



POSITIVA
COMPANIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

EL FUTURO ES HUMANO

PLAN NACIONAL

Multimodal 2025

Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Alegría + Aprendizaje



Positiva Prevención



Hacienda

25



EL FUTURO ES HUMANO

Comunidad Nacional de Conocimiento

Formador de Formadores Aplicado en Prevención

Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Sabiduría + Alegría + Aprendizaje



Positiva Prevención



Hacienda

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL COMO ENTRENADOR LÚDICO NIVEL 1



PABLO JOSE PINTO ARIZA

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO FORMADOR DE FORMADORES APLICADO EN PREVENCIÓN



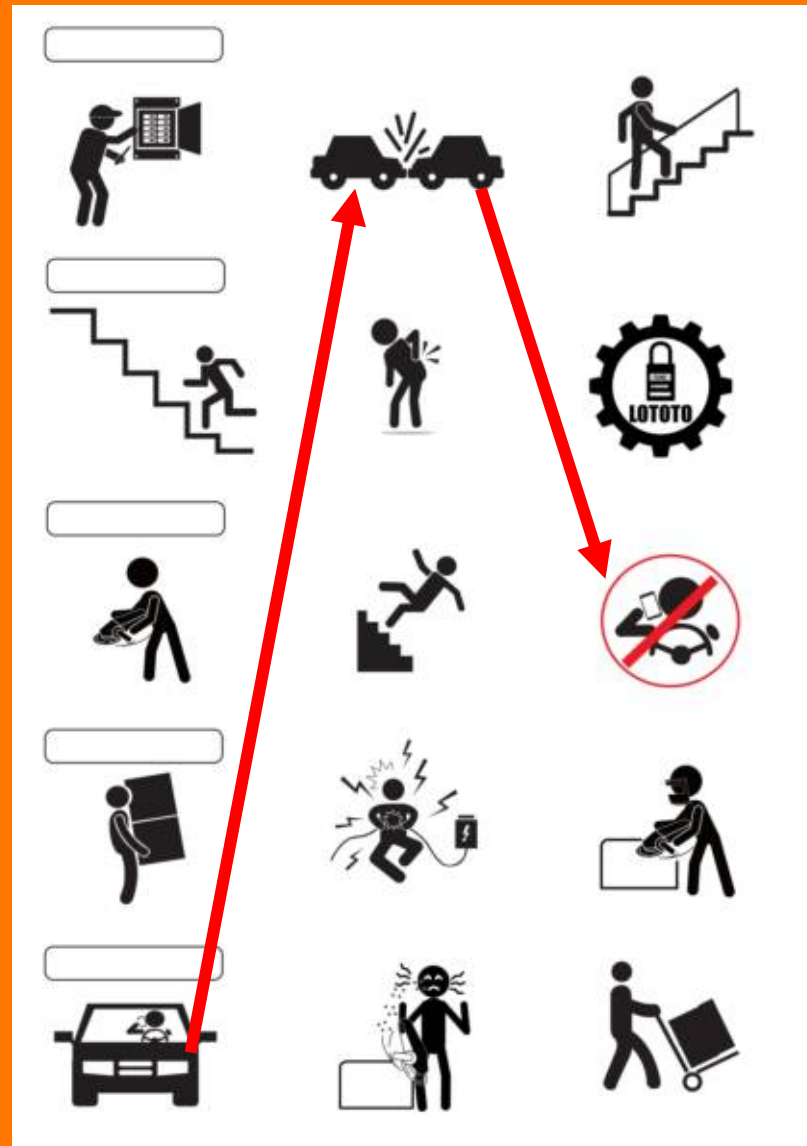
pablojpinto@gmail.com



+51999302680

INGENIERO AMBIENTAL, MASTER EN DOCENCIA UNIVERSITARIA, MASTER EN SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO, AUTOR DEL LIBRO: MANUAL DEL ENTRENADOR LÚDICO EN SST





MATRIZ DE PELIGROS Y RIESGOS																								
PROCESO	ZONA/ LUGAR	CARGO	ACTIVIDAD	TAREA	CLASIFICACIÓN		PELIGRO (fuente, situación o acto)		EFECTOS POSIBLES		CONTROL EXISTENTES			EVALUACIÓN DEL RIESGO					VALORACIÓN DEL RIESGO		EXPUESTOS			
					Repetición	Frecuencia	Descripción	Clasificación	Salud	Seguridad	Fuente	Medio	Individuo	Nivel de Detonancia (ND)	Nivel de Exposición (NE)	Nivel de Probabilidad (NP)	Interacción del Nivel de Probabilidad	Nivel de Consecuencia	Nivel de Riesgo e Intervención (NI)	Valoración del Nivel de Riesgo	Planificación	Prevalencia	Conductas	
OPERATIVO	No definida	Técnico administrativo	Elaboración de documentos e informes	Digitación y archivo	4		Posturas prolongadas, mantenidas, forzada y anti	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias		Ninguno	Sillas ajustables	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Movimiento repetitivo	Biomecánicas	Tendinitis, síndrome del túnel del carpo		Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Manipulación de cargas	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias		Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Iluminación (luz visible por exceso o deficiencia)	Físico	Disminución de la agudeza visual		Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
							Hongos	Biológico	Enfermedades de la piel		Ninguno	Ninguno	Uso de guantes y tapabocas	6	4	24	ALTO	10	240	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Loceros (sistema y medios de almacenamiento de la información)	Condiciones de Seguridad	Caidas a nivel, laceraciones, contusiones		Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
							Características de la organización del trabajo	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores musculares		Ninguno	Ninguno	Dinámicas de integración	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0
	Condiciones de la tarea (carga mental, métodos de trabajo)	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores		Ninguno	Ninguno	Capacitación en autocuidado	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0						

1. Soy de Santa Marta

2. Vivo en Perú desde hace 12 años

3. Tengo 1 solo riñón

**4. Perdí Mecánica de Fluidos
en la Universidad**

5. Sé hablar inglés

6. Me gusta el fútbol



POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

**¿Cómo aprendiste a
dictar capacitaciones?**

¿Cómo se llama la
ciencia de la
educación para
Adultos?





POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

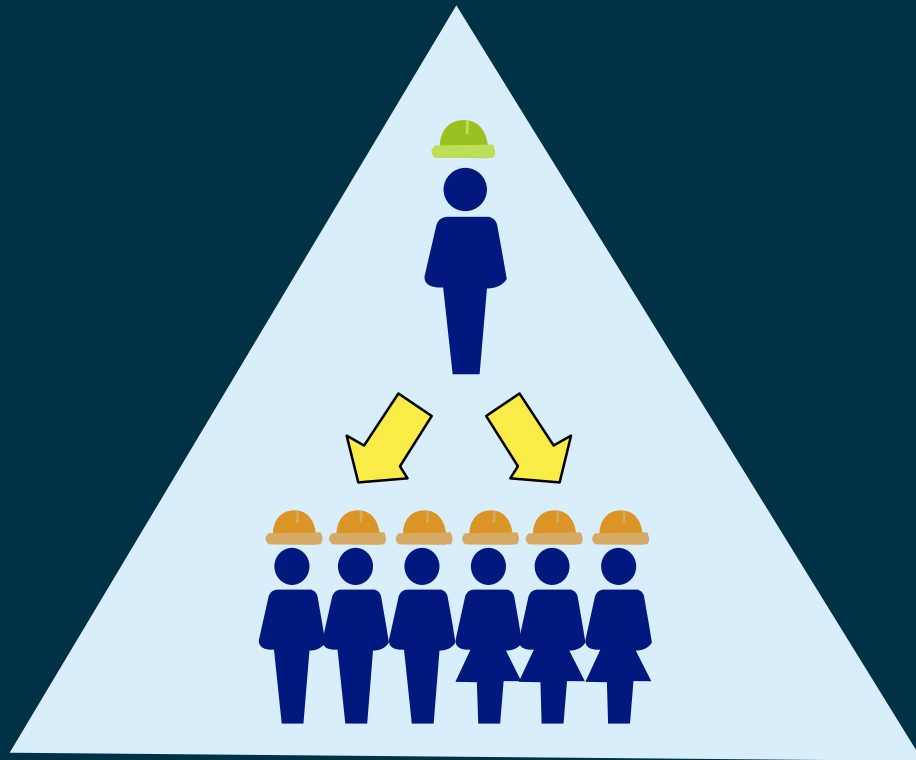
suma 5.0



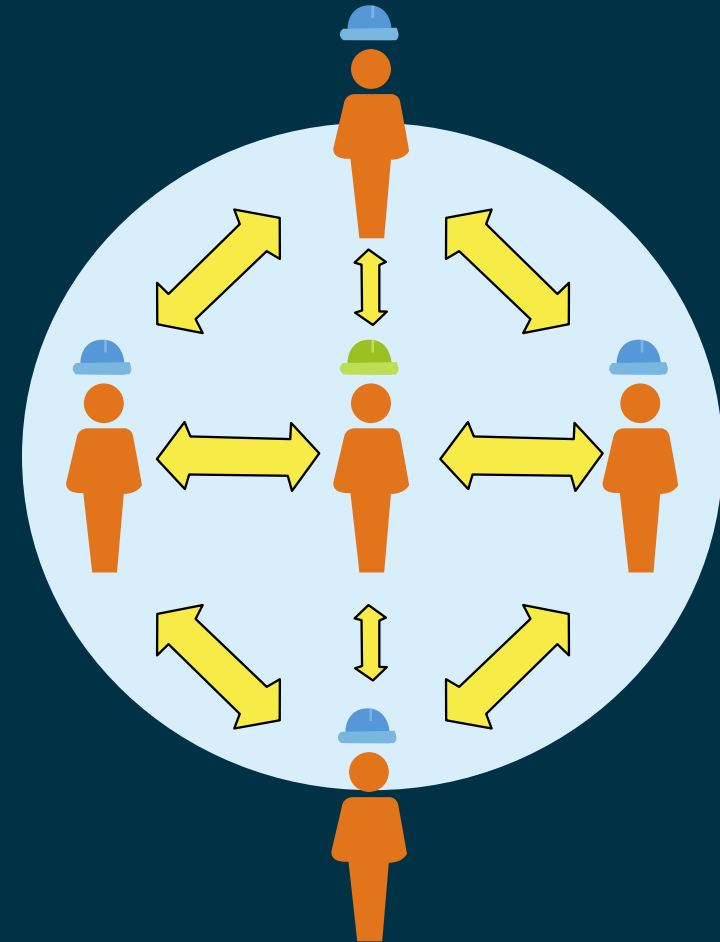
ANDRAGOGÍA

EL OBJETO DE ESTUDIO ES EL ADULTO

Pedagogía



Andragogía

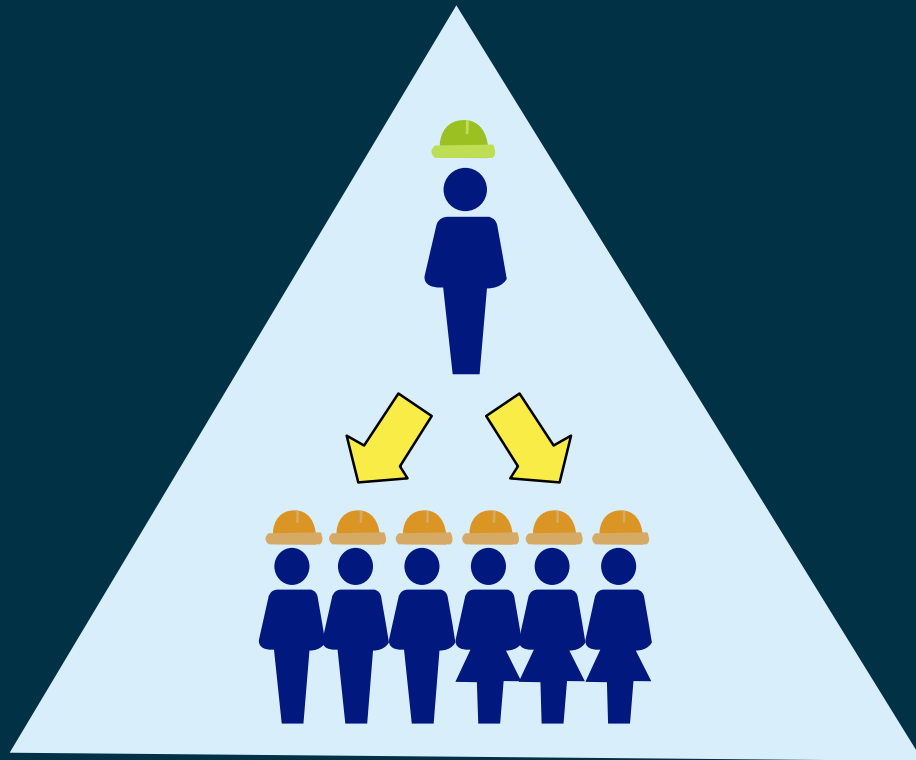


Cómo aprenden los niños y los adultos

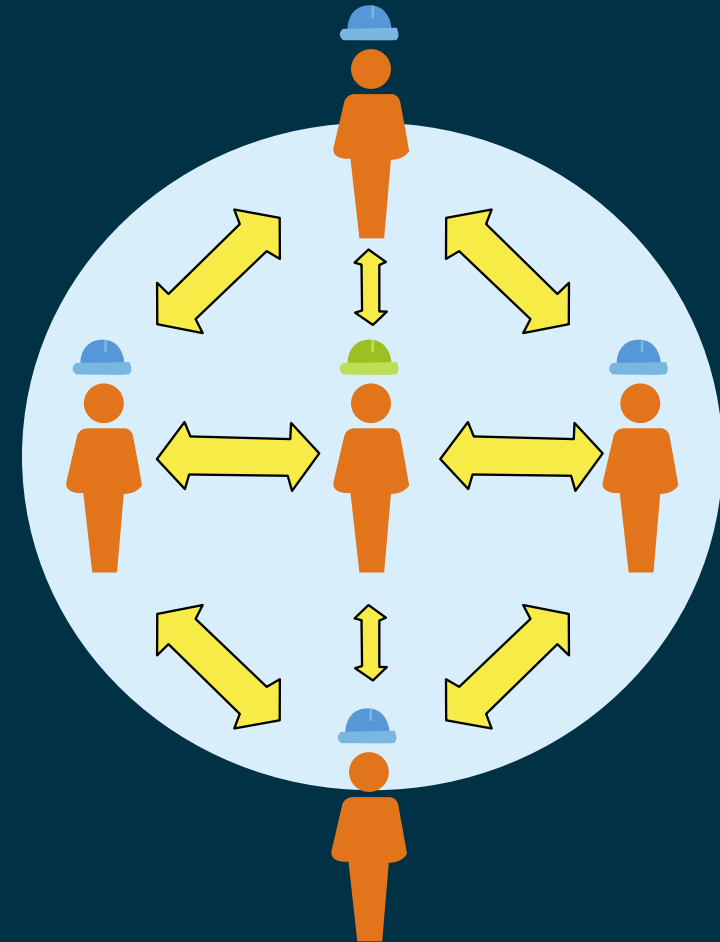
El niño	El adulto
Estudia por imposición	Estudia por propia decisión
Los maestros señalan las materias de estudio	Selecciona lo que habrá de aprender
Estudia las cosas aun cuando no les vea un interés práctico	Esta dispuesto a esforzarse solo si reconoce que es funcional y significativo
Su motivación es prepararse para el futuro	Requiere motivaciones concretas: mayor rendimiento, y aplicación inminente
Concepto del tiempo largo e indefinido	Concepto del tiempo como un bien escaso que genera un sentido de urgencia
Experiencia limitada	Experiencia amplia y capacidad para establecer relaciones y encontrar relaciones entre hechos y personas
El maestro es una figura de autoridad y suele someterse él	El maestro proporciona servicio y puede adoptar posturas críticas y exigentes
Aumento del número y área de conocimientos	Reorganiza conocimientos, reestructura, profundiza
Pocos prejuicios	Ha formado prejuicios e ideologías propias
Maleable y dócil	Desarrolla resistencias y fácilmente se bloquea al sentirse amenazado ante los cambios

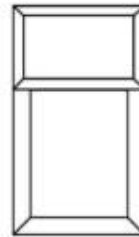
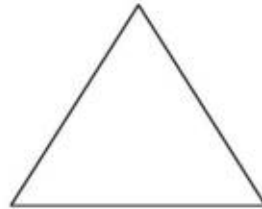
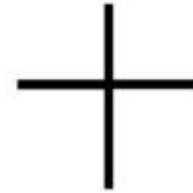
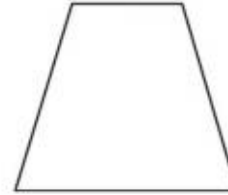
Escribe 4 Ideas sobre cómo se le debe Enseñar a un adulto

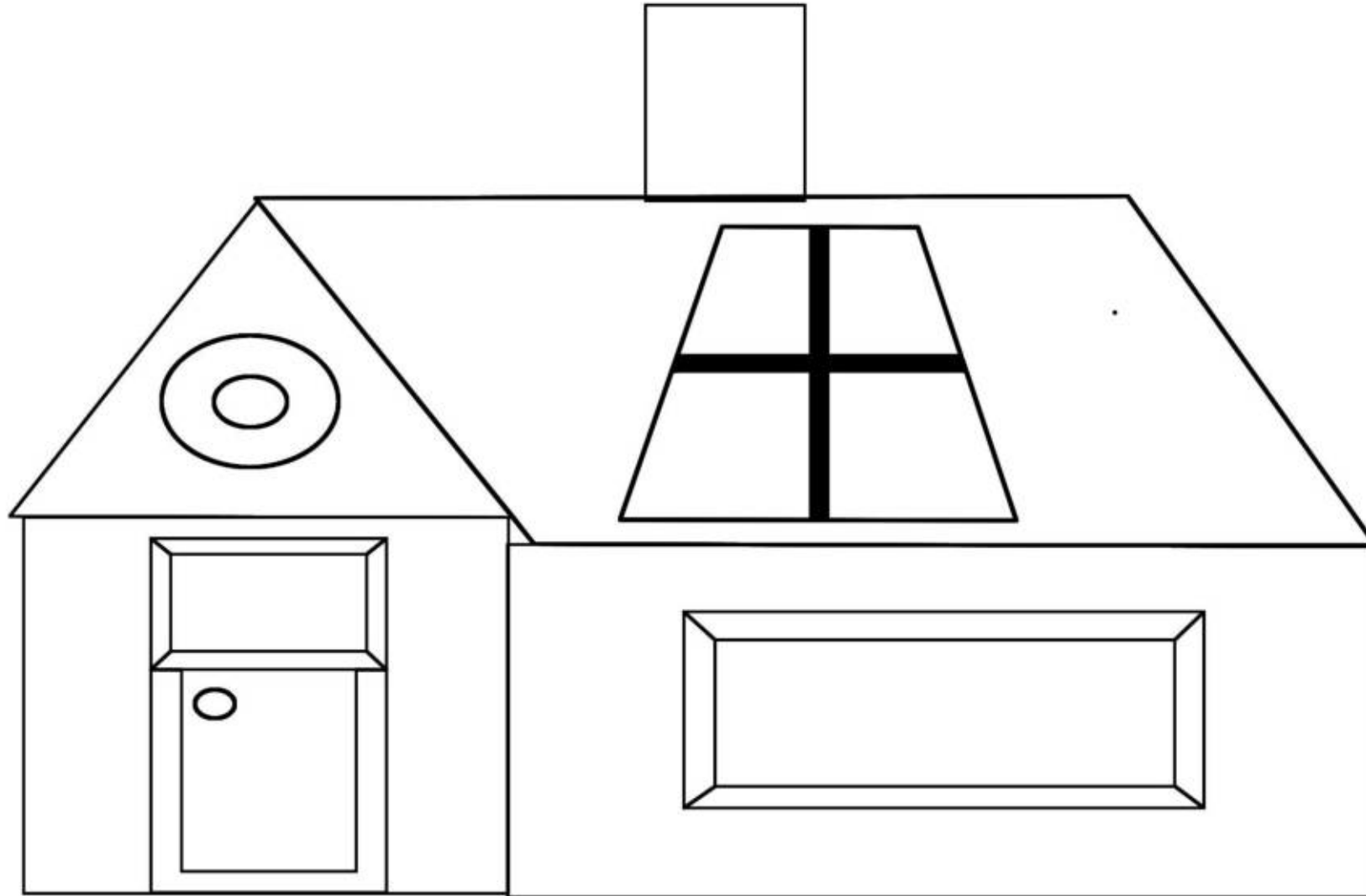
Pedagogía



Andragogía









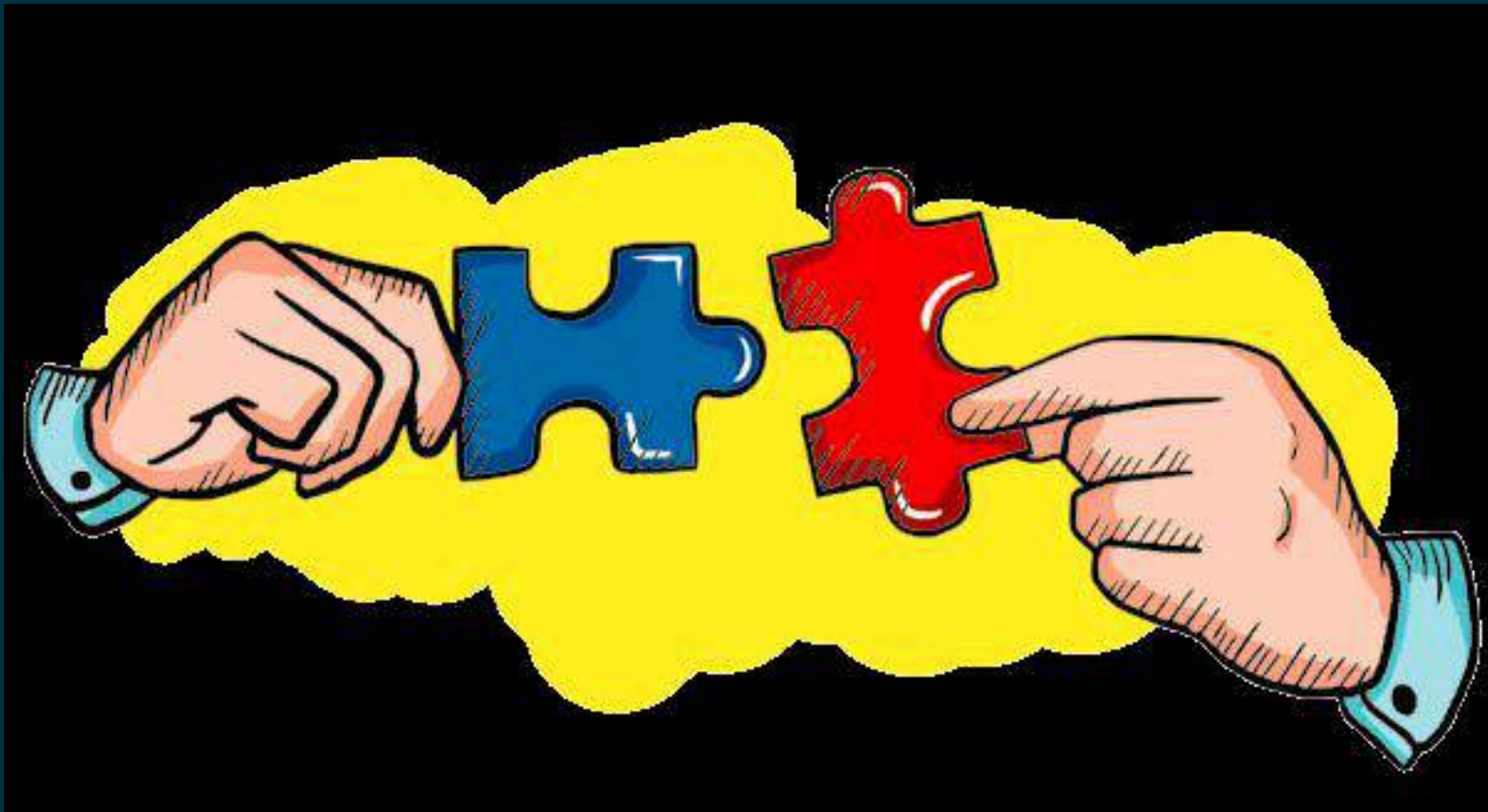
POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

Ley de la Asociación



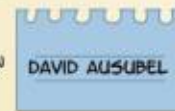
LEY DE LA ASOCIACIÓN

EL HOMBRE APRENDE INFORMACIÓN
CON SENTIDO
Y RECHAZA A LO QUE NO LE
ENCUENTRA SENTIDO



APRENDIZAJE MECÁNICO,
MEMORÍSTICO, COYUNTURAL

VS



APRENDIZAJE RELACIONAL = APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO

"EL FACTOR MÁS
IMPORTANTE QUE
INFLUYE EN EL
APRENDIZAJE ES LO
QUE EL ALUMNO
YA SABE"



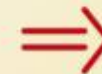
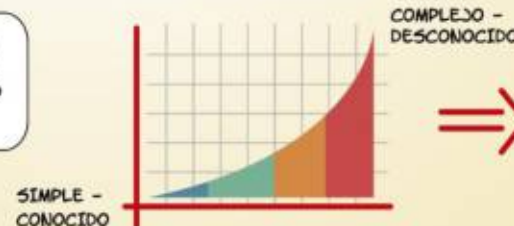
**EL ENTRENADOR
LÚDICO DEBE
EMPLEAR:**

ANALOGÍAS
DINÁMICAS
JUEGOS
SITUACIONES
HISTORIAS
Y OTRAS
HERRAMIENTAS
FAMILIARES

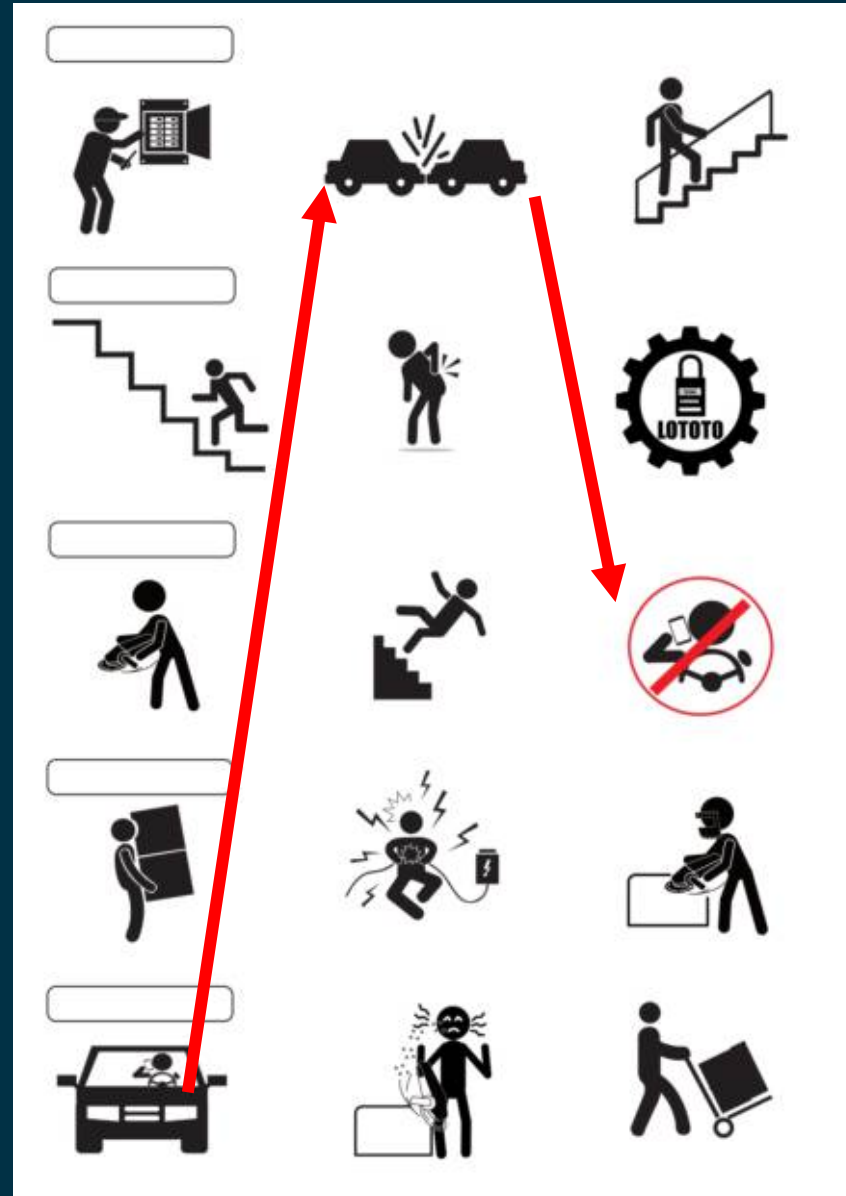
**LA RIQUEZA DEL SER ADULTO
RADICA EN LA
EXPERIENCIA**



**LA CAPACITACIÓN
DEBE SER GRADUAL**



LOS PARTICIPANTES
ACUMULAN Y ENLAZAN
GRADUALMENTE LOS PUNTOS



Formato de identificación de peligros y evaluación de riesgos1 - Excel

ARCHIVO INICIO INSERTAR DISEÑO DE PÁGINA FÓRMULAS DATOS REVISAR VISTA

Cortar Copiar Copiar formato Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

M78 Silas ajustables

MATRIZ DE PELIGROS Y RIESGOS

PROCESO	ZONA/LUGAR	CARGO	ACTIVIDAD	TAREA	CLASIFICACIÓN		PELIGRO (Fuente, situación o acto)		EFECTOS POSIBLES		CONTROL EXISTENTES			EVALUACIÓN DEL RIESGO						VALORACIÓN DEL RIESGO		EXPUES		
					Riesgo	No Riesgo	Descripción	Clasificación	Salud	Seguridad	Fuente	Medio	Individuo	Nivel de Deficiencia (ND)	Nivel de Exposición (NE)	Nivel de Probabilidad (NP)	Nivel de Integración del Nivel de Probabilidad	Nivel de Consecuencia	Nivel de Riesgo e Intervención (NRI)	Nivel de Integración del Nivel de Riesgo e Intervención	Aceptabilidad del riesgo	Planta	Proyectos	Contratos
OPERATIVO	No definida	Técnico administrativo	Elaboración de documentos e informes	Digitación y archivo	x		Posturas (prolongadas, mantenidas, forzadas y anti)	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias		Ninguno	Sillas ajustables	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECIFICO	0	1	0
							Movimiento repetitivo	Biomecánicas	Tendinitis, síndrome del túnel del carpo		Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECIFICO	0	1	0
							Manipulación de cargas	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias		Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECIFICO	0	1	0
							Iluminación (luz visible por exceso o deficiencia)	Físico	Disminución de la agudeza visual		Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
							Hongos	Biológico	Enfermedades de la piel		Ninguno	Ninguno	Uso de guantes y tapabocas	6	4	24	ALTO	10	240	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECIFICO	0	1	0
							Locales (sistema y medios de almacenamiento)	Condiciones de Seguridad	Caidas a nivel, fracturas, contusiones		Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
							Características de la organización del trabajo	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores musculares		Ninguno	Ninguno	Dinámicas de integración	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0
Condiciones de la tarea (carga mental, exigencia de la	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores		Ninguno	Ninguno	Capacitación en autocuidado	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0							

RECORDED WITH SCREENCAST MATIC



For example when Steve Jobs introduced the iPod in 2001, he said it came with a 5GB of memory. He broke it down even further by saying you could carry 1,000 songs “in your pocket.”

Jobs always breaks down numbers to make them more interesting and meaningful.



5GB — 1,000 songs







POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



Jugadores

Cancha



- No usar canilleras
- Hacer una falta
- No Calentar





- Cancha mojada
- Pasto en mal estado







POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

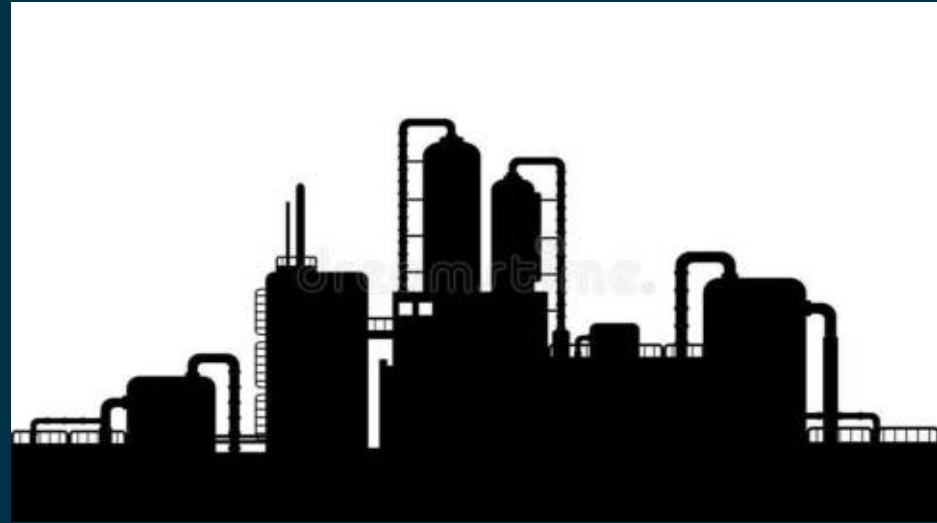
suma
5.0



educa



Actos
Inseguros



Condiciones
Inseguras



POSITIVA
COMPANIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

**¿Sabías que el
el cerebro ignora
las cosas inútiles,
aquellas que no
necesita?
Como, por ejemplo,
el primer “el”
de esta frase.**





POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

Ley de la Finalidad



LEY DE LA FINALIDAD

LUDO
prevención

EL CEREBRO SOLO DIRIGE SU
ATENCIÓN
A LO QUE CONSIDERA ÚTIL Y
QUE LE PUEDA TRAER UN
BENEFICIO

ANA CRISTINA
VÉLEZ



PARA QUE UN ADULTO
APRENDA ALGO, PRIMERO
DEBE PRESTARLE
ATENCIÓN



HOY EN DÍA LAS APP'S
NOS DISTRAEN CON
MÚLTIPLES ALERTAS

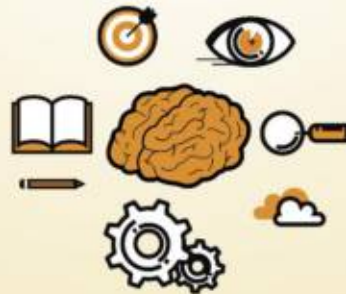


EL CEREBRO FILTRA LA INFORMACIÓN,
DEJANDO ENTRAR LO QUE
CONSIDERA ÚTIL



**APRENDIZAJE
SIGNIFICATIVO**

CUANDO LO QUE APRENDE LE
SIRVE Y UTILIZA PORQUE
ES VALORADO COMO
PRIMORDIAL Y ÚTIL

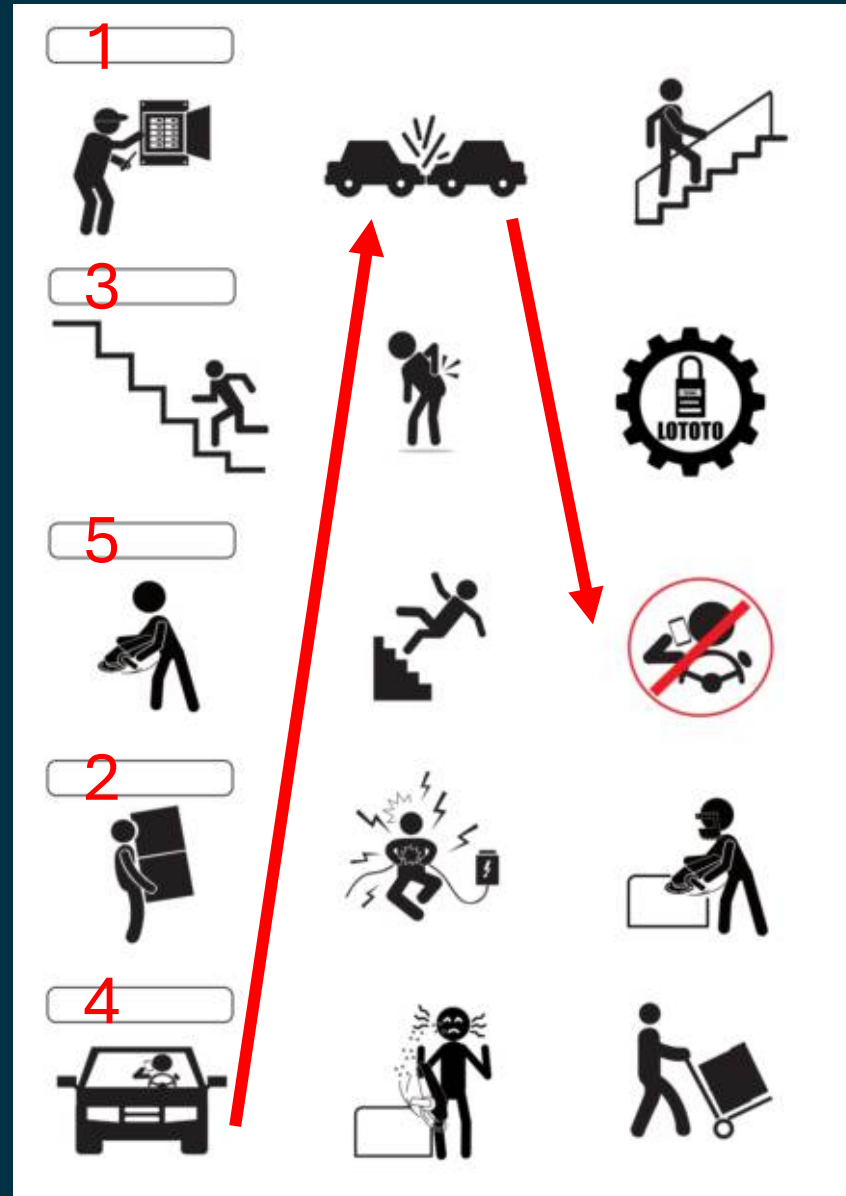


PERO NUESTRO CEREBRO
TIENE MECANISMOS
QUE NOS HACEN FOCALIZAR
EN LO QUE NOS INTERESA

"ES FUNDAMENTAL PARA
NUESTRA VIDA DIARIA
QUE NUESTRO CEREBRO
PROCESE LA INFORMACIÓN
MÁS IMPORTANTE DE
TODO LO QUE SE NOS
PRESENTA"

XIAO-JING
WANG





MATRIZ DE PELIGROS Y RIESGOS																								
PROCESO	ZONA/LUGAR	CARGO	ACTIVIDAD	TAREA	CLASIFICACIÓN		PELIGRO (fuente, situación o acto)		EFECTOS POSIBLES		CONTROL EXISTENTES			EVALUACIÓN DEL RIESGO						VALORACIÓN DEL RIESGO		EXPUESTOS		
					Repetible	No Repetible	Descripción	Clasificación	Salud	Seguridad	Fuente	Medio	Individuo	Nivel de Deficiencia (ND)	Nivel de Exposición (NE)	Nivel de Probabilidad (NDP/NE)	Integración del Nivel de Probabilidad	Nivel de Consecuencia	Nivel de Riesgo e Intervención	Integración del Nivel de Riesgo	Aceptabilidad del Riesgo	Plantas	Problemas	Costos
OPERATIVO	No definida	Técnico administrativo	Elaboración de documentos e informes	Digitación y archivo	X		Posturas (prolongadas, mantenidas, forzadas y anti	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias		Ninguno	Sillas ajustables	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Movimiento repetitivo	Biomecánicas	Tendinitis, síndrome del túnel del carpo		Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Manipulación de cargas	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias		Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Iluminación (no visible por exceso o deficiencia)	Físico	Disminución de la agudeza visual		Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
							Hongos	Biológicos	Enfermedades de la piel		Ninguno	Ninguno	Uso de guantes y tapabocas	6	4	24	ALTO	10	240	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Locavos (sistema y medios de almacenamiento)	Condiciones de Seguridad	Caidas a nivel, fracturas, contusiones		Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
							Características de la organización del trabajo	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores musculares		Ninguno	Ninguno	Dinámicas de integración	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0
	Condiciones de la tarea (carga mental, intensidad de la	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores		Ninguno	Ninguno	Capacitación en autocuidado	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0						



**NORMA
INTERNACIONAL**

**ISO
45001**

Traducción oficial
Official translation
Traduction officielle

Primera edición
2018-03

**Sistemas de gestión de la seguridad y
salud en el trabajo — Requisitos con
orientación para su uso**

*Occupational health and safety management systems —
Requirements with guidance for use*

*Systèmes de management de la santé et de la sécurité au travail —
Exigences et lignes directrices pour son utilisation*

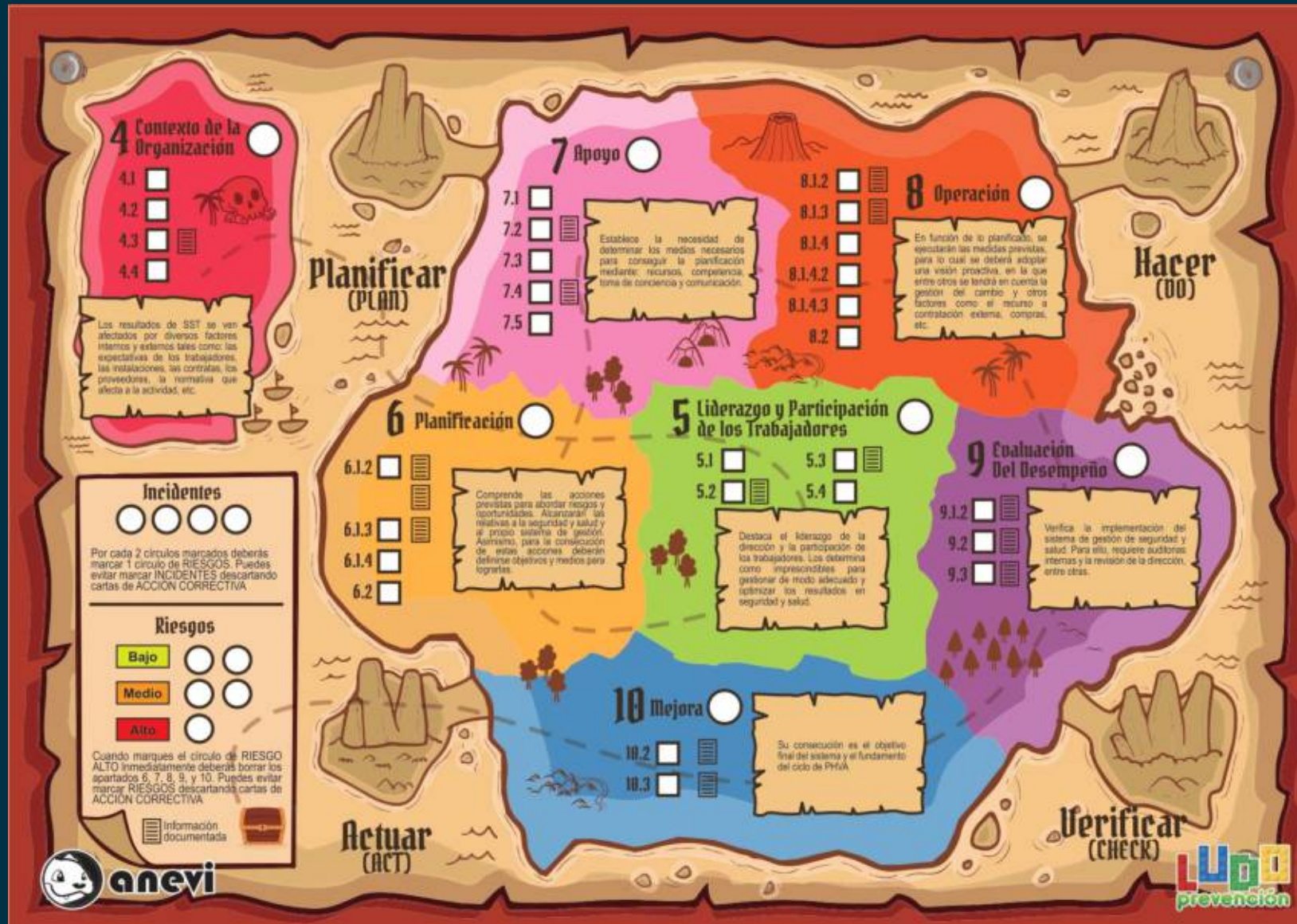
Publicado por la Secretaría Central de ISO en Ginebra, Suiza, como
traducción oficial en español avalada por el *Translation
Management Group*, que ha certificado la conformidad en relación
con las versiones inglesa y francesa.



Número de referencia
ISO 45001:2018
(traducción oficial)

© ISO 2018

- 1.ALCANCE
- 2.REFERENCIAS NORMATIVAS
- 3.TÉRMINOS Y DEFINICIONES
- **4.CONTEXTO DE LA ORGANIZACIÓN**
- 4.1.COMPRENSIÓN DE LA ORGANIZACIÓN Y DE SU CONTEXTO
- 4.2.COMPRENSIÓN DE LAS NECESIDADES Y EXPECTATIVAS DE LOS TRABAJADORES Y DE OTRAS PARTES INTERESADAS
- 4.3.DETERMINACIÓN DEL ALCANCE DEL SISTEMA DE GESTIÓN DE LA SST
- 4.4.SISTEMA DE GESTIÓN DE LA SST
- **5.LIDERAZGO Y PARTICIPACIÓN DE LOS TRABAJADORES**
- 5.1.LIDERAZGO Y COMPROMISO
- 5.2.POLÍTICA DE LA SST
- 5.3.ROLES, RESPONSABILIDADES Y AUTORIDADES EN LA ORGANIZACIÓN
- 5.4.CONSULTA Y PARTICIPACIÓN DE LOS TRABAJADORES
- **6.PLANIFICACIÓN**
- 6.1.ACCIONES PARA ABORDAR RIESGOS Y OPORTUNIDADES
- 6.2.OBJETIVOS DE LA SST Y PLANIFICACIÓN PARA LOGRARLOS
- **7. APOYO**
- 7.1.RECURSOS
- 7.2.COMPETENCIA
- 7.3.TOMA DE CONCIENCIA
- 7.4.COMUNICACIÓN
- 7.5.INFORMACIÓN DOCUMENTADA
- **8.OPERACIÓN**
- 8.1.PLANIFICACIÓN Y CONTROL OPERACIONAL
- 8.1.1.GENERALIDADES
- 8.1.2.ELIMINAR PELIGROS Y REDUCIR RIESGOS PARA LA SST
- 8.1.3.GESTIÓN DEL CAMBIO
- 8.1.4.COMPRAS
- 8.2.PREPARACIÓN Y RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS
- **9.EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO**
- 9.1.SEGUIMIENTO, MEDICIÓN, ANÁLISIS Y EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO
- 9.2.AUDITORÍA INTERNA
- 9.3.REVISIÓN POR LA DIRECCIÓN
- **10.MEJORA**
- 10.1.GENERALIDADES
- 10.2.INCIDENTES, NO CONFORMIDADES Y ACCIONES CORRECTIVAS
- 10.3.MEJORA CONTINUA





POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

Filtrar, seleccionar





POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



- ¿Qué es el Ruido?
- Diferencia entre el Ruido y Sonido
 - ¿Cómo escuchamos?
 - Consecuencias del ruido
 - ¿Cómo se mide el ruido?
 - ¿Cómo se calcula el NRR?
- Jerarquía de controles de riesgos en el ruido
 - Tipos de EPP contra el ruido
 - Uso correcto del EPP
 - Cómo almacenar y limpiar el EPP



POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

-¿Qué es el Ruido?

~~-Diferencia entre el Ruido y Sonido~~

~~-¿Cómo escuchamos?~~

-Consecuencias del ruido

~~-¿Cómo se mide el ruido?~~

~~-¿Cómo se calcula el NRR?~~

~~-Jerarquía de controles de riesgos en el
ruido~~

-Tipos de EPP contra el ruido

-Uso correcto del EPP

-Cómo almacenar y limpiar el EPP



LEY DE LA ACTIVIDAD

LUDOPREVENCIÓN



CONFUCIO

EL APRENDIZAJE EN ADULTOS DEBE SER INTEGRADO CON EL

HACER



INICIO

ATENCIÓN

FIN



¿POR QUÉ?

APRENDER
REQUIERE
DE ACCIÓN



UN ESTUDIANTE
MEMORIZA
UNA PALABRA



PERO LA
APRENDE
AL UTILIZARLA



APRENDIZAJE PASIVO

LEER
ESCUCUAR
VER

DECIR Y ESCRIBIR
HACER

APRENDIZAJE ACTIVO

LA CLAVE DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO ES QUE SEA ACTIVO

MANUALES



INSTRUCCIONES



VOLAR



PASIVO

ACTIVO



DESPUES DE 20'
DE ESTAR SENTADO

DESPUES DE 20'
DE CAMINAR



ACTIVIDAD CEREBRAL

ACTIVIDAD CEREBRAL



MAYOR RETENCIÓN

70%

LO QUE
DISCUTIMOS
CON OTROS

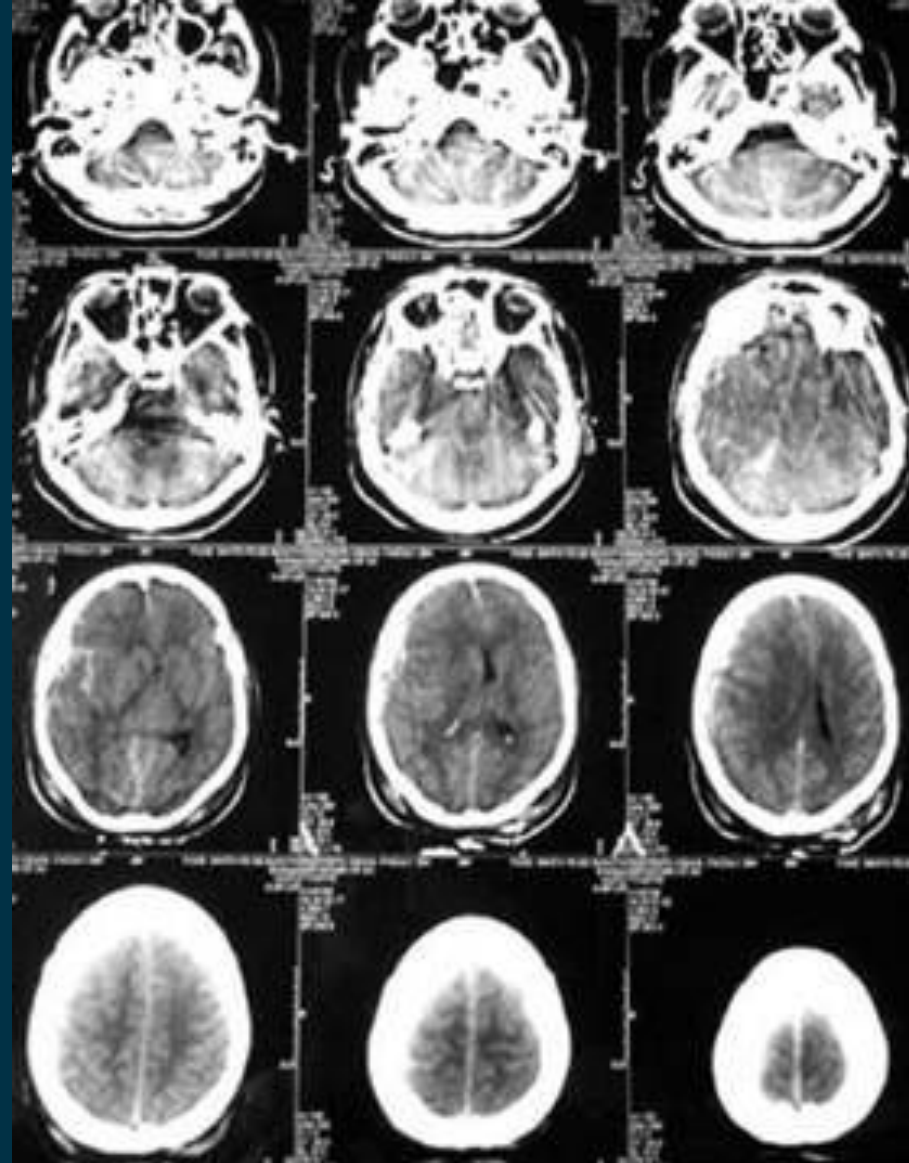
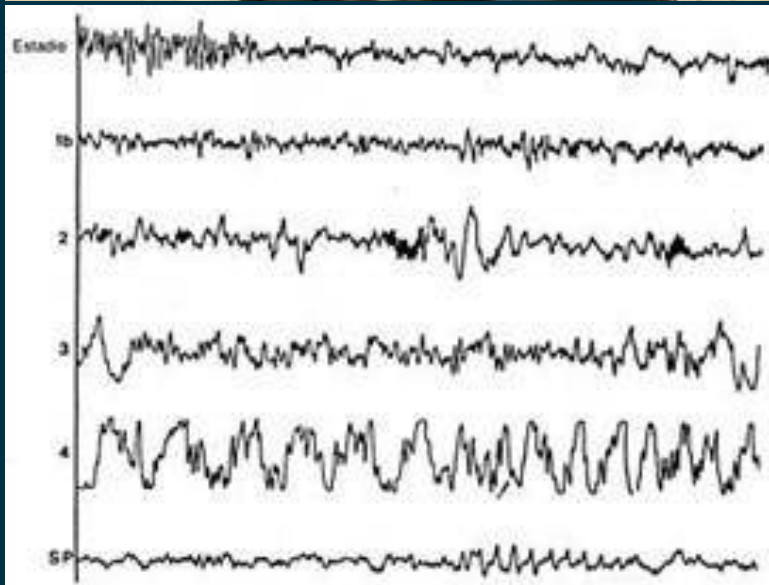
75%

LO QUE
PROBAMOS
CON OTROS

95%

LO QUE
ENSEÑAMOS
A OTROS

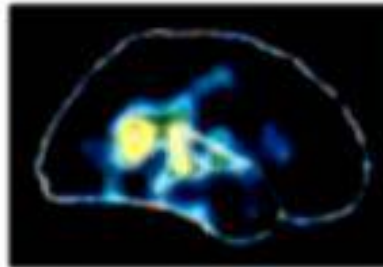
WILLIAM
GLASSER



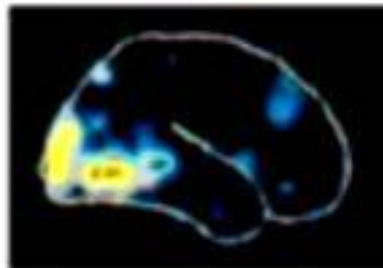
CANALES DE APRENDIZAJE Y RENDIMIENTO

(Roeders, P., 2005 – Raichle, M., 1994)

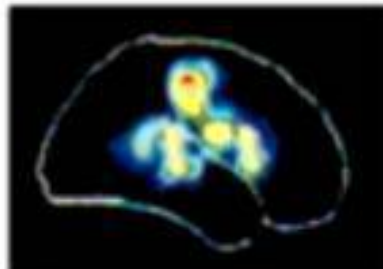
Leyendo
10%



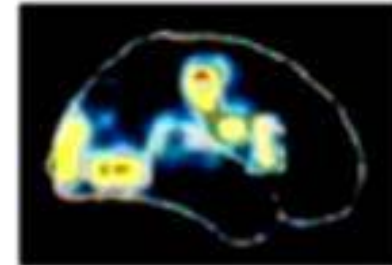
Escuchando
20%



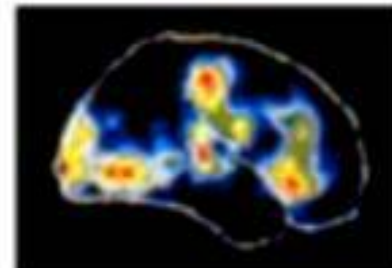
Observando
30%



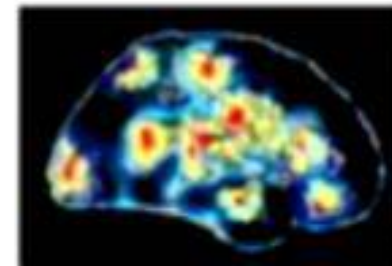
Observando y Escuchando
50%



Exponiendo
70%



Descubriendo, procesando y exponiendo
90%



1



3



5



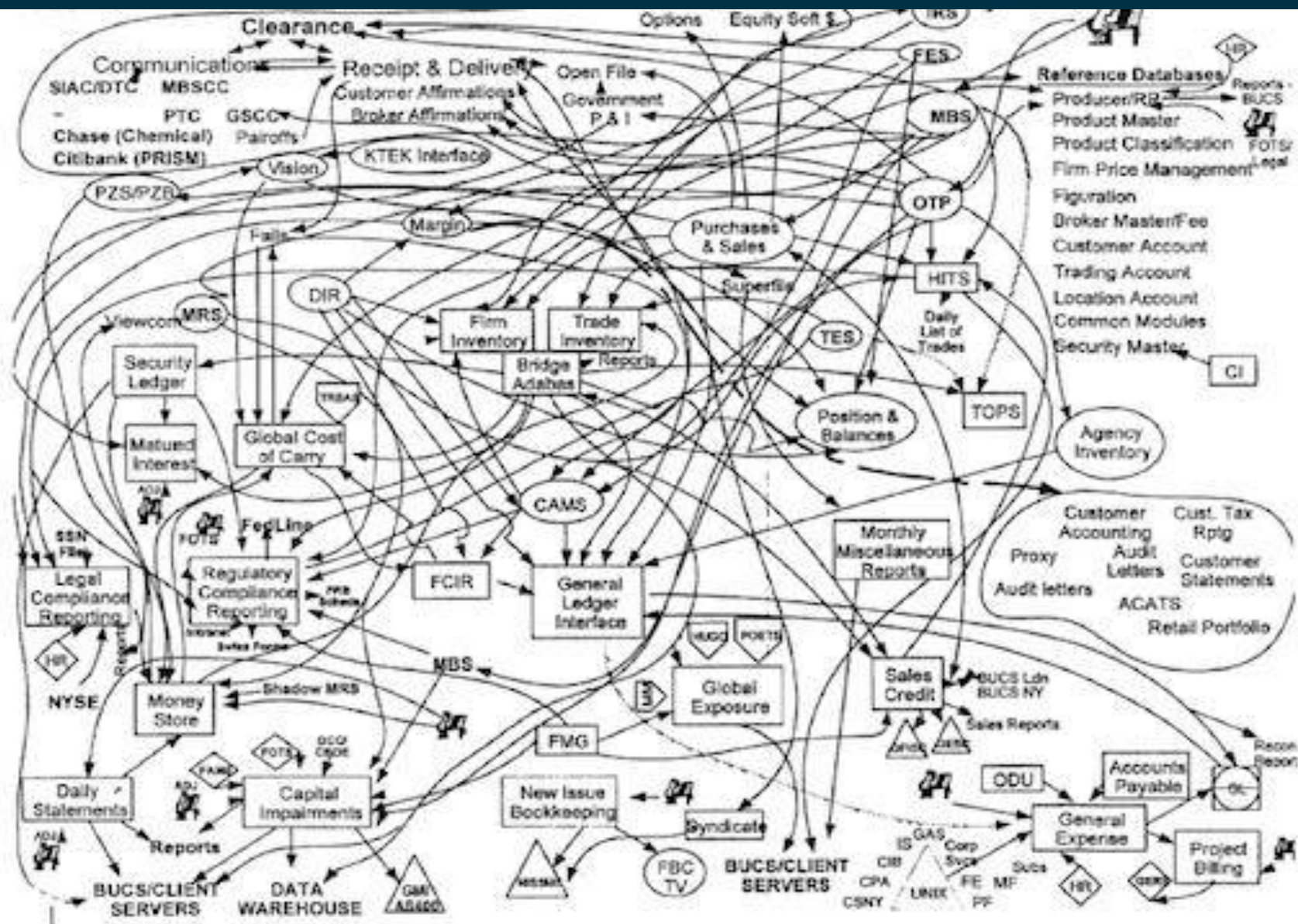
2



4



MATRIZ DE PELIGROS Y RIESGOS																										
PROCESO	ZONA/LUGAR	CARGO	ACTIVIDAD	TAREA	CLASIFICACIÓN		PELIGRO (fuente, situación o acto)		EFECTOS POSIBLES		CONTROL EXISTENTES			EVALUACIÓN DEL RIESGO						VALORACIÓN DEL RIESGO		EXPUESTOS				
					Rutina	No Rutina	Descripción	Clasificación	Salud	Seguridad	Fuente	Medio	Individuo	Nivel de Deficiencia (ND)	Nivel de Exposición (NE)	Nivel de Probabilidad (ND*NE)	Integración del Nivel de Probabilidad	Nivel de Consecuencia	Nivel de Riesgo e Integración	Integración del Nivel de Riesgo	Adaptabilidad del Riesgo	Plantas	Proveedores	Contactos		
OPERATIVO	No definida	Técnico administrativo	Elaboración de documentos e informes	Digitación y archivo			Postura (prolongadas, mantenida, forzada y anti)	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias			Ninguno	Sillas ajustables	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0	
							Movimiento repetitivo	Biomecánicas	Tendinitis, síndrome del túnel del carpo			Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0	
							Manipulación de cargas	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias			Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0	
							Iluminación (luz visible por exceso o deficiencia)	Físico	Disminución de la agudeza visual			Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0	
							Hongos	Biológico	Enfermedades de la piel			Ninguno	Ninguno	Uso de guantes y tapabocas	6	4	24	ALTO	10	240	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0	
							Locales (sistema y medios de almacenamiento)	Condiciones de Seguridad		Caidas a nivel, fracturas, contusiones			Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
							Características de la organización del trabajo	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores musculares			Ninguno	Ninguno	Dinámicas de integración	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0	
		Condiciones de la tarea (carga mental, concentración de la)	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores			Ninguno	Ninguno	Capacitación en autocuidado	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0						



Me avergüenza un poco contar mis curiosidades personales, pero les voy a confesar esta: 😊

En mi cocina hay muchísimas cucharas, se ven por doquier, lo cual me fascina. Incluso, cuando tengo días sin verlas, las busco por todos los estantes, en las gavetas y debajo del fregadero. El vecindario entero conoce esa debilidad mía, pero ya a nadie le importa.

Sorprendente, ¿no? 😊

Vuelve a leer. Nuestra mente nos hace malas jugadas en ocasiones.







Like



Love



Haha



Yay



Wow



Sad



Angry

LEY DEL AFECTO

LUDOPREVENCIÓN

MAYA
ANGELOU

"LA GENTE OLVIDARÁ
LO QUE DIXISTE, LO QUE
HICISTE PERO NUNCA
OLVIDARÁ COMO LA
HICISTE SENTIR"

**LO QUE ABRE LA PUERTA
A APRENDER ES LA EMOCIÓN**



APRENDIZAJE

CURIOSIDAD
INTERÉS
ATENCIÓN



EL APRENDIZAJE CON **EMOCIÓN**
TIENE MAYOR **DURACIÓN**

NO PIDAS PRESTADA
LA ATENCIÓN CAPTALA CON
EMOCIÓN

"AQUELLO QUE NO
RESULTA SIGNIFICATIVO
PARA NOSOTROS, NO
SUSCITA NUESTRA
ATENCIÓN"

FUNDACIÓN
CADAH

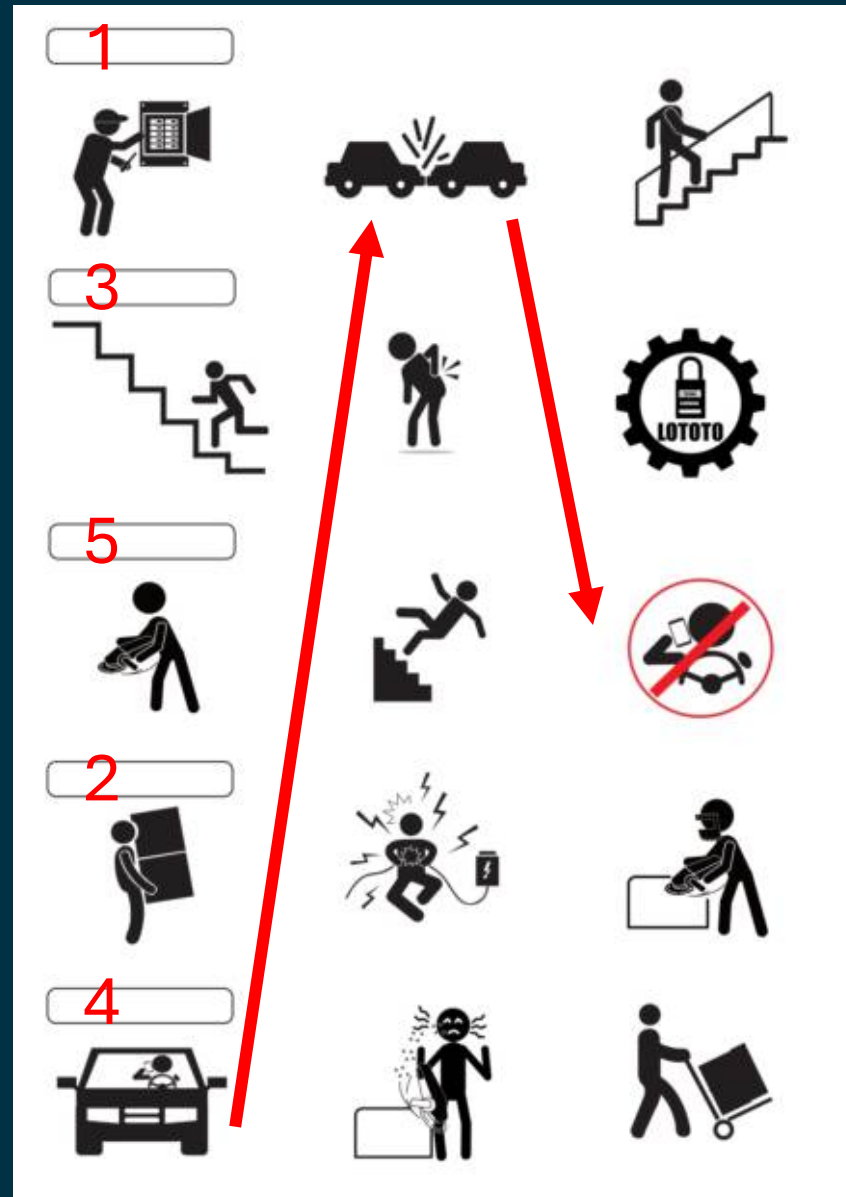


EN UNA CAPACITACIÓN DE SST LOS TRABAJADORES
PODRÍAN EXPERIMENTAR DISTINTAS EMOCIONES:
MIEDO, TRISTEZA, REPULSIÓN.

EMOCIONES NEGATIVAS
REPRIMIDAS POR EL CEREBRO
VS



EMOCIONES POSITIVAS
AFIANZAN EL APRENDIZAJE



Formato de identificación de peligros y evaluación de riesgos1 - Excel

ARCHIVO INICIO INSERTAR DISEÑO DE PÁGINA FÓRMULAS DATOS REVISAR VISTA

Cortar Copiar Copiar Formato Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas

M78 Silas ajustables

MATRIZ DE PELIGROS Y RIESGOS

PROCESO	ZONA/LUGAR	CARGO	ACTIVIDAD	TAREA	CLASIFICACIÓN	PELIGRO (fuente, situación o acto)		EFECTOS POSIBLES		CONTROL EXISTENTES			EVALUACIÓN DEL RIESGO						VALORACIÓN DEL RIESGO		EXPUESTOS		
						Descripción	Cualificación	Salud	Seguridad	Fuente	Medio	Individuo	Nivel de Deficiencia (ND)	Nivel de Exposición (NE)	Nivel de Probabilidad (ND*NE)	Interpretación del Nivel de Probabilidad	Nivel de Consecuencia	Nivel de Riesgo e Intervención (ND*NE)	Interpretación del Nivel de Riesgo	Adaptabilidad del Riesgo	Planta	Provisión	Contratistas
OPERATIVO	No definida	Técnico administrativo	Elaboración de documentos e informes	Digitación y archivo	X	Puestos (prolongados, mantenida, forzada y anti)	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias	Ninguno	Sillas ajustables	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0	
						Movimiento repetitivo	Biomecánicas	Tendinitis, síndrome del túnel del carpo	Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0	
						Manipulación de cargas	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias	Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0	
						Iluminación (luz visible por exceso o deficiencia)	Físico	Disminución de la agudeza visual	Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0	
						Hongos	Biológicos	Enfermedades de la piel	Ninguno	Ninguno	Uso de guantes y tapabocas	6	4	24	ALTO	10	240	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0	
						Locativo (sistema y medios de almacenamiento)	Condiciones de Seguridad	Caidas a nivel, fracturas, contusiones	Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0	
						Características de la organización del trabajo	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores musculares	Ninguno	Ninguno	Dinámicas de integración	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0	
Localización de la tarea (carga mental)	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores	Ninguno	Ninguno	Capacitación en autocuidado	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0							

RECORDED WITH SCREENCAST MATIC

consolidado matriz Peligros VALORES PARA CALIFICAR Hoja1

LEY DEL AFECTO

LUDOPREVENCIÓN

MAYA
ANGELOU

"LA GENTE OLVIDARÁ
LO QUE DICHISTE, LO QUE
HICISTE PERO NUNCA
OLVIDARÁ COMO LA
HICISTE SENTIR"

LO QUE ABRE LA PUERTA
A APRENDER ES LA EMOCIÓN



APRENDIZAJE

CURIOSIDAD
INTERÉS
ATENCIÓN



EL APRENDIZAJE CON **EMOCIÓN**
TIENE MAYOR **DURACIÓN**

NO PIDAS PRESTADA
LA ATENCIÓN CAPTALA CON
EMOCIÓN

"AQUELLO QUE NO
RESULTA SIGNIFICATIVO
PARA NOSOTROS, NO
SUSCITA NUESTRA
ATENCIÓN"

FUNDACIÓN
CADAH



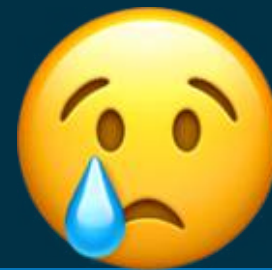
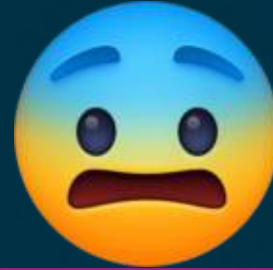
EN UNA CAPACITACIÓN DE SST LOS TRABAJADORES
PODRÍAN EXPERIMENTAR DISTINTAS EMOCIONES:
MIEDO, TRISTEZA, REPULSIÓN.

EMOCIONES NEGATIVAS
REPRIMIDAS POR EL CEREBRO
VS



EMOCIONES POSITIVAS
AFIANZAN EL APRENDIZAJE







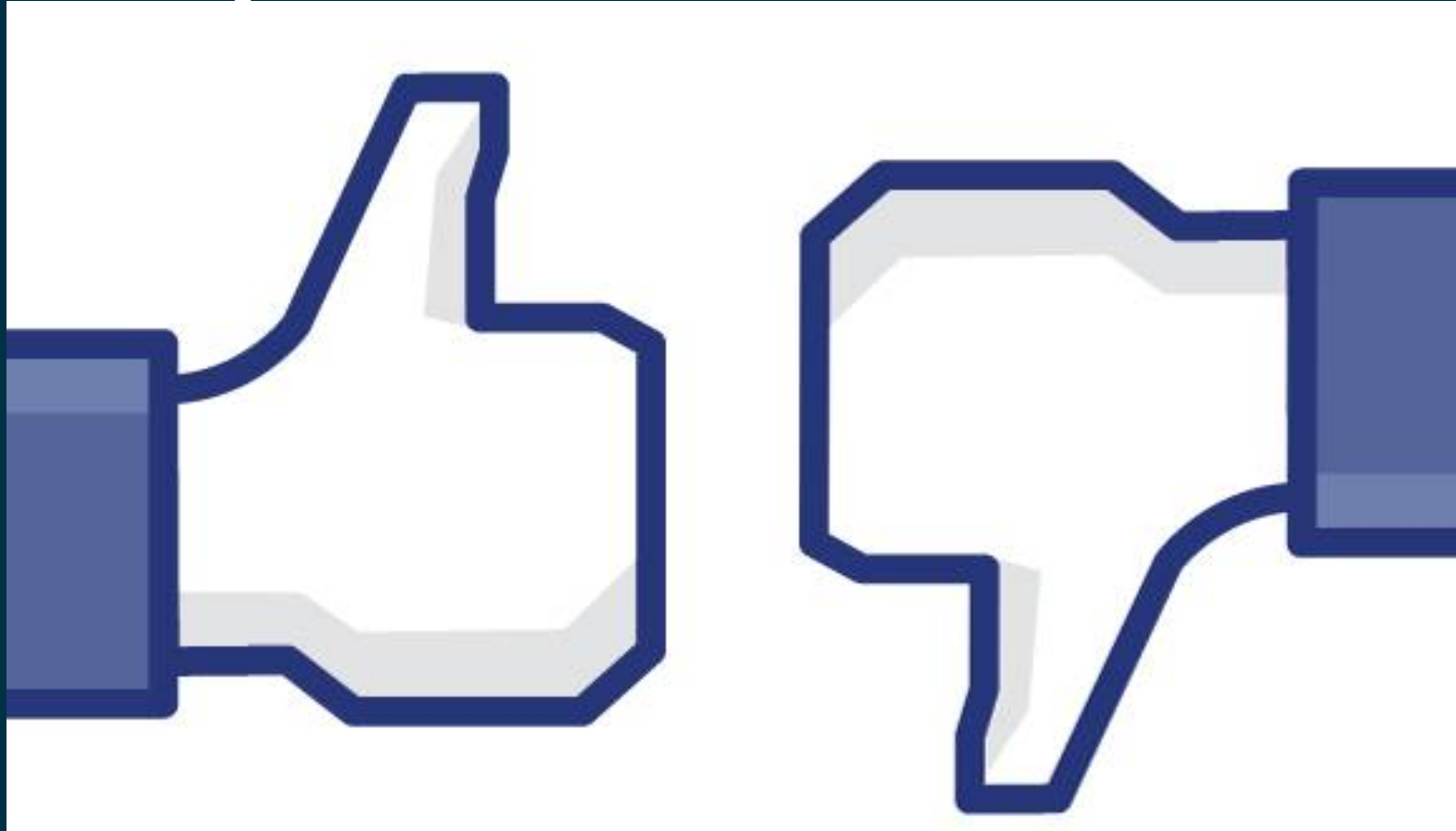
POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

Ley del **Afecto**





CSI de la Prevencion en la escena del accidente

CSI:



SPECIAL AGENT

CSI:



SPECIAL AGENT



LEY DE LA PERIODICIDAD

LUDO prevención

CICLO 1 EL APRENDIZAJE EXIGE ATENCIÓN



15 ATENCIÓN PROMEDIO
MINUTOS

CAPACITACIONES ACTIVAS
CAMBIOS DE ACTIVIDAD
CADA 15 MINUTOS

ATENCIÓN	NIVEL
5 - 8 MIN	INICIAL
8 - 12 MIN	JUNIOR
12 - 15 MIN	MIDLE
12 - 15 MIN	SENIOR
15 - 18 MIN	GRADO

HERNAN
ALDANA
(UNIV. DE BELGRANO)



Atención

10 - 18 MINUTOS ININTERRUMPIDOS



JOHNSTONE Y
PERCIVAL
(1976)

5 PRIMEROS
MINUTOS

10 MINUTOS

20 MINUTOS



CICLO 2 EL APRENDIZAJE EXIGE PAUSAS



PAUSAS ACTIVAS PEDAGÓGICAS

1. RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA
2. AUTOMASAJE
3. ESTIRAMIENTO DENTRO DEL AULA
4. MANEJO DE VOZ - EXPRESIÓN CORPORAL
5. DINÁMICA DE CONCENTRACIÓN - ATENCIÓN
6. AROMATERAPIA - MUSICOTERAPIA
7. RELAJACIÓN - MEDITACIÓN

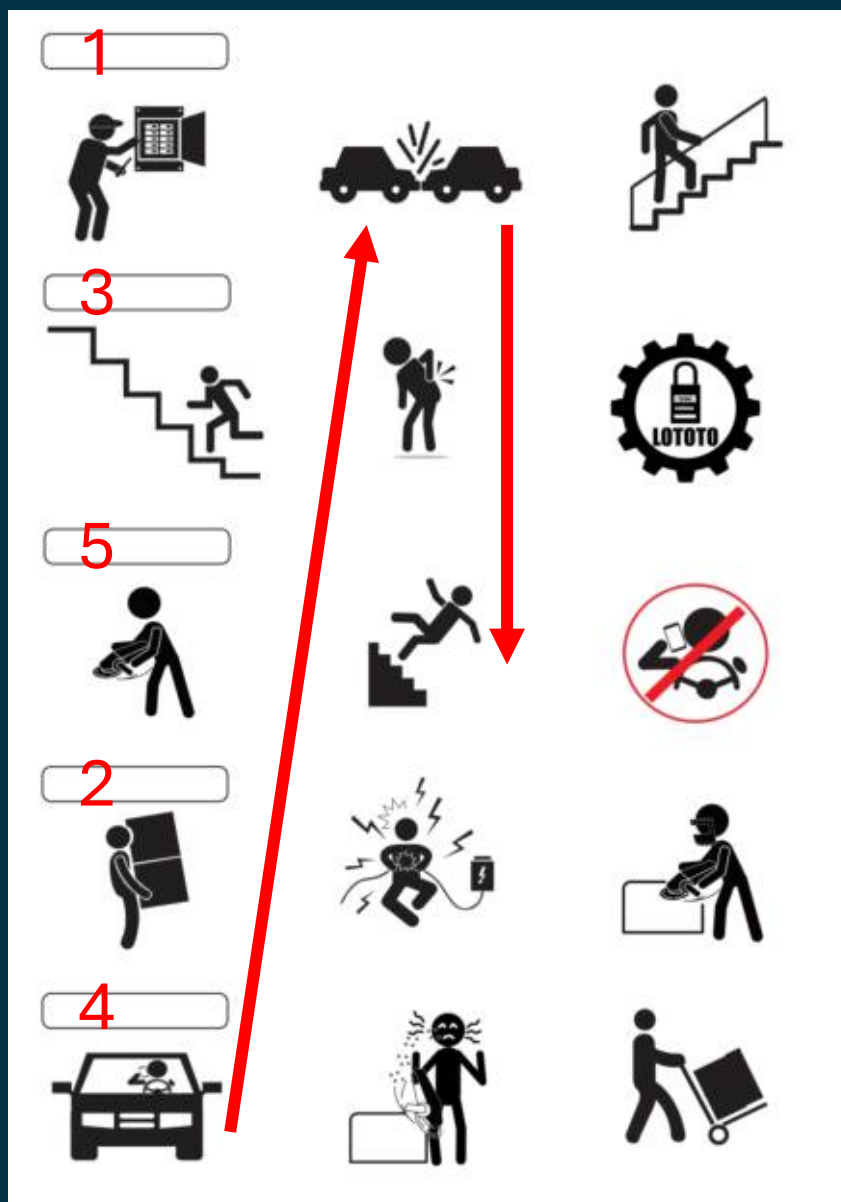
LIGIA SALAZAR
CHEVARRIA

CICLO 3 EL APRENDIZAJE TIENE EN CUENTA LA ACTIVACIÓN DE NECESIDADES FISIOLÓGICAS



Tiempo de atención durante la instrucción continua de nuevos contenidos

Nivel	Atención sostenida
Jardín	5 - 8 minutos
Junior	8 - 12 minutos
Middle	12 - 15 minutos
Senior	12 - 15 minutos
Grado (Universidad)	15 - 18 minutos



Formato de identificación de peligros y evaluación de riesgos1 - Excel

ARCHIVO INICIO INSERTAR DISEÑO DE PÁGINA FÓRMULAS DATOS REVISAR VISTA

Cortar Copiar Pegar Copiar Formato Fuente Alineación Número Estilos Celdas

Normal 5 Normal_AER... Normal Buena

Autosuma Rellenar Borrar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

M78 Sillas ajustables

MATRIZ DE PELIGROS Y RIESGOS

PROCESO	ZONA/LUGAR	CARGO	ACTIVIDAD	TAREA	CLASIFICACIÓN		PELIGRO (Fuente, situación o acto)		EFECTOS POSIBLES		CONTROL EXISTENTES			EVALUACIÓN DEL RIESGO						VALORACIÓN DEL RIESGO		EXPUESTOS			
					Riesgo alto	Riesgo bajo	Descripción	Categoría	Salud	Seguridad	Fuente	Medio	Individuo	Nivel de Deficiencia (ND)	Nivel de Exposición (NE)	Nivel de Probabilidad (NP)	Indicador de Probabilidad	Nivel de Consecuencia	Nivel de Riesgo e Intervención (NRI)	Indicador de Intervención	Indicador de Nivel de Riesgo	Adaptabilidad del Riesgo	Plantas	Proveedores	Contactistas
OPERATIVO	No definida	Técnico administrativo	Elaboración de documentos e informes	Digitación y archivo	X		Póstrus (prolongadas, mantenidas, forzadas y anti)	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias			Ninguno	Sillas ajustables	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Movimiento repetitivo	Biomecánicas	Tendinitis, síndrome del túnel del carpo			Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Manipulación de cargas	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias			Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Iluminación (luz visible por exceso o deficiencia)	Físico	Disminución de la agudeza visual			Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
							Hongos	Biológicos	Enfermedades de la piel			Ninguno	Ninguno	Uso de guantes y tapabocas	6	4	24	ALTO	10	240	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Locales (sistema y medios de almacenamiento)	Condiciones de Seguridad	Caidas a nivel, fracturas, contusiones			Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
							Características de la organización del trabajo	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores musculares			Ninguno	Ninguno	Dinámicas de integración	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0
							Condiciones de la tarea (carga mental, monotonicidad de la	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores			Ninguno	Ninguno	Capacitación en autocuidado	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0

RECORDED WITH SCREENCAST MATIC

consolidado matriz Peligros VALORES PARA CALIFICAR Hoja1

85%

LEY DE LA PERIODICIDAD

LUDOPREVENCIÓN

CICLO 1 EL APRENDIZAJE EXIGE ATENCIÓN



15 ATENCIÓN PROMEDIO
MINUTOS

CAPACITACIONES ACTIVAS
CAMBIOS DE ACTIVIDAD
CADA 15 MINUTOS

ATENCIÓN	NIVEL
5 - 8 MIN	INICIAL
8 - 12 MIN	JUNIOR
12 - 15 MIN	MIDLE
12 - 15 MIN	SENIOR
15 - 18 MIN	GRADO

HERNAN
ALDANA
(UNIV. DE BELGRANO)



Atención

10 - 18 MINUTOS ININTERRUMPIDOS

5 PRIMEROS MINUTOS

10 MINUTOS

20 MINUTOS



JOHNSTONE Y
PERCIVAL
(1976)



CICLO 2 EL APRENDIZAJE EXIGE PAUSAS



PAUSAS ACTIVAS PEDAGÓGICAS

1. RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA
2. AUTOMASAJE
3. ESTIRAMIENTO DENTRO DEL AULA
4. MANEJO DE VOZ - EXPRESIÓN CORPORAL
5. DINÁMICA DE CONCENTRACIÓN - ATENCIÓN
6. AROMATERAPIA - MUSICOTERAPIA
7. RELAJACIÓN - MEDITACIÓN

LIGIA SALAZAR
CHEVARRÍA

CICLO 3 EL APRENDIZAJE TOMA EN CUENTA LA ACTIVACIÓN DE NECESIDADES FISIOLÓGICAS





POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa



¿Cuánto
tiempo dura 1
hora
académica?



45 min



Horario escolar

Horas	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00 a 9:45	LENGUA	RELIGIÓN. ALTERNATIVA	LENGUA	LENGUA	LENGUA
9:45 a 10:30	LENGUA	RELIGIÓN. ALTERNATIVA	LENGUA	LENGUA	MATES
10:30 a 11:15	INGLÉS	LENGUA	MATES	MATES	NATURALES
11:15 a 12:00	MATES	MATES	E. FÍSICA	INGLÉS	E. FÍSICA
12:00 a 12:30	RECREO	RECREO	RECREO	RECREO	RECREO
12:30 a 13:15	NATURALES	SOCIALES	MATES	MATES	SOCIALES
13:15 a 14:00	MÚSICA	INGLÉS	NATURALES	SOCIALES	PLÁSTICA



POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

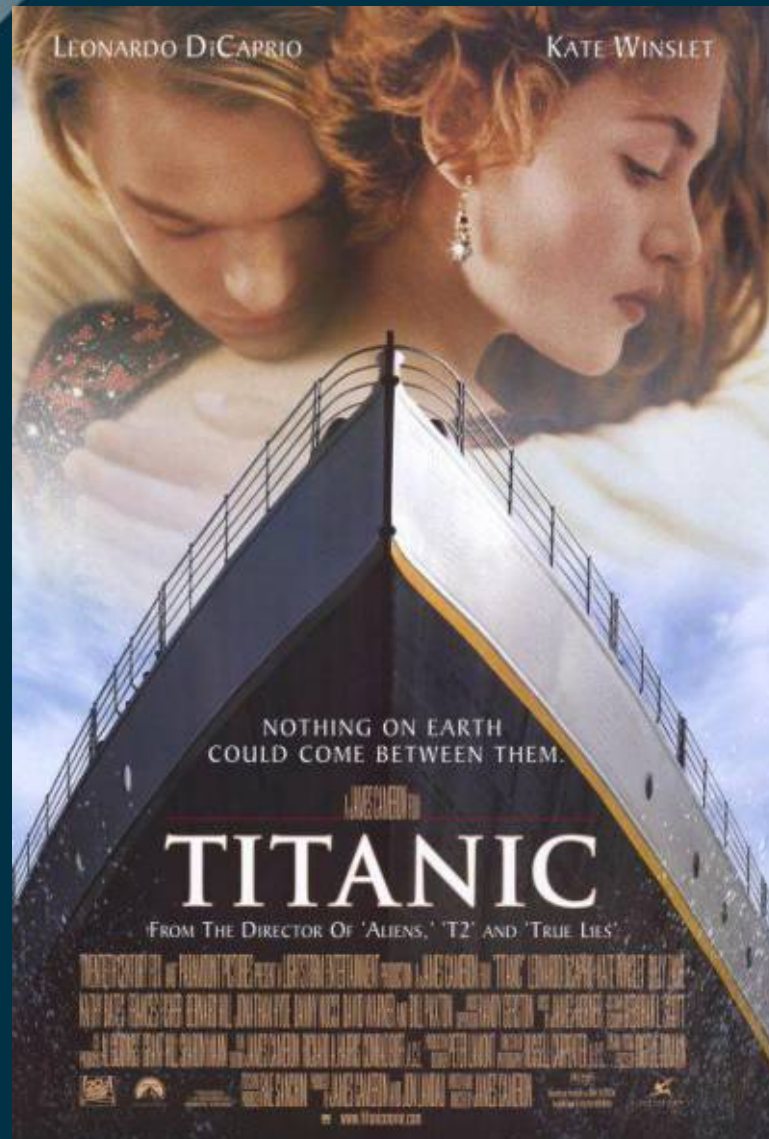
suma 5.0



educa



En Promedio
¿Cuánto dura
una película?







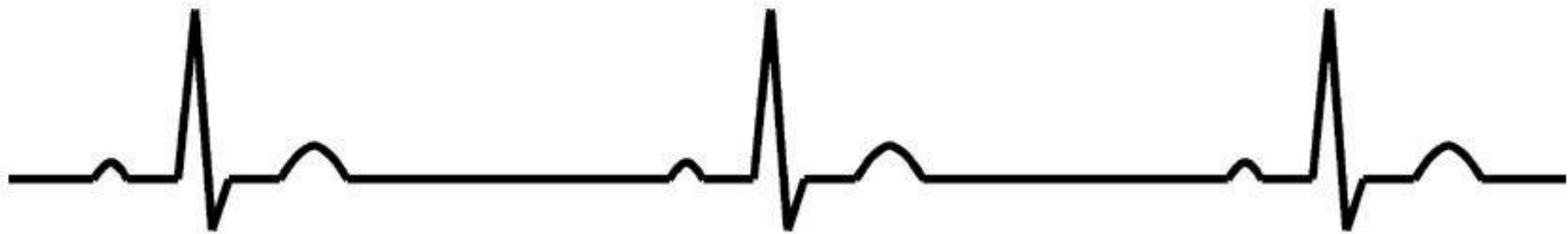
POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

Ley de la Periodicidad



LEY DE LA PERIODICIDAD

LUDOPREVENCION

CICLO 1 EL APRENDIZAJE EXIGE ATENCIÓN



15 ATENCIÓN
MINUTOS

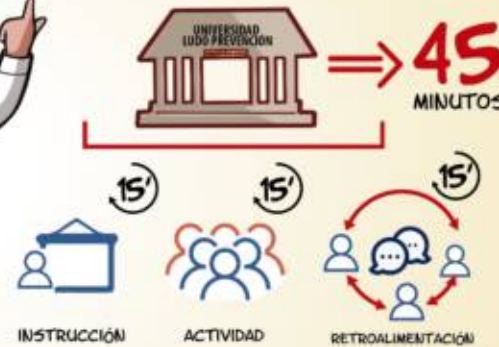
CAPACITACIONES ACTIVAS
CAMBIOS DE ACTIVIDAD
CADA 15 MINUTOS

ATENCIÓN	NIVEL
5 - 8 MIN	INICIAL
8 - 12 MIN	JUNIOR
12 - 15 MIN	MIDLE
12 - 15 MIN	SENIOR
15 - 18 MIN	GRADO

HERNAN
ALDANA
(UNIV. DE BELGRANO)



CICLO 2 EL APRENDIZAJE EXIGE PAUSAS



PAUSAS ACTIVAS PEDAGÓGICAS

1. RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA
2. AUTOMASAJE
3. ESTIRAMIENTO DENTRO DEL AULA
4. MANEJO DE VOZ - EXPRESIÓN CORPORAL
5. DINÁMICA DE CONCENTRACIÓN - ATENCIÓN
6. AROMATERAPIA - MUSICOTERAPIA
7. RELAJACIÓN - MEDITACIÓN

LIGIA SALAZAR
CHEVARRIA

Atención

10 - 18 MINUTOS ININTERRUMPIDOS



JOHNSTONE Y
PERCIVAL
(1976)

5 PRIMEROS MINUTOS 10 MINUTOS 20 MINUTOS



CICLO 3 EL APRENDIZAJE TOMA EN CUENTA LA ACTIVACIÓN DE NECESIDADES FISIOLÓGICAS







POSITIVA
COMPANIA DE SEGUROS

suma 5.0



Ley de la Repetición

Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente

LISTO
Trabajo
Terminado



Basados en el texto: Ley de la Repetición, haz una Infografía





Actividad



Finalidad



Asociación



Afecto



Repetición



Periodicidad





Asociación



Finalidad



Actividad



Afecto

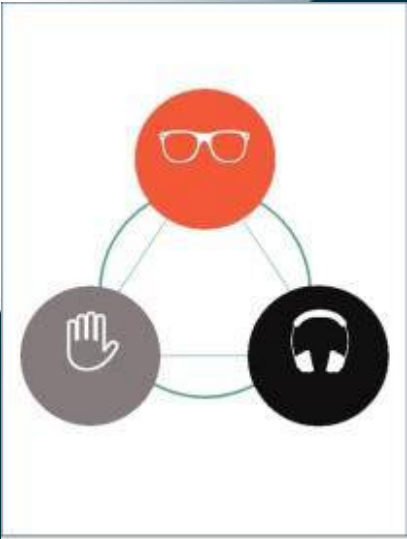


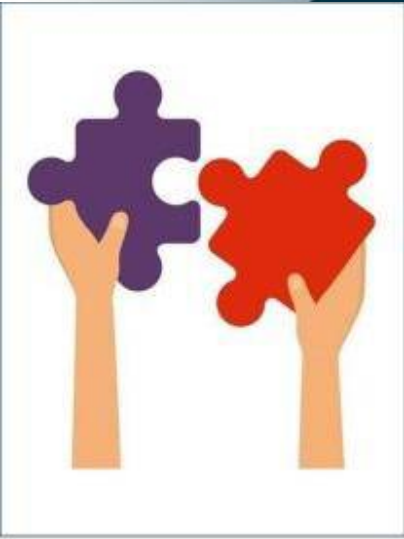
Periodicidad



Repetición







Ley

Imagen

Esta Ley dice...

Aplicando esta Ley

“Frase”

Según Investigaciones





Azul: Caballeros

Magenta: Damas



Azul: Caballeros

Magenta: Damas

Esta ley dice que:

Debemos averiguar los conocimientos previos de nuestros alumnos a fin de que la nueva información que le enseñemos se ancle o conecte con lo que el alumno conoce, dándole así mayor sentido y por lo tanto lo asimile y recuerde más fácilmente.

Esta ley dice que:

Para captar la atención de los trabajadores, hacer que se sientan cómodos y recuerden lo que le enseñamos en las capacitaciones, la forma en que se presenta la información debe parecerles agradable, amena, y generarles emociones positivas.

Esta ley dice que:

Los adultos filtran la información que desean recordar. Si la información nueva le parece útil, relevante, aplicable a su vida laboral o personal, la van a almacenar y recordar, en caso contrario la ignoran desde un principio o la olvidan al poco tiempo.

Esta ley dice que:

Las personas tenemos ciclos de atención. La atención varía con el tiempo. A veces la atención es alta, a veces disminuye y si no se recupera puede ser nula. Por lo tanto, el docente periódicamente debe realizar actividades para recuperar la atención del público.

Esta ley dice que:

Las personas tenemos diferentes estilos de aprendizaje: Visual, auditivo o Kinestésico. Sin embargo todos aprendemos mejor haciendo, experimentando puesto que el aprendizaje activo es más profundo que el pasivo (solo ver y/o escuchar).

Esta ley dice que:

Para que la información se consolide, se haga más sólida y las personas la recuerden, es necesario repetir. Sin embargo, a los adultos no les gusta repetir. De allí que el docente debe ingeniar formas dinámicas para que la repetición sea imperceptible o agradable para el alumno.

Aplicando esta ley, podemos incorporar:

- El Humor
- Competencias entre equipos
- Juego de roles
- Dinámicas que hagan participar al trabajador
- Cosas que motiven al trabajador
- Actividades que fomenten la curiosidad del trabajador

Aplicando esta ley, al final de una capacitación podríamos entregarle a cada participante un papel y pedirle que escriba los usos que el podría darle a la información que aprendió ese día.

Aplicando esta ley, Podemos usar las siguientes estrategias:

- Expresar lo mismo pero con un ejemplo
- Enunciar su opuesto o inverso
- Mencionar sinónimos
- Hacer resúmenes
- Hacer preguntas
- Pedir que un trabajador se lo repita a su compañero de al lado
- Pedirles que lo digan con sus propias palabras

Aplicando esta ley, debemos:

- Cambiar actividades (leer, debatir, escribir, observar, individuales, en pareja, grupales, etc) cada 18 minutos.
- Hacer pausas activas cada 45 minutos
- Breaks cada 2 horas.

Aplicando esta ley, debemos tener en cuenta usar información:

- *Visual:* imágenes, gráficos, fotos, diagramas, mapas conceptuales, esquemas, líneas de tiempo, etc
- *Auditiva:* del mismo profesor, de un video, de los mismos alumnos.
- *Kinestésica:* los alumnos deben escribir, explicar, debatir, resolver un caso, exponer, armar, dibujar, moldear, etc.

Aplicando esta ley, por ejemplo en una capacitación de prevención de accidentes con Montacargas (o grúa horquillas), en lugar de advertir a los trabajadores que ese vehículo aunque parece pequeño puede pesar hasta 5 toneladas, por lo tanto si una llanta de esas te pasara por el pie, podría generarte un gran daño; usando esta ley deberíamos más bien mencionar que ese Montacargas pesa lo mismo que 3 automóviles.

"3 claves para una capacitación efectiva:

1. Que sea breve
2. Que no sea larga
3. Que no demore mucho"

Roberto Rosler

"No podemos ser efectivos en el aprendizaje sino somos afectivos"

Anna Forés Miravalles

"El aprendizaje es hijo de la repetición. Significa que la repetición es una poderosa herramienta para la enseñanza, mediante la repetición, una idea nueva se convierte rápidamente en una convicción."

Robin Sharma

"El aprendizaje significativo es aquel que proviene del interés del individuo, no todo lo que aprende es significativo, se dice así cuando lo que aprende le sirve y utiliza por que es valorado para el como primordial y útil". (Alnelly)

"El factor más importante que influye en el aprendizaje es lo que el alumno ya sabe. Averígüese esto y enséñele en consecuencia"
(Ausubel, Novak y Hanesian, 1983).

"El aprendizaje no es un deporte de espectadores".
D. Blocher.

En un estudio realizado por Erk et al. en el 2002, utilizando la técnica de la resonancia magnética funcional, se investigó cómo afecta el contexto emocional al proceso de memorización. Se presentó a los participantes una fotografía que generaba emociones positivas, negativas o neutras y, a continuación, palabras que debían memorizar. El resultado fue que las palabras mejor recordadas eran las asociadas al contexto emocional positivo.

Según las características de la Andragogía establecidas por Knowles (2001), el primer principio en el aprendizaje de los adultos es: La necesidad de saber. Los adultos tienen necesidad y quieren saber por qué han de aprender una cosa antes de emprender un proceso de formación. Un primer paso por lo tanto es la necesaria toma de conciencia que un adulto exige sobre la utilidad, pragmática, de lo que va a aprender.

Existen estudios científicos que demuestran que la capacidad de atención de una persona es limitada. En el año 1976, Johnstone & Percival establecieron que el tiempo máximo que una persona podía estar atenta de forma ininterrumpida era de entre 10 y 18 minutos.

Según los estudios de Roders, P., 2005 – Raichle, M., 1994, quienes analizaron la actividad cerebral de los diferentes canales de aprendizaje y obtuvieron los siguientes resultados:

- Leyendo: 10%
- Escuchando: 20%
- Observando: 30%
- Observando y Escuchando: 50%
- Exponiendo: 70%
- Descubriendo y Procesando: 90%

Según las investigaciones consultadas por Cecilia Ortega-Díaz y Antonio Hernández-Pérez, Investigadores Educativos de la Escuela Normal de Amecameca, el aprendizaje profundo, tiene que ver con el significado, la reinterpretación, comprensión, conexión y aplicación de conocimientos; vinculándose con la teoría constructivista; mientras tanto el aprendizaje superficial no busca entendimiento y tiende a emplear estrategias de estudio superficial, como la memorización y la reproducción, el conocimiento queda en estado inerte.

Según la investigación de la Universidad de Sevilla, publicada en la prestigiosa revista de neurociencias "Behavioral Brain Research" en el 2010, pone de manifiesto que la repetición como método de aprendizaje es un mecanismo natural y eficaz, probablemente el mejor, para consolidar lo que se ha estudiado. El cerebro requiere que se repitan varias veces lo que se quiera estudiar o aprender para que se quede grabado permanentemente. La investigación se centra en los efectos fisiológicos y cerebrales que produce la repetición de la información que se quiere aprender en el aprendizaje y en la memoria de trabajo.

GAME OVER



POSITIVA
COMPANIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa



PREGUNTAS



**¡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!**

Recuerda que POSITIVA tiene para ti:

Posipedia

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



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAS



Guías



Mailings



Videos



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:
Nombre:
Total horas: 00

Mostrar: 10 | Ordenar:
Buscar:

No	Acción educativa	Fecha de Certificación	Duración en horas	Modalidad	Descarga
1	CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL SEMIO EXTENSIONOLÓGICA (WELI)	2023-03-16	0	PRESENCIAL	
2	CONGRESO TECNICO EN PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL	2024-04-16	0	PRESENCIAL	
3	CURSO VIRTUAL DE 20 HORAS METABOLISMO Y NUTRICIÓN	2024-04-16	20	VIRTUAL	
4	CURSO VIRTUAL DE 20 HORAS SISTEMA DE GESTIÓN DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	2023-04-16	20	VIRTUAL	

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

¿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!

