

Fecha de Generación del informe: 18 de diciembre de 2020

Empresa: CONG HERM FRANC MISIONERAS MARIA AUX

Identificación de la empresa: 860028947

Sede: CLINICA MABRE BERNARDA

Fecha de Elaboración: 18/12/2020

Estado del Informe: Terminado

Asesorado por: Maria Cristina Gutierrez Cantillo

Fecha de prestación del servicio: 17/12/2020

Nombre del prestador:

Municipio donde se prestó el servicio: CARTAGENA DE INDIAS (BOLIVAR)

Nombre de la tarea: REUNION CON EL COPASST O VIGIA DE SST

Asistentes

Tipo Identificación	Número Identificación	Nombre	Cargo
Cedula	1047394770	MARLYN AISHA MUHAMMAD MENA	AUX DE ENFERMERIA LABORATORIO
Cedula	1143328484	ALEJANDRO GERMAN MARTINEZ PEREZ	REVISOR DE CUENTAS
Cedula	33104255	JHANIRIS DEL CARMEN RUIDIAZ PEREZ	ANALISTA DE TALENTO HUMANO
Cedula	1050947686	LEIDEN MANUEL DAUTT MARRUGO	COORDINADOR DE CARTERA
Cedula	51575509	HNA. ROSA MARIA PEDREROS DIAZ	COORDINADORA DE CIRUGIA
Cedula	1047474563	ALEJANDRA CARMONA R	ANALISTA DE SST
Cedula	22806632	MARIA GUTIERREZ CANTILLO	CONSULTORA II

Introducción

El coronavirus ha llegado a nuestro país y en SURA estamos preparados para afrontarlo, por eso pensando en el bienestar de nuestros afiliados, queremos compartirtte recomendaciones y aspectos importantes que se deben tener en cuenta para evitar la propagación del virus y garantizar la salud y protección de todos.
De acuerdo a lo definido por la Circular 0017 del 24 de Febrero de 2020, desde SURA, te entregaremos información sobre lo que necesitas saber , para prevenir, controlar y mitigar las consecuencias de lo que hoy estamos viviendo con el coronavirus COVID-19, en búsqueda de un bien social, esto nos permite crear aprendizajes para la acción, prepararnos y tomar decisiones más conscientes

Objetivos

Brindar a la empresa pautas para la prevención del COVID-19, de modo que le permita tomar medidas efectivas para evitar en sus Colaboradores el contagio de la enfermedad.
Entregar información para la atención del COVID 19, para las empresas que tengan casos sospechosos o sintomáticos.

Metodología

Se realiza contacto con la empresa, de forma virtual
El proceso se desarrolla mediante conversación con la empresa, en primera instancia reconociendo como se siente la organización con la situación por la que está pasando el mundo por el COVID -19 y como la empresa está atendiendo la emergencia.
Posteriormente se entrega a la empresa información sobre la prevención en COVID-19 basadas en las guías conversacionales desarrolladas por Sura y la información de la Organización Mundial de la Salud, Instituto Nacional de Salud, Ministerio de Salud y de Trabajo de Colombia.

Datos generales:

Hora de inicio del acompañamiento

7:30 AM

Empresa recibe asesoría

Si

Gestión realizada

Asesorada

Nombre de la persona que atiende la asesoría

ALEJANDRA CARMONA ROMERO

Cargo de la persona que atiende la asesoría

ANALISTA DE SST

Número de cédula de la persona que atiende la asesoría

1047474563

Actividad específica relacionada con COVID

Prácticas seguras; Inspecciones de seguridad para vehículo; Ergonomía aplicada a los puestos de trabajo y manejo de cargas; Elementos de protección personal; Proceso de observación y cambio de comportamiento; Selección y formación de líderes en SGSST

Hora final del acompañamiento

10:00AM

Oficina

Cartagena

Hallazgos:

Principales hallazgos de la asesoría

Fecha de Generación del informe: 18 de diciembre de 2020

Manejo de casos positivos activos

Se inicia reunión con la revisión de los casos activos positivos covid19 , con el copasst y coordinadora de sst informa que 3 casos de reafeccion con covid19

por esta razón requiere realizar aumentar las intervenciones en las normas de bioseguridad a traves de nuevas estrategias .

se orienta a la empresas a la realización de estrategias que permitan intervenir de manera eficaz el manejo de virus covid19 en la clinica , sugiriendo como estrategias .

+Utilización de el colegio Gestion de Riesgo que permita la sensibilizarnos de la temática existente el covid19 , para dar acompañamiento se realiza repaso de como utilizar la herramienta virtual (se realiza ejercicio con el contacto)

+ Conformar comited de gestion del riesgo para el manejo de covid19 donde estén las jefes de area , coordinadora de seguridad del paciente para programar estrategia dirigidas al cuidado ,bioseguridad.

+ Seguir con la campaña visual de mensajes , señalizaciones

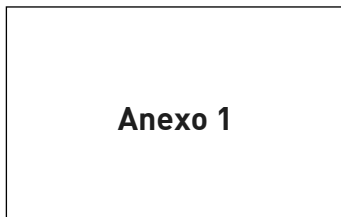
+ Seguir con el acompañamiento puesto a puesto motivando a todos los colaboradores en la preveccion y promoción del lavado de mano , distanciamientos social en horas de descanso (almuerzo)

+Seguir fortaleciendo el adecuado uso de elementos de protección personal

+ Monitoria los resultado diarios de encuesta de síntomas

+Gestionar la realización de tamizaje para covid19 en áreas criticas

Evidencias:



Compromisos y observaciones:

Compromisos de la empresa

Procurar atención inicial y seguimiento oportuno al trabajador que presentó el Accidente por exposición laboral al agente de riesgo biológico

Información entregada durante el acompañamiento

Ministerio de Salud de Colombia; Instituto Nacional de Salud; Protocolo de atención y manejo de casos; Riesgos de contagio al COVID 19; www.arlsura.com.co

Compromisos de Sura

Asesor y brindar acompañamiento a empresa para disminuir los porcentajes de accidente y enfermedad laboral para el riesgo biologico

Bibliografía

Guías conversacionales Sura

Guía competitividad empresarial

Riesgos de contagio al COVID 19

Recomendaciones en Salud Mental y COVID 19

Trámite de medica laboral

Organización Mundial de la Salud

Instituto Nacional de Salud

Ministerio de Trabajo de Colombia

Ministerio de Salud de Colombia

Anexos

Anexo 1



#Tusaccionessuman

**Campaña de Prevención
Sector Salud
Covid -19**

OBJETIVO



Establecer mecanismos de recordación o comunicación para reaprender normas básicas para evitar la propagación del covid-19.

#Tusaccionessuman

Acciones para evitar el contagio, existe 4 elementos importantes en los Potenciales Organizacionales :

1. **Información:** Para mantener la confianza en los colaboradores
2. **Control de Acceso:** Poner en práctica los conceptos básicos de las medidas de prevención como protocolos : salida de casa, toma de temperatura, encuestas de síntomas, regreso a casa, ect.
3. **Organización en el trabajo:** Poner en prácticas los protocolo para cumplir las recomendaciones en los lugares de trabajo como: momento de consumo de alimentos, lockers, etc
4. **Preparar a los líderes:** Fortalecer el conocimiento, aprendizaje, y anticipación para que nos ayude a reforzar a los colaboradores. Tales como monitoreo, n y respuesta

#Tusaccionessuman



Estos 4 elementos, se articulan con los siguientes item:

1. Inspección de seguridad para medición de adherencia de los protocolos de bioseguridad y verificación de señalización Covid 19 en las clínicas, a través de un asesor presencial. También revisamos Contratistas
2. Implementación de Campaña Visual
3. Lanzamiento de la Semana de Bienestar mitigar Covid 19
4. Apoyo en formaciones a los Copasst.
5. Encuentro Educativos empresas del sector
6. Reforzar tele orientación Psicológica
7. Seguimiento a casos Covid 19 desde salud - Auto atención.
8. Plan de Intervención para personal Vulnerable
9. Campaña de Adherencia de los Protocolos de Bioseguridad PONLE CORAZON A TU SEGURIDAD
10. Estrategia del Duelo
11. Manejo del Brote

1. Inspección de seguridad para revisar los protocolos de bioseguridad



**RECOMENDACIONES
PARA EL RETORNO
INTELIGENTE EN EL
SECTOR DE LA SALUD
COVID-19**

- Inspección que se realizará en las clínicas para verificar el cumplimiento de los protocolos de bioseguridad,
- Verificación de Señalización Covid 19 en las áreas

Basado en la Resolución 1155 del 2020

2. Implementación de Campaña Visual

- Afiches
- Señalización
- Sticker
- Individuales
- Cartilla o cuadernillos

AFICHE COVID 19

La importancia de lavar tus manos

El agua caliente por sí misma no reduce la virulencia respiratoria de un virus de interés, es que cuando se combina con jabón se logra romper la estructura de la membrana celular de los microorganismos, eliminarlos y eliminarlos.

¿Cuándo lavar las manos?

Antes y después de:

- Viajar en avión
- Manipular alimentos
- Tener contacto con animales

Recuerda:

- El agua y jabón se lavan bien
- Después de cada uso de baño

¿Cómo lavar las manos?

1. Untar jabón
2. Frotar palma con palma
3. Frotar dorso de la mano con palma
4. Entrelazar los dedos
5. Frotar pulgar con palma
6. Frotar palma con pulgar
7. Secar con toalla limpia

Reservado todos los derechos. No se permite la explotación económica ni la transformación de esta obra. Queda permitida la impresión en su totalidad.

CANTIDAD AFICHE PROTOCOLO LAVADO MANOS

20

CORONAVIRUS

Es un virus causante de enfermedades respiratorias que van desde el resfriado común a un síndrome respiratorio agudo severo.

SIGNOS Y SÍNTOMAS

Los síntomas y signos clínicos de esta enfermedad pueden ser semejantes a los de otras infecciones respiratorias agudas (IRA).

- Fiebre mayor a 38°
- Tos Secca
- Dolor de garganta
- Secreciones Nasales
- Dolor Articular
- Malestar General

Estar atento hace parte de tu bienestar

CANTIDAD AFICHE SIGNOS Y SINTOMAS

10

Disminuyamos el riesgo de contagio por COVID-19

movilidad segura al desplazarte

TEN SIEMPRE EN CUENTA LAS SIGUIENTES RECOMENDACIONES:

Para mejor salud, controlar también tu salud mental.

- El uso de tapabocas es obligatorio.
- Usa los tapabocas y otros sistemas de barreras físicas.
- Mantén, en lo posible, una distancia superior a un metro de otras personas.

COMO PEATON

- Evita caminar por lugares con basuras y charcos.

EN BICI, AUTO O PATINETA

- Usa guantes durante el recorrido y límpialos frecuentemente.
- Mantén limpio tu casco, gafas y elementos de protección.

COMO USUARIO DEL TRANSPORTE PÚBLICO:

- Evita desplazarte en horas pico y tener problemas y temas de agenda.
- Evita la manipulación del boleto, tocar la cara y consumir alimentos durante el recorrido.
- En caso de que debas usar el colectivo, paga con el valor exacto.
- Abre las ventanas, en lo posible, para favorecer la ventilación interna del vehículo.

EN CARRO:

- Mantén los vidrios arriba, puede contribuir a que respases un material viral, así que la mayoría de las veces se lavan con agua.
- Evita viajar con personas que tengan síntomas de virus y si lo haces, pídeles que usen tapabocas y mantén ventilado el vehículo.
- Limpia las superficies como: consolas de seguridad, tirón, área de instrumentos o freno de mano.

CANTIDAD AFICHE DESPLAZAMIENTO

5

Disminuyamos el riesgo de contagio por COVID-19

recomendaciones cuando llegues a casa

Para cuidar de ti y de los que amas te tenemos las siguientes recomendaciones:

- Quitarte los zapatos en la puerta antes de entrar y limpiarlos. Es recomendable usar solo un par de zapatos para entrar a la casa.
- Quitarte la ropa e intentar desahogar directamente al sitio de lavado.
- Limpiar el celular, teclado, mouse, herramientas de trabajo, computadora entre otros y toda los objetos de contacto o aquellos que se puedan tocar.
- No tocar nada y no ser tocado en ningún lugar.
- Hacer el baño y ducharse.

CANTIDAD AFICHE LLEGADA A CASA

5

Afiches Covid 19

Afiche chequeo cruzado



Elige un compañero con tu mismo rol y haz chequeo cruzado

-  Realicen un ejercicio de espejo: mirense detalladamente y revisen si se están poniendo correctamente los elementos de protección personal, y que sean todos los requeridos para el tipo de atención que van a prestar. Juntos corrijan lo que se deba mejorar.
-  Verifiquen que estén realizando correctamente el lavado e higienización de manos
-  Pregunten y conversen sobre su estado de ánimo

Tengan presente el estricto cumplimiento de las normas de bioseguridad.

¿A quién cuidas cuando te cuidas?

Se instala en la puerta de salida del Vestier especial



LAVADO DE MANOS

Lávate las manos solo cuando están visiblemente sucias. Si no, utiliza la solución alcohólica. La duración del procedimiento es de 40 - 60 seg.

- 

Mójate las manos con agua.
- 

Deposita en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todos los superficies de las manos.
- 

Frote las palmas de las manos entre sí.
- 

Frote la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.
- 

Frote las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
- 

Frote el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, rodeándolos los dedos.
- 

Frote con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, abrazándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
- 

Frote la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
- 

Enjuégate las manos con agua.
- 

Sécate con una toalla desechable.
- 

Utiliza la toalla para cerrar el grifo.
- 

Tus manos son seguras.

SEÑALIZACION COVID-19



Señal 1	Señal 2	Señal 3	Señal 4	Señal 5	Señal 6	Señal 7	Señal 8	Señal 9	Señal 10	Señal 11
 DESINFECTA TU CALZADO	 LÁVATE LAS MANOS	 ZONA DE DESINFECCIÓN	 CONSERVA UNA DISTANCIA DE 2 METROS	 USA GUANTES	 USA MASCARILLA	 EVITA TOCARTE LA CARA	 ZONA DE TOMA DE TEMPERATURA	 ZONA DE AISLAMIENTO TRANSITORIA	 POR TU BIENESTAR Y EL DE LOS DEMÁS DEJA ESTA SILLA LIBRE CONSERVA LA DISTANCIA	 ÁREA DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE VEHÍCULOS
3	15	3	15	3	15	5	2	1	15	1

Sticker Huellas de Distanciamiento Físico



Porque el cuidado no para ni en la hora del almuerzo



- » **Lava tus manos** antes y después de comer.
- » Si es posible, **trae tus propios vasos y cubiertos**.
- » Utiliza **gafas protectoras** antiempañantes.
- » **Deposita adecuadamente** los elementos desechables.
- » **Evita conversaciones**, mientras no estas usando la mascarilla o el tapabocas.

¡JUNTOS NOS ASEGURAMOS DE AVANZAR!

arlsura.com

Individual para los comedores

Stickers Covid 19

Adhesivo paso a paso uso de EPP

Cómo ponerse los elementos de protección personal

El uso de EPP debe seguir el rol y nivel de exposición, el procedimiento para ponerlo y retirarlo así como el momento de ajustarlo a las necesidades específicas.

- Gorro**
Ponéalo sobre la cabeza cubriendo todo el cabello.
- Visor, careta o gafas de seguridad**
Ponélos sobre la cara y los ojos, y ajústalos a la nuca.
- Gata manga larga**
Cúbrete con la bata completamente al torso desde el cuello hasta las muñecas, los brazos y hasta el nivel de los tobillos.
Ajusta la bata en la parte posterior del cuello y la cintura.
- Pelotas**
Las pelotas deben cubrir todo el cuerpo sin espacios y se deben asegurar mangas y tobillos con cintas de protección personal.
- Mascarilla quirúrgica y N95 o equivalente**
Toma la mascarilla N95 o equivalente sin haber pasado por el respirador con los dedos en forma de G, y ubícala cubriendo nariz y boca.
Asegura el soporte o banda inferior en la mitad de la cabeza y al cuello.
Ajusta la banda flexible al puente nasal.
Ajusta el borde superior a los ojos y debajo de la barbilla.
Realiza un prueba de ajuste, ajustando la mascarilla; colócala sobre la nariz, boca y ojos, verificando que no hay espacio de aire.
- Guantes desechables limpios**
Extiéndelos para cubrir las pulpas de la bata evitando que la piel quede expuesta.
- Pantales estériles**
Ponelos separados.
Cúbrelos con el plástico desechable de protección personal.

Cómo retirar con seguridad equipo de protección personal

Evitar varias formas de retirar los EPP de manera segura es fundamental para evitar contaminación cruzada.

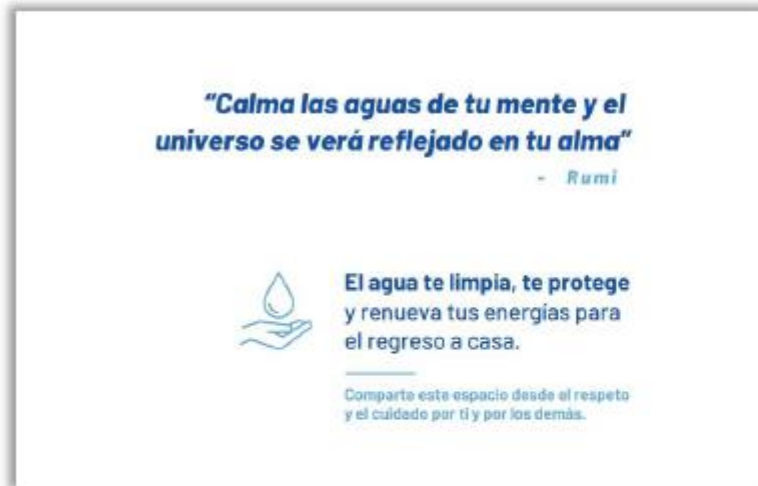
- 1 Guantes**
El exterior de los guantes está contaminado!
Con una mano enguante, toma el otro de la muñeca de la otra mano enguante y retíralo por el puño.
Retira los dedos de manera segura y sujeta la parte inferior del puño y retíralo por el primer puño.
Desecha los guantes en bolsa roja.
Higiénciate las manos con alcohol gel o jabón.
Utilízalos para retirar otros elementos de EPP.
2 **Visor, careta o gafas de seguridad**
El exterior de las gafas o el protector facial está contaminado!
Cúbrelos con guantes al ponerlos, evitando tocar la parte posterior de las lentes o el visor.
Con un solo movimiento con la mano, retira el visor o la careta y desmóntalo poniendo el plástico desechable en forma de bolsa.

3 Vestido
La parte delantera de la bata y las mangas están contaminadas!
Si es posible, levántalo, levántalo y deséchalos en bolsa roja separada para evitar contaminación cruzada.
Desliza los brazos del vestido desde la parte posterior del torso hasta el nivel de los hombros y deséchalos.
Desliza hacia adelante los brazos desde el nivel de los hombros hasta el nivel de los tobillos.
Retira el vestido contaminado del cuerpo superior en la cintura y después la bata de mano.
Retíralo y deséchalos en bolsa roja.
4 **Pelotas**
Retira los elementos del plástico en forma de bolsa roja separada y deséchalos en bolsa roja.
5 **Mascarilla quirúrgica y N95 o equivalente**
La mascarilla en la parte frontal está contaminada!
Retira los elementos de la mascarilla quirúrgica y retírala.
Retírala en un movimiento en forma de G. Si es necesario, retírala deslizando en forma de G sobre el puente de la nariz.
Retira la mascarilla N95 o equivalente.
Deséchala en la bolsa roja separada y ponéla en el contenedor de residuos.
Deséchala que se desechó en la 45 horas de exposición.

Se instala secuencialmente en el área del Vestier especial

Sticker Covid 19

Adhesivo ingreso área de duchas



Se instala por fuera del acceso a las duchas

Adhesivo interno cuidado duchas



Se instala al interior de cada ducha

Adhesivo locker



Se instala por en cada área de locker

Sticker Covid 19



Por el cuidado de todos

Ten presente estas recomendaciones **antes** de ingresar a la sede:



Ingresar solo. Los acompañantes están permitidos para menores de edad, personas en situación de discapacidad o mayores de 60 años y no pueden presentar síntomas de infección respiratoria.



Identifica estos avisos en la sede, te orientarán sobre el **distanciamiento social** que debes conservar al interior.



Debes usar permanentemente el **tapabocas** cubriendo tu nariz y boca.



Lava bien tus manos y de manera frecuente con agua y jabón.



Conserva distancia de aproximadamente 1,5 metros con otras personas.

Por el cuidado de todos

Ten presente estas medidas de precaución cuando estés dentro de la sede:



Lava bien tus manos y de manera frecuente con agua y jabón.



Al toser o estornudar usa un pañuelo o cubre tu boca con el pliegue interno de tu codo.



Debes usar permanentemente el **tapabocas** cubriendo tu nariz y boca.



Evita el contacto de tus manos **con tus ojos, nariz y boca.**



Evita transitar dentro del servicio si no te han llamado a consulta.



Evita el consumo de alimentos.




Conserva distancia de **aproximadamente 1,5 metros** con otras personas.

Individuales



¿Ya te lavaste las manos?



Son **20 segundos** que pueden **salvar cientos de vidas.**

¡JUNTOS NOS ASEGURAMOS DE AVANZAR!

arlsura.com



Porque el cuidado **es un compromiso de todos,** aún estando lejos.



Practica **el distanciamiento físico** en todas tus **interacciones.**

¡JUNTOS NOS ASEGURAMOS DE AVANZAR!

arlsura.com



Manos limpias 24/7

¿Cuándo debes lavar tus manos o higienizarlas con el gel antibacterial?



- Antes de sentarte a comer. 🍌
- Después de usar neveras, hornos, cafeteras y otros elementos de uso compartido.
- Una vez termines de comer. 😊

¡JUNTOS NOS ASEGURAMOS DE AVANZAR!

arlsura.com



Individual para los comedores

Individuales



¡El autocuidado se aprende, se comparte y salva vidas!

SURA ARL

¿Cómo?

🧼💧🧼

😊

😊 ... 😊

¡JUNTOS NOS ASEGURAMOS DE AVANZAR!

arlsura.com

Nos alejamos físicamente, ¡pero nos unimos en el cuidado y la prevención!

SURA ARL

🧻💧🧼 Lava tus manos con agua y jabón.

Porta siempre gel antibacterial.

🍴 Si es posible, trae tu vaso y tus cubiertos.

😊 Usa mascarilla y gafas protectoras.

Deposita correctamente los desechos.

¡JUNTOS NOS ASEGURAMOS DE AVANZAR!

arlsura.com

Individual para los comedores

Lanzamiento Semana de Bienestar para mitigar el COVID 19



Para el personal Operativo

1. Lanzamiento de Semana de SSt
 - a. Entrega de la campaña Visual para ser colocada dentro de la clínica en las áreas que corresponda con el apoyo del Copasst de la clínica.
 - b. Realizará difusión de la campaña por su parlantes varias veces en el día
 - c. Entrega de la Cartilla al final del turno (se realizará el ultimo día de la Semana Bienestar como evento de cierre)

ITEM	ENCUENTRO DE COPASST	Fecha	Oradores
1	COVID UNA MIRADA INTEGRAL	20/05/2020	LUCY TACHER
2	ENFERMEDAD LABORAL EN TIEMPO DE COVID	28/05/2020	NELSON PINEDO
3	USO, RETIRO, DISPOSICION E INSPECCION DE EPP	04/06/2020	NELSON PINEDO
4	TALLER DE EMOCIONES	11/06/2020	MARIA JULIANA GARCIA
5	ASPECTOS LEGALES DE COPASST	17/06/2020	GERSON REYES
6	MITOS Y REALIDADES DE COVID 19	25/06/2020	OSCAR PUELLO/ALBERTO MERLANO
7	MOVILIDAD EN TIEMPO DE COVID	02/07/2020	EDER ARZUZA
8	LIMPIEZA Y DESINFENCION EN TIEMPO DE COVID 19	09/07/2020	DENYS CASTRO
9	COMO HACER EFECTIVO EL COPASST EN TIEMPO DE COVID 10	16/07/2020	ALIDYS CAAMAÑO RANGEL
10	IDENTIFICACION DE PERSONAL VULNERABLE Y MANEJO DE ENCUESTAS EN LA PAG WEB DE ARL SURA	23/07/2020	YASMIN ARIAS / JOSE PAJARO
11	CONTACTO ESTRECHO - DISTANCIAMIENTO SOCIAL	30/07/2020	NELSON PINEDO
12	SALUD MENTAL EN TIEMPO DE COVID	6/08/2020	VIVIANA BANQUEZ
13	PREVENCION ERGONOMICA EN TIEMPO DE COVID 19	13/08/2019	MARIA ELVIRA DEL VALLE
14	SISTEMA DE LA VENTILACION EN EL AREA DE TRABAJO EN EL TIEMPO DE COVID 19	20/08/2020	RIGOBERTO CHICHIA
15	TALLER LECCIONES APRENDIDAS	27/08/2020	LILA RETAMOZO
16	HERRAMIENTA DEL CUIDADO EN ESTA NUEVA FASE DE PANDEMIA DE COVID 19	3/09/2020	JOSE PAJARO
17	REINCORPORACION LABORAL POST COVID 19	10/09/2020	FREDDY GONZALEZ
18	MITOS Y REALIDADES DE COVID 19 PARTE II	17/09/2020	OSCAR PUELLO/JOSE PAJARO
19	ESTILO DE VIDA SALUDABLE	24/09/2020	MARIA ANGELICA ANGARITA
20	YO SOY MI RESPONSABILIDAD DESDE MI SER ME CUIDO TODO TIEMPO	01/10/2020	VIVIANA BANQUEZ
21	MANUAL PRASS	8/10/2020	OSCAR PUELLO
22	RESILIENCIA: EN MEDIO DE LA DIFICULTAD HAY UNA OPORTUNIDAD	15/10/2020	VICTOR FORERO
23	COMO AFRONTAR EL REBROTE COVID 19	12/11/2020	ALBERTO MERLANO
24	MOVILIDAD BIOSEGURA	19/11/2020	LILIANA DE AVILA
25	CLAUSURA ENCUENTRO DE COPASST "SNACK PARA NAVIDAD"	26/11/2020	ANGELA GOMEZ

ENCUENTRO DE COPASST

SESIONES	25
ASISTIERON	3436
ASISTIERON MIEMBROS DEL COPASST	41%
ASISTIERON EMPRESAS	710

4. Apoyo a Formaciones al Copasst

8. Plan de intervención de personal Vulnerable

IDENTIFICACION DEL PERSONAL VULNERABLE

- Caracterización de la población expuesta (Listado de personal con la siguiente información: cedula, nombre completo, cargo, área que pertenece y nivel de exposición)
- Programa de Vigilancia Epidemiológico de Riesgo Biológico (actualizado a esta contingencia sanitaria de COVID 19)
- Matrices de Identificación de Peligros y Valoración de Riesgos de áreas críticas bajo COVID19
- Revisión del informe de condiciones de salud
- Revisión del ausentismo
- Revisión de los resultados de la encuesta de riesgo individual

8. Plan de intervención de personal Vulnerable

- Después de Identificar el personal vulnerable
 - Plan de intervención en PVE Cardiovascular
1. Asesoría para Pve Cardiovascular

Estrategia “Conoce Tu Riesgo Peso Saludable” su objetivo.

Conoce Tu Riesgo Peso Saludable es una estrategia diseñada por la Subdirección de Enfermedades no Trasmisibles del Ministerio de Salud y Protección Social que tiene como objeto identificar la probabilidad que tienen 36 millones Colombianos mayores de 18 años de verse afectados por una Enfermedad Cardiovascular (infarto, ataque cerebrovascular) y/o diabetes en los siguientes 10 años. La estrategia identifica el riesgo a nivel individual y poblacional, define las intervenciones que cada persona o grupo de individuos deben recibir de acuerdo a su perfil de riesgo y los responsables de desplegar las mismas y monitorea el impacto de dichas intervenciones sobre la reducción en el nivel de riesgo.

8. Plan de intervención de personal Vulnerable

ESTAR CONTIGO

El mundo está pasando por una situación que no nos había tocado vivir; esto conlleva a diferentes desafíos, cambios y, sobre todo, adaptaciones. Dependiendo de la manera cómo los veas, ellos son también posibilidades de crecimiento.

Tenemos algunas recomendaciones para ti:

Muévete

- Mueve tu cuerpo y agita el corazón 20 minutos en lo que más te guste.
- Las "hormonas de la felicidad" o endorfinas se liberan en nuestro sistema cuando hacemos actividad física, produciendo calma, alegría y enamoramiento. Caminar o tener clase de baile por 30 minutos son actividades que te harán sentir muy bien.



Descansa

- Tu sueño es clave, por eso:
- Evita tomar bebidas con cafeína seis horas antes de dormir.
- No veas redes sociales o hagas trabajo una hora antes de dormir.
- Escucha música relajante de la naturaleza una hora antes de ir a la cama.



Relájate

Para regular el estado emocional durante el día, puedes durante 10 minutos:

- Siéntate en el piso con las piernas cruzadas y la espalda recta.
- Concéntrate en tu respiración.
- Cierra tus ojos.
- Haz un escaneo corporal, empieza por tu cabeza y termina en la punta de tus pies, bajando lentamente y notando qué sientes y cómo te sientes en cada parte del cuerpo.
- Vuelve a tu respiración y por un rato cuando expires siente cómo se liberan las tensiones.



Previene

Ten siempre un propósito para tu día y prográmalo. Para esto:

- Decide la tarea que vas a realizar.
- Prográmala para un lapso de 25 minutos (pon una alarma).
- Trabaja solo en eso hasta la alarma. Cuando suene, marca una X, que representa que se ha cumplido con la tarea.
- Descansa durante cinco minutos y cambia de actividad.
- Inicia de nuevo el proceso.
- Cuando alcances cuatro momentos, toma un descanso de 20 a 25 minutos.



Sintonízate

Si te encuentras con una persona en crisis, ten en cuenta:

- Escucha.
- Orienta en la toma de decisiones.
- Identifica necesidades y posibles redes de apoyo.
- Recuérdale que en ocasiones es vital el apoyo profesional.



Consiéntete

Aspecto espiritual:

- Agradece durante cinco minutos por día.
- Ora.
- Come consciente de lo que comes en el desayuno.

Aliméntate

Alimentación saludable:

- Mantén horarios regulares de comidas.
- Incrementa los alimentos de colores fuertes, ricos en antioxidantes.
- Reduce comida procesada y azúcares.
- Procura incluir nutrientes ricos en fibra.
- Apenas te levantes, tómate un vaso con agua.
- Toma agua: divide tu peso entre 7, así sabrás cuántos vasos necesitas.



9. CAMPAÑA PARA ADHERENCIA A LOS PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD PONLE CORAZON A TU SEGURIDAD



Quando le pones el corazón a todo, recibes grandes recompensas.

1 2 12 13
3 4 10 11
5 6 8 9
7

BIEN HECHO **sura**

www.argosura.com

1	Han monitoreados diariamente sus síntomas?
2	Han diligenciado la encuesta de riesgo individual para identificar si son personal vulnerable?
3	Han tomado y registrado la toma de temperatura?
4	Han reportado desviaciones en la adherencia en los protocolos de bioseguridad?
5	Han participado en una investigación ATEL?
6	Han divulgado en el área lecciones aprendidas de los ATEL?
7	Han participado en formación sobre prevención de riesgos?
8	Han verificado el manejo de disposición de residuos en su áreas
9	Han Verificado señalización sobre covid en su áreas? Considera que falta alguna?
10	Han participado en una actividad de bienestar realizada por la empresa
11	Algún miembro de su equipo pertenece al copasst, comité de convivencia y/o brigada de emergencia? Quien
12	Opinion del área de SST sobre esta área.
13	Esperamos sugerencia sobre que actividades de Prevención podemos apoyar

10. ESTRATEGIA DEL DUELO

“Ciclo Estrategia Duelo”.
Propósito: Reconocer las principales herramientas que le permitan a las organizaciones abordar el duelo desde el contexto empresarial.
Links de cada fecha:
Módulo No 1. Estrategia de acompañamiento de duelo. Fecha: Agosto 26 del 2020 Hora: 8:00 a.m. a 9:30 a.m.
https://teams.microsoft.com/l/meetup-join/19%3ameeting_Yjg1YWFmYWQtZDg0Ni00NjKxLTg1NzktZWM1MWMxMTM3YTE2%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%223c0bd4fe-1111-4d13-8e0c-7c33b9eb7581%22%2c%22Oid%22%3a%22e58d43cd-87a5-4691-a158-aa782a2a5da6%22%2c%22IsBroadcastMeeting%22%3a%22true%7d
Módulo No 2. Vivencias y manejo del duelo Fecha: Septiembre 2 del 2020 Hora: 8:00 a.m. a 9:30 a.m.
https://teams.microsoft.com/l/meetup-join/19%3ameeting_MjIwNjE0ZDYtMjczZi00NWlyLTlmMmEtNjA3ZjFiNGYxOTA5%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%223c0bd4fe-1111-4d13-8e0c-7c33b9eb7581%22%2c%22Oid%22%3a%22e58d43cd-87a5-4691-a158-aa782a2a5da6%22%2c%22IsBroadcastMeeting%22%3a%22true%7d
Vivencia y manejo del duelo Fecha: Septiembre 11 del 2020 Hora: 8:00 a.m. a 9:30 a.m.
https://teams.microsoft.com/l/meetup-join/19%3ameeting_YjM1Y2E0ZWmtNGU3Yi00ZWJlWEyNzItN2MzYWY4NGJhMDZl%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%223c0bd4fe-1111-4d13-8e0c-7c33b9eb7581%22%2c%22Oid%22%3a%22e58d43cd-87a5-4691-a158-aa782a2a5da6%22%2c%22IsBroadcastMeeting%22%3a%22true%7d
Vivencia y manejo del duelo Fecha: Septiembre 17 del 2020 Hora: 2:00 p.m. a 3:30 a.m.
https://teams.microsoft.com/l/meetup-join/19%3ameeting_ZjEwOTUxZDUtOWJkNy00YTk2LTllODMtNGY4MzEzYmViZW5%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%223c0bd4fe-1111-4d13-8e0c-7c33b9eb7581%22%2c%22Oid%22%3a%22e58d43cd-87a5-4691-a158-aa782a2a5da6%22%2c%22IsBroadcastMeeting%22%3a%22true%7d

11. MANEJO DEL BROTE

SEGUROS



Covid19

Guía de Actuación en
caso de Brote

Objetivo: Dar lineamientos a las empresas y colaboradores sobre
elementos a asegurar para la actuación en caso de brote por
COVID19

FASES O ETAPAS

