

**PROGRAMA DE CAPACITACIÓN PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN EN
SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**

**UNIMOS EMPRESA MUNICIPAL DE TELECOMUNICACIONES
DE IPIALES S.A. E.S. P**

FEBRERO 2025

Elaborado por:	Revisado por:	Aprobado por:
Juan Pablo Quiroz Coordinador SST	Margoth Maricela Leitón Jefe C.D.I.y Talento Humano	Margoth Maricela Leitón Jefe C.D.I.y Talento Humano

1. INTRODUCCION

De acuerdo con los requisitos del Artículo 2.2.4.6.11 del Decreto 1072 de 2015, todas las empresas están obligadas a implementar un Programa de Capacitación en la Prevención de Riesgos Laborales y Accidentes de Trabajo.

Este Programa está elaborado, teniendo en cuenta las necesidades de capacitación detectadas a través de la evaluación y valoración de los riesgos, a través de las consultas realizadas a los trabajadores, concertación de plan de Trabajo con el COPASST y Comité de Convivencia Laboral.

2.OBJETIVOS

2.1 Objetivo General

Capacitar a los trabajadores de Unimos Empresa Municipal de Telecomunicaciones de Ipiales S.A E.S.P, en seguridad y salud en el trabajo, apoyado en los factores de riesgos y peligros identificados en el desarrollo habitual de sus tareas propias de su cargo.

2.2Objetivos Específicos

- Desarrollar una adecuada cultura de la prevención en cuanto a seguridad y salud en el trabajo.
- Establecer cambios de actitud en el trabajo de los empleados de la organización.
- Realizar actividades de promoción y prevención propuesto a mejorar las condiciones de trabajo y salud, contra los riesgos derivados de la labor desempeñada.



Carrera 5 No.12-04(602)7732333

talentohumano@unimosesp.com.co

Ipiales, Nariño, Colombia

3. ALCANCE

El diseño del programa de capacitación está dirigido a todo el personal operativo y administrativo de Unimos Empresa Municipal de Telecomunicaciones de Ipiales S.A E.S. P, expuestos ante los factores de riesgo referente a la actividad de la empresa, se les brindara orientación general sobre los riesgos, peligros, parámetros, guías, normas y procedimientos establecidos por la legislación colombiana sobre Seguridad y Salud en el Trabajo.

4. CONCEPTOS Y DEFINICIONES

Capacitación: Es un proceso que posibilita al capacitando la apropiación de ciertos conocimientos, capaces de modificar los comportamientos propios de las personas y de la organización a la que pertenecen. La capacitación es una herramienta que posibilita el aprendizaje y por esto contribuye a la corrección de actitudes del personal en el puesto de trabajo.

Capacitación en condiciones de salud: Como parte fundamental de las campañas de medicina preventiva, el trabajador debe recibir elementos teóricos y prácticos de prevención y control de enfermedades comunes, profesionales, accidentes e incidentes y primeros auxilios.

Capacitación en prevención: Para hacer capacitación en prevención se deben tener como base los manuales de seguridad, en los que se debe describir las normas y los procedimientos correctos del trabajo. Para su desarrollo debe establecerse la siguiente metodología: Identificar oficios, equipos interdisciplinarios, procedimientos, riesgos y elementos de protección personal.

Condiciones de trabajo: Son el conjunto de variables subjetivas y objetivas que definen la realización de una labor concreta y el entorno en que esta se realiza e incluye el análisis de aspectos relacionados como la organización, el ambiente, la tarea, los instrumentos y materiales que pueden determinar o condicionar la situación de salud de las personas.

Inducción: consiste en la orientación, supervisión y ubicación de nuevos trabajadores durante el ingreso a la organización. Se hace con el fin de acelerar la integración y acoplo del trabajador con la organización, compañeros de trabajo y su labor. “Son las acciones de información, educación y entrenamiento, se deben realizar de acuerdo con medidas de prevención y seguridad. Los trabajadores



ALCALDÍA MUNICIPAL DE

Ipiales

Carrera 5 No.12-04(602)7732333

talentohumano@unimosesp.com.co

Ipiales, Nariño, Colombia

deberán conocer las medidas de control de acuerdo con cada riesgo detectado en cada área”.

Plan de capacitación: Es una estrategia indispensable para alcanzar los objetivos de la salud ocupacional, ya que habilita a los trabajadores para realizar elecciones acertadas en pro de su salud, a los mandos medios para facilitar los procesos preventivos y a las directivas para apoyar la ejecución de los mismos. La programación, por lo tanto, debe cobijar todos los niveles de la empresa para asegurar que las actividades se realicen coordinadamente.

Peligro: Fuente, situación o acto con potencial de daño en términos de enfermedad o lesiones a las personas, o una combinación de estos.

Factor de Riesgo: Cualquier elemento, material o condición presente en los ambientes laborales de los establecimientos que ofrecen servicios de estética ornamental que por sí mismo, o en combinación puede producir alteraciones negativas en la salud de los trabajadores y usuarios, cuya probabilidad de ocurrencia depende de la eliminación o control de dicho factor.

Riesgo químico: Son todos aquellos elementos y sustancias que, al entrar en contacto con el organismo, bien sea por inhalación, absorción o ingestión, pueden provocar intoxicación, quemaduras o lesiones sistémicas, según el nivel de concentración y el tiempo de exposición.

Riesgo biológico: En este caso encontramos un grupo de agentes orgánicos, animados o inanimados como los hongos, virus, bacterias, parásitos, pelos, plumas, polen (entre otros), presentes en determinados ambientes laborales, que pueden desencadenar enfermedades infectocontagiosas, reacciones alérgicas o intoxicaciones al ingresar al organismo.

Enfermedad laboral: Es enfermedad laboral la contraída como resultado de la exposición a factores de riesgo inherentes a la actividad laboral o del medio en el que el trabajador se ha visto obligado a trabajar. El Gobierno Nacional, determinará, en forma periódica, las enfermedades que se consideran como laborales y en los casos en que una enfermedad no figure en la tabla de enfermedades laborales, pero se demuestre la relación de causalidad con los factores de riesgo ocupacionales serán reconocidas como enfermedad laboral, conforme lo establecido en las normas legales vigentes.



Carrera 5 No.12-04(602)7732333

talentohumano@unimosesp.com.co

Ipiales, Nariño, Colombia

Accidente laboral: Es accidente de trabajo todo suceso repentino que sobrevenga por causa o con ocasión del trabajo, y que produzca en el trabajador una lesión orgánica, una perturbación funcional o psiquiátrica, una invalidez o la muerte. Es también accidente de trabajo aquel que se produce durante la ejecución de Órdenes del empleador, o contratante durante la ejecución de una labor bajo su

Estructura Plan de Trabajo de Capacitación

El siguiente programa de capacitación está orientado a apoyar a la gestión estratégica de la prevención del riesgo, y a su vez es una herramienta de orientación y acompañamiento, dirigido a los trabajadores de Unimos Empresa Municipal de Telecomunicaciones de Ipiales S.A E.S.P, es un instrumento esencial que aporta metodologías y estrategias de capacitación, teniendo como resultados trabajadores sensibilizados, dispuestos a aportar con responsabilidad el autocuidado, para prevenir accidentes y enfermedades de tipo laboral.

5. METAS

- Brindar capacitación al 90% de los trabajadores que se refieren en el alcance de este programa.
- Cumplir con el 85% de las actividades establecidas, en el cronograma.
- Que las evaluaciones realizadas a los trabajadores después capacitación tengan puntajes mayores a cuatro.

6. ESTRATEGIAS

- Presentación y análisis de accidentes y enfermedades que proceden de la actividad laboral por medio de fotos y videos.
- Realizar talleres didácticos para todo el personal operativo y administrativo.
- Metodología de exposición – Interactiva.
- Realizar ejercicios de pausas activas dentro del programa de salud ocupacional.



ALCALDÍA MUNICIPAL DE

Ipiales

Carrera 5 No.12-04(602)7732333

talentohumano@unimosesp.com.co

Ipiales, Nariño, Colombia

7. TIPOS DE CAPACITACIÓN

7.1 Capacitación Preventiva. Está orientada a prever los cambios que se producen en el personal tanto operativo como administrativo de Unimos Empresa Municipal de Telecomunicaciones de Ipiales S.A E.S. P, debido a que sus actividades laborales, se vuelven rutinarias y su desempeño puede variar con los años, sus destrezas pueden deteriorarse y la tecnología hacer obsoletos sus conocimientos. La finalidad de esta capacitación es adaptar al personal de la empresa para asimilar las nuevas técnicas de trabajo.

7.2 Capacitación Correctiva. Su propósito es solucionar y aplicar los correctivos ante los factores de riesgos y peligros, presentes en el desarrollo de las actividades tanto operativas como administrativas.

8 RECURSOS

Para realizar la capacitación a los trabajadores se requieren los siguientes equipos y elementos, así:

8.1 Personal. Este se conformará por un personal, con experiencia en seguridad y salud en el trabajo y área de Talento Humano de la empresa.

8.2 Materiales. Se requiere un computador, video vean, tablero, documentos Técnico – Educativo: Guías, folletos, y fotocopias con temas relativos a capacitar. Las capacitaciones se llevarán a cabo en las instalaciones de la empresa o donde las directivas de esta designen.

9 INDICADORES

9.1 Efectividad del aprendizaje en nota

$((NF-NI)/NI)*100$

- NF: Nota final o sumatoria.
- NI: Nota inicial o diagnóstica

Meta: Superior al 75%. Es decir que el total de los trabajadores de Unimos Empresa Municipal de Telecomunicaciones de Ipiales S.A E.S. P evaluados, el 75 % tendrá nota superior a ocho, en una escala de 1 a 10.



ALCALDÍA MUNICIPAL DE

Ipiales

Carrera 5 No.12-04(602)7732333

talentohumano@unimosesp.com.co

Ipiales, Nariño, Colombia

9.2 Porcentaje cobertura de capacitación atendidas.

(No de Capacitaciones ejecutadas/ No de capacitaciones programadas*100)

Meta: Se espera una cobertura del 85%

9.3 Porcentaje de trabajadores que reciben capacitación.

No de trabajadores capacitados *100 No total de trabajadores

Meta: Se espera una cobertura del 90%

10 ACTIVIDADES A DESARROLLAR

Estas actividades permitirán a los trabajadores mejorar las condiciones y ambiente de trabajo, mejorar su salud física y mental, y ayudara a prevenir incidentes, accidentes y la aparición de enfermedades.

10.1 Seguridad y salud en el trabajo

- Sistema de gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (Decreto 1072 de 2015)
 - Responsabilidades en el SG-SST.
 - Inducción y Reinducción.
 - Políticas y Objetivos de la Seguridad y Salud en el trabajo.
 - Plan de prevención, preparación y respuesta ante emergencias.
-
- **Estrategia:** El propósito es involucrar al personal a todo el personal de Unimos Empresa Municipal de Telecomunicaciones de Ipiales S.A E.S. P, en el tema de la Seguridad y Salud en el trabajo, por lo que se empleara la metodología de la exposición, trabajos de grupo y talleres para mantener un ambiente cálido entre los participantes.



ALCALDÍA MUNICIPAL DE

Ipiales

Carrera 5 No.12-04(602)7732333

talentohumano@unimosesp.com.co

Ipiales, Nariño, Colombia

10.2 Prevención de Accidentes

- Accidente de trabajo en el desarrollo de actividades, reporte e investigación.
 - Tipos de riesgos en el desarrollo de actividades laborales y otras.
 - Identificación de Peligros, valoración de riesgos, e implementación de controles, condiciones y actos inseguros.
 - Uso adecuado de EPP.
 - Trabajo seguro en Alturas.
 - Orden y aseo previene accidentes.
 - Etiquetado y almacenamiento de sustancias químicas.
- **Estrategia:** Por medio de exposición, presentación de casos, fotos, y videos se mostrará la clase de accidentes y formas de prevenirlos en el desarrollo de sus actividades.

10.3 Prevención de enfermedades

- Ergonomía en las actividades. Lesiones osteomusculares.
 - Pausas Activas.
 - Actividades repetitivas Higiene postural.
 - Riesgo biológico y químico. Factores de Riesgo biológico y químico.
 - Normas de bioseguridad.
 - Disposición adecuada de residuos.
 - Autocuidado y salud en el trabajo Hábitos saludables.
 - Prevención del Riesgo Psicosocial
 - Comunicación asertiva, resolución de conflictos.
- **Estrategia:** Para llevar a cabo estas actividades se darán los conceptos necesarios para el desarrollo adecuado del trabajo, y se implementaran acciones correctivas ante los riesgos presentes, se instruirá sobre la manera de evitar posibles accidentes o enfermedades por medio de exposición, talleres, estudios de caso, y presentación de casos reales.

11 EVALUACIÓN

Se evaluará al capacitador y los temas tratados al final de la capacitación, con el fin de medir la efectividad, buen uso de la información y despliegue de la misma.



ALCALDÍA MUNICIPAL DE
Ipiales

Carrera 5 No.12-04(602)7732333

talentohumano@unimosesp.com.co

Ipiales, Nariño, Colombia

12 CRONOGRAMA

Se dispone de un cronograma de actividades el cual se desarrollará a lo largo del año 2025, con el fin de cubrir todas las necesidades y todos los trabajadores.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD	RESPONSABLE	FECHA
Pausas Activas	Coordinador SST-jefe de CDI y Talento Humano	Enero-diciembre 2025
Socialización de Políticas y Objetivos del SG-SST	Coordinador SST	Febrero 2025
Inducción y Reinducción en SST	Coordinador SST	Febrero 2025
Socialización accidentes de Trabajo en Aturas	Coordinador SST	Febrero 2025
Capacitación Brigada de Emergencias	Coordinador SST ARL	Marzo 2025
Reentrenamiento Trabajo seguro en alturas	Coordinador SST-jefe de CDI y Talento Humano	Marzo 2025
Rescate en Alturas	Coordinador SST-jefe de CDI y Talento Humano	Marzo 2025
Manejo de escaleras	Coordinador SST-jefe de CDI y Talento Humano	Marzo 2025
Inspección de Equipos	Coordinador SST-jefe de CDI y Talento Humano	Marzo 2025
Etiquetado y Almacenamiento de sustancias químicas	Coordinador SST	Marzo 2025
Socialización de Formato reporte actos y condiciones Inseguras	Coordinador SST	Marzo 2025
Prevención del Riesgo Psicosocial	Coordinador SST-jefe de CDI y Talento Humano	Abril 2025
Hábitos y Estilos de Vida Saludables	Coordinador SST COPASST	Abril 2025
Seguridad Vial	Coordinador SST-ARL	Abril 2025
Capacitación Brigada de Emergencias	Coordinador SST ARL	Abril 2025



Carrera 5 No.12-04(602)7732333

talentohumano@unimosesp.com.co

Ipiales, Nariño, Colombia

Socialización Plan de prevención, preparación y respuesta ante emergencias.	Coordinador SST	Mayo 2025
Capacitación en Higiene Postural	Coordinador SST ARL	Mayo 2025
Riesgo Biológico y Químico	Coordinador SST	Junio 2025
Disposición adecuada de Residuos	Coordinador SST COPASST	Junio 2025
Comunicación asertiva, Resolución de Conflictos	Coordinador SST COCOLAB	Julio 2025
Orden y Aseo	Coordinador SST COPASST	Agosto 2025
Capacitación prevención de riesgo biomecánico	Coordinador SST ARL	septiembre 2025
Simulacro de Emergencias	Coordinador SST-jefe de CDI y Talento Humano	Octubre 2025



ALCALDÍA MUNICIPAL DE

Ipiales

Carrera 5 No.12-04(602)7732333

talentohumano@unimosesp.com.co

Ipiales, Nariño, Colombia