 4:
LA FLEXIBILIDAD
ORGANIZACIONAL Y EL
TRABAJO A DISTANCIA



SESIÓN 5:
CLAVES PARA AVANZAR EN EL
CONTROL Y LA CONFIANZA DE
LOS TRABAJADORES EN
MODALIDADES A DISTANCIA

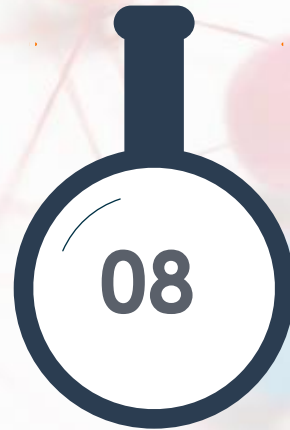
Ruta de conocimiento



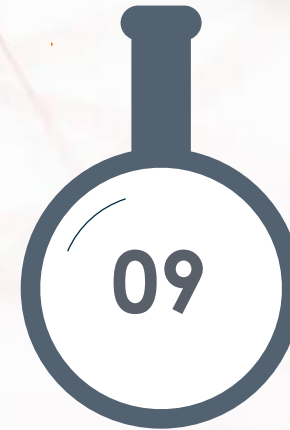
SESIÓN 6:
RECOMENDACIONES Y
HÁBITOS SALUDABLES EN EL
USO DE LAS TICS EN EL
TRABAJO A DISTANCIA



SESIÓN 7:
LA GESTIÓN DEL
CONOCIMIENTO EN EL
TRABAJO A DISTANCIA



SESIÓN 8:
NUEVAS PERSPECTIVAS EN
SALUD Y SEGURIDAD EN EL
TRABAJO A DISTANCIA



SESIÓN 9:
LA GESTIÓN ORIENTADA EN
RESULTADOS EN EL TRABAJO
A DISTANCIA



SESIÓN 10:
RECURSOS PARA
GESTIONAR CON
EFICIENCIA EL TRABAJO A
DISTANCIA

EVALUÉMONOS



Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Gratitud + Ética y sostenibilidad

EL TELETRABAJO YA NO ES SOLO UNA PRÁCTICA DE FLEXIBILIDAD DESEADA POR LA EMPRESA, SE HA CONVERTIDO EN UN «ESTILO DE VIDA»...
LOS EMPLEADORES Y LOS DEPARTAMENTOS DE RH SON EN GRAN MEDIDA RESPONSABLES DE LA INDIVIDUALIZACIÓN Y LA INVISIBILIZACIÓN DEL TRABAJO REAL..., ASÍ COMO DE LA DESINTEGRACIÓN DE LAS COMUNIDADES DE TRABAJO.

LAURENT TASKIN, 2025

CONTENIDO



01

Trabajo a distancia. Los estudios evidencian la gestión requerida



02

Estrategia Integral Trabajo a Distancia Sano y Seguro



OBJETIVOS

01

Fortalecer los conocimientos para favorecer la planeación e implementación de modalidades de trabajo a distancia

02

Lograr la identificación de evidencias que refuerzan aspectos claves para implementar las modalidades de trabajo a distancia

03

Reforzar habilidades para gestionar las modalidades de trabajo a distancia.

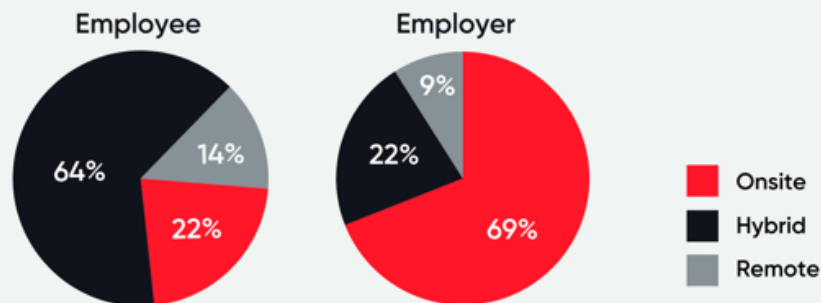
Trabajo a distancia. Los estudios evidencian la gestión requerida

Trabajo a distancia. Los estudios evidencian la gestión requerida

Preferencias en modalidades de trabajo

Employees Prefer Hybrid Work When Given the Choice of Their Working Arrangements

Where employees work by who makes the decision:



Source: 2025 European Workforce Study. Analysis of industries where employees are relatively free to choose where they work: tech, finance, and professional services.

Great Place To Work®

Se evidencian diferencias marcadas entre lo que desean los empleadores y los colaboradores.

25.000 empleados
19 países

Trabajo a distancia. Los estudios evidencian la gestión requerida

Impacto del trabajo híbrido

Mejor apoyo para la salud psicológica y más altos niveles de innovación

25.000 empleados
19 países

Hybrid Work Arrangements Support Psychological Health and Drive Innovation

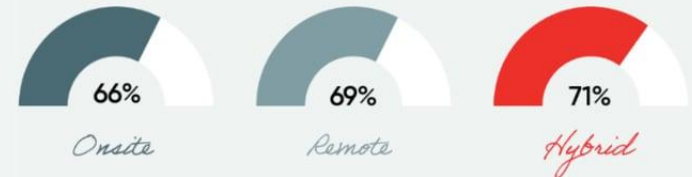
Hybrid work balance flexibility and collaboration, creating an environment where employees thrive.

Have psychologically healthy workplaces



% Agree - "This is a psychologically and emotionally healthy place to work" by mode of work

Innovation is encouraged and celebrated



% Agree - "Had meaningful opportunities to develop new and better ways of doing things" by mode of work in industries where employees are relatively free to choose where they work (tech, professional services and finance)

Source: 2025 European Workforce Study. Analysis of industries where employees are relatively free to choose where they work: tech, finance, and professional services.

Great Place To Work®

Trabajo a distancia. Los estudios evidencian la gestión requerida

Correlación entre liderazgo y trabajo flexible

¿Acaso el impulso hacia el trabajo presencial a tiempo completo es, en realidad, un síntoma de la insuficiente inversión en el desarrollo del liderazgo y la gestión?

Successful Workforce Flexibility Is a Product of High-Trust Leadership

Employees in high-trust environments experience more flexibility at work.



Source: Great Place To Work surveyed nearly 25,000 employees around Europe as part of the 2025 European Workforce Study.

Great Place To Work®

Trabajo a distancia. Los estudios evidencian la gestión requerida

Correlación entre liderazgo y trabajo flexible

Es necesario redefinir la flexibilidad para que abarque la libertad de elección y la confianza. Es indispensable ayudar a los directivos a realizar este cambio fomentando el establecimiento de límites, la construcción de confianza y centrándose en los resultados, no en el presentismo.

El Índice de Buen Trabajo 2025 del CIPD reveló que los trabajadores con baja autonomía laboral tienen más probabilidades de reportar estrés, desvinculación y baja productividad

CIPD - Cuerpo profesional de recursos humanos y desarrollo de personas de Reino Unido

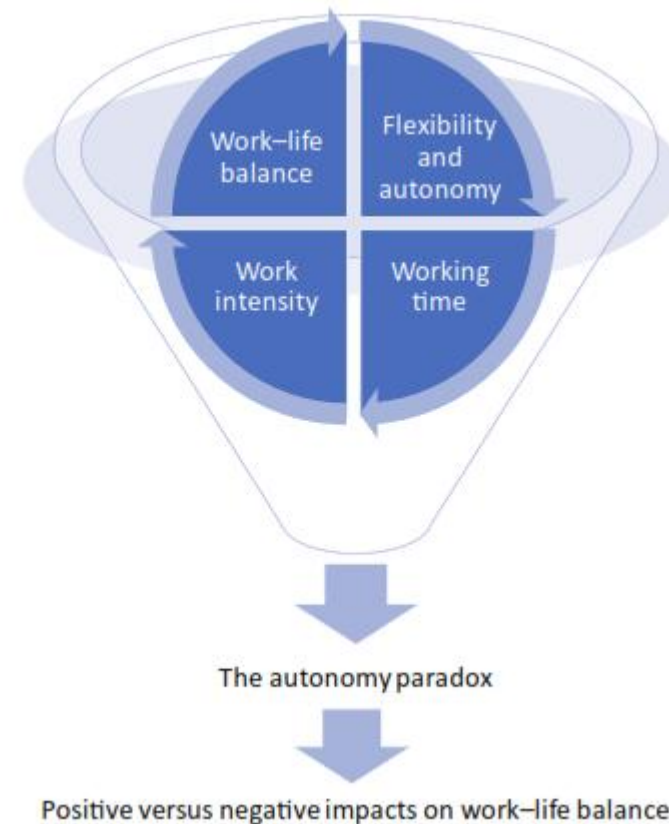


Fuente: Insight Media, 2025

Trabajo a distancia. Los estudios evidencian la gestión requerida

Flexibilidad, autonomía e intensificación del trabajo

El estilo de gestión y la cultura corporativa juegan un papel importante en el impacto que las TIC tienen en la intensificación del trabajo, el tiempo de trabajo y el equilibrio entre la vida laboral y personal.



Fuente: Eurofound, 2020

Trabajo a distancia. Los estudios evidencian la gestión requerida

Pistas para fortalecer la eficiencia

1. Fortalecimiento de habilidades en gestión y liderazgo ajustadas
2. Proyección de un plan para lograr la colaboración del equipo – estructura y acciones (carta de equipo)
3. Fortalecimiento del colectivo de trabajo y su identidad con la organización
4. Gestión del conocimiento
5. Reflexión sobre los logros y adaptación
6. Mejoramiento



Estrategia Integral Trabajo a Distancia Sano y Seguro



Estrategia Integral Trabajo a Distancia Sano y Seguro

30 Soluciones

ESTRATEGIA INTEGRAL TRABAJO A DISTANCIA SANO Y SEGURO

KIT LIDERA LA ESTRATEGIA

7 soluciones claves para apoyar al equipo coordinador en la

- Planeación
- Documentación
- Cumplimiento normativo de las modalidades de trabajo a distancia

(Talento Humano, área Jurídica, TIC, Coordinación SG-SST)

KIT MOVILIZA

7 recursos con pautas y lineamientos concretos para

- Líderes • Jefes • Supervisores

Ayudan a gestionar:

- El cambio en las organizaciones Favorecen el trabajo colaborativo y el desempeño de los equipos a distancia
- Las competencias y habilidades requeridas
- La salud mental
- Aprovechamiento de las TIC.

KIT AUTOGESTIONA

6 guías estratégicas pensadas para los trabajadores y servidores en modalidades a distancia.

Favorecen:

- La promoción de la salud músculo esquelética y mental
- La autogestión de los peligros y riesgos
- Prevenición y actuación ante emergencias
- los estilos de vida y trabajo saludables

KIT FORMADOR: APRENDO, ENSEÑO Y APLICO

10 módulos de formación para que los líderes del equipo puedan implementar jornadas de formación y sensibilización en:

- El marco legal de las diferentes modalidades
- Generalidades del trabajo a distancia
- Evaluación de las condiciones de trabajo
- Salud mental
- Salud Músculo esquelética
- Estilos de vida y trabajo saludable

Estrategia Integral Trabajo a Distancia Sano y Seguro

Kit Lidera la Estrategia



POSITIVA
COMPANIA DE SEGUROS

Juntos optimizamos las transformaciones

Trabajo a Distancia

INSTRUMENTO DE MEDICIÓN Y SEGUIMIENTO DEL PROGRAMA DE TRABAJO A DISTANCIA
(TELETRABAJO, TRABAJO REMOTO, TRABAJO EN CASA)

RAZÓN SOCIAL DE LA EMPRESA
INDUSTRIAS ACME SAS

Instructivo ☐

Instrumento trabajadores a distancia ☐

Base de datos Instrumento trabajadores a distancia ☐

Consolidado Instrumento trabajadores a distancia ☐

Instrumento jefes, líderes, supervisores ☐

Base de datos Instrumento jefes, líderes, supervisores ☐

Consolidado Instrumento jefes, líderes, supervisores ☐

Instrumento no trabajadores a distancia ☐

Base de datos Instrumento no trabajadores a distancia ☐

Consolidado Instrumento no trabajadores a distancia ☐

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

Coordinadores Técnicos del proyecto
Nohora Isabel Valbuena Amaris
Alejandro Orozco Acosta

Equipo técnico
Alejandro Orozco Acosta – TF. Mag.
Leonardo Sánchez Buitrago - DI. Esp.
Nohora Isabel Valbuena Amaris – TO. Mag.

	Aspecto	Prioridad 1		Prioridad 2		Prioridad 3	
		No.	%	No.	%	No.	%
9. Seleccione tres aspectos que representan los más grandes retos para la empresa/entidad, en el contexto actual de implementación del trabajo a distancia (teletrabajo, trabajo remoto, trabajo en casa), y priorícelos de 1 a 3 de acuerdo con la importancia que tienen para usted.	a. Apoyo de la alta dirección	2	50%	0	0%	1	25%
	b. Política de desconexión laboral	0	0%	1	25%	0	0%
	c. Formación para la gestión de equipos a distancia	1	25%	0	0%	2	50%
	d. Formación en competencias y habilidades para el trabajo a distancia	0	0%	0	0%	0	0%
	e. Clima de trabajo	0	0%	2	50%	0	0%
	f. Organización del trabajo (carga de trabajo, productividad, gestión del tiempo y de prioridades, etc.)	0	0%	0	0%	0	0%
	g. Apoyo dado por el líder o el jefe del equipo	1	25%	0	0%	0	0%
	h. Apoyo de los compañeros de trabajo	0	0%	0	0%	0	0%
	i. Desempeño, retroalimentación	0	0%	0	0%	1	25%
	j. Comunicación con el líder o el jefe del equipo	0	0%	0	0%	0	0%
	k. Colaboración y comunicación con los compañeros de trabajo	0	0%	1	25%	0	0%
	l. Conocimiento de las herramientas tecnológicas de trabajo a distancia	0	0%	0	0%	0	0%
	m. Fiabilidad de las herramientas tecnológicas para el trabajo a distancia	0	0%	0	0%	0	0%
	n. Adaptación del ambiente físico de trabajo	0	0%	0	0%	0	0%
	o. Sentido de pertenencia	0	0%	0	0%	0	0%

Estrategia Integral Trabajo a Distancia Sano y Seguro

Kit Lidera la Estrategia

Instrumento para trabajadores a distancia

- Organización del trabajo
- Cambios suscitados
- Eficacia en el trabajo
- Satisfacción global
- Impacto en la salud e Índice de bienestar (OMS)
- Principales retos

1. Valore el nivel de organización del trabajo respecto a la distribución y asignación de tareas, la coordinación por sus jefes, etc. en el programa de trabajo a distancia	2. De acuerdo con su experiencia, ¿de qué manera los aspectos siguientes cambiaron con el trabajo a distancia (teletrabajo, trabajo remoto, trabajo en casa)?							
	Carga de trabajo	Tiempo de trabajo (Número de Horas)	Frecuencia y/o pertinencia de encuentros	Eficacia de las comunicaciones	Número de correos	Número de llamadas	Encuentros informales	Apoyo técnico y asistencia informática
1	2	3	4	4	5	6	7	8
1	1	2	3	4	5	6	7	8
0	1	2	3	4	5	6	7	8

Estrategia Integral Trabajo a Distancia Sano y Seguro

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

Estrategia Integral Trabajo a Distancia Sano y Seguro



- Gestión organizacional
- Planeación e implementación
- Marco jurídico
- Eficiencia en el trabajo a distancia
- Gestión de la SST
- Salud musculoesquelética
- Salud mental
- Hábitos saludables – autocuidado...

<https://posipedia.com.co/comunidades/trabajo-a-distancia-sano-y-seguro-estrategia-integral/>

BIBLIOGRAFÍA

- Radstand (2025). Un nuevo estándar en los lugares de trabajo.
<https://www.randstad.es/contenidos360/estudios-e-informes/workmonitor/>
- <https://posipedia.com.co/?s=salud+m%C3%BAsculo+esquel%C3%A9tica>

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

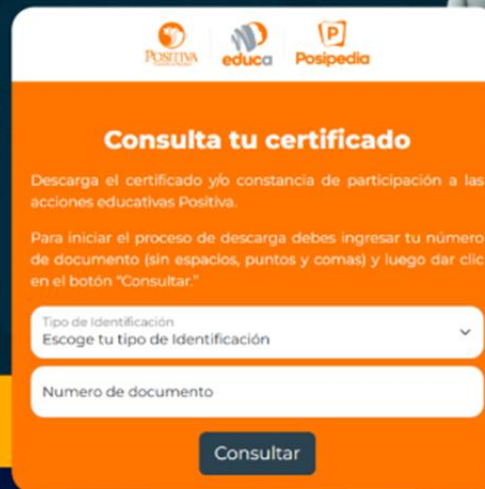
descargar los certificados de las acciones educativas

01



Paso 1:
Escanea el código QR

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."

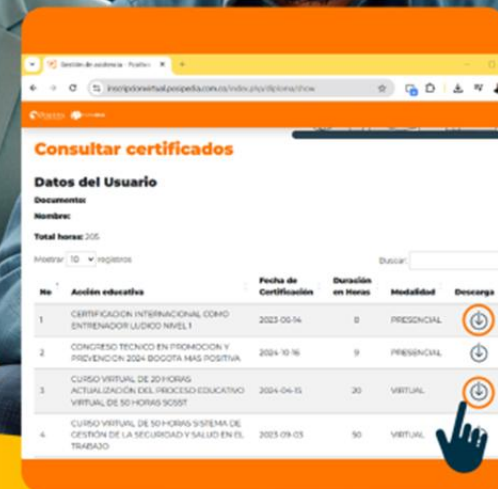
Tipo de identificación
Escoge tu tipo de identificación

Número de documento

Consultar

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

03



Consultar certificados

Datos del Usuario

Documento:
Número:
Total horas: 205

No.	Acción educativa	Fecha de Certificación	Duración en Horas	Modalidad	Descarga
1	CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL COMO ENTRENADOR LÚDICO NIVEL I	2023-05-14	0	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 3:
Encontrarás tu historial académico y podrás generar la descarga de tu certificado en el icono



**¡CONÉCTATE
A NUESTRO CANAL
de WhatsApp!**

POSITIVA PREVENCIÓN



Descubre campañas, novedades y tips en Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) que te ayudarán a fortalecer tu bienestar y la cultura de prevención laboral.

**¡Únete y sé parte de la
comunidad de Positiva!**