

EJECUCIÓN PLAN DE MEJORA PARA MITIGAR SINDROME DEL EDIFICIO ENFERMO EN EL AREA DE ACTIVOS DE UNA INSTITUCION PRESTADORA DE SALUD EN CORDOBA, 2022

CEIDY SAUDITH MACHADO DE AGUAS



"VIGILADA MINEDUCACIÓN"



**UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA
PROGRAMA ADMINISTRACIÓN EN SALUD
MONTERIA, CÓRDOBA
2022**

EJECUCIÓN PLAN DE MEJORA PARA MITIGAR SINDROME DEL EDIFICIO ENFERMO EN EL ÁREA DE ACTIVOS DE UNA INSTITUCIÓN PRESTADORA DE SALUD EN CÓRDOBA, 2022

CEIDY SAUDITH MACHADO DE AGUAS

**Trabajo de grado práctica empresarial presentado para optar el título de
Administrador en Salud**

**Directora: Enalbis Esther Espitia Cabralez. M.Sc. en Administración de
Organizaciones**



Administración en Salud
Universidad de Córdoba



"VIGILADA MINEDUCACIÓN"



acreditada
INSTITUCIONALMENTE
Res. MEN 2066 de 27 de marzo de 2013, vigencia: 4 años

**UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA
PROGRAMA ADMINISTRACIÓN EN SALUD
MONTERÍA, CÓRDOBA
2022**

NOTA DE ACEPTACIÓN:

Firma del presidente del Jurado

Firma del Jurado

Firma del Jurado

Montería, 08 de julio de 2022

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado en primer lugar a Dios, por ser el inspirador y darnos fuerzas en todo momento para continuar y culminar satisfactoriamente uno de los anhelos más deseados.

A mi padre que desde el cielo ha sido mi pilar fundamental, el aliento y la fuerza en los momentos difíciles de este proceso, a mi madre por acompañarme todo el tiempo, por brindarme su apoyo incondicional y ayudarme a convertir en lo que hoy soy.

A mi hija y mi esposo que, al igual que yo, hicieron muchos sacrificios para que hoy este proyecto se diera satisfactoriamente, su apoyo, su comprensión, pero sobre todo su amor incondicional ha hecho todo posible.

A mis hermanas que siempre han estado presentes en cada experiencia de mi vida y me han impulsado a seguir... ellas, el apoyo moral que le dio fuerza día a día a este proceso.

A todas las personas que me han apoyado y han puesto su granito de arena para que este trabajo se realice con éxito, en especial a aquellas que abrieron puertas y compartieron su conocimiento.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por bendecir mi vida, por guiarme a lo largo de mi existencia, por ser el apoyo en momentos de dificultad, a mis padres que han sabido darme el mejor ejemplo de trabajo y honradez, por ser los promotores de este sueño, por confiar y creer en que podía lograrlo, a mi hija y mi esposo por su paciencia, por los consejos y por todos los sacrificios que juntos hicimos para lograr culminar este proyecto.

Quiero agradecer a la Universidad De Córdoba, directivos y docentes, a cada uno de los que hizo su aporte de conocimientos a lo largo de la carrera, a nuestra asesora de práctica Enalbís Espitia Cabrales por su paciencia, dedicación y tiempo durante el proceso de desarrollo de esta práctica.

A mis compañeros y futuros colegas, por toda su ayuda desinteresada y buena voluntad en todo momento.

CONTENIDO

	pág.
LISTA DE TABLAS	10
RESUMEN.....	11
ABSTRACT.....	12
INTRODUCCIÓN.....	13
1. OBJETIVOS.....	15
1.1 GENERAL	15
1.2. ESPECÍFICOS	15
2. RESEÑA HISTÓRICA DE LA INSTITUCIÓN	16
3. ASPECTOS CORPORATIVOS.....	17
3.1. PORTAFOLIO DE SERVICIOS.....	17
3.2. MISIÓN.....	17
3.3. VISIÓN.....	17
3.4. VALORES CORPORATIVOS	18
4. DESCRIPCIÓN DEL AREA FUNCIONAL.....	21
5. NECESIDAD DETECTADA	22

6. MARCO REFERENCIAL	24
6.1. Marco Histórico.....	24
6.2. Marco teórico.....	25
6.3. Marco conceptual	26
6.4. Marco legal	28
7. METODOLOGÍA EMPLEADA	29
8. RESULTADOS OBTENIDOS	30
8.1. DISEÑO DEL PLAN DE MEJORA	31
ACTIVIDADES DEL PLAN DE MEJORA.....	31
8.2. EJECUCION DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE MEJORA	33
10. RECOMENDACIONES	35
11. BIBLIOGRAFÍA	¡ERROR! MARCADOR NO DEFINIDO.

LISTA DE FIGURAS

pág.

Figura 1. Organigrama Clínica de Traumas y Fracturas Especialistas Asociados S.A.....	19
Figura 2. Mapa de procesos Clínica de Traumas y Fracturas Especialistas Asociados S.A.	20

LISTA DE ANEXOS

pág.

Anexos A. Plegable ¡Error! Marcador no definido.

Anexos B. Evidencia fotografica. ¡Error! Marcador no definido.

LISTA DE TABLAS

	pág.
Tabla 1. Matriz DOFA Clínica de Traumas y Fracturas.....	31
Tabla 2. Actividades del plan de mejora.....	31

RESUMEN

En este informe se describen las actividades propias del área de Activos de la Clínica de Traumas y Fracturas Especialistas Asociados S.A. y las relacionadas con el plan de mejora diseñado en el informe final por estudiantes de Administración en Salud en el periodo 2021-II, quienes a través de su investigación determinaron que en diferentes áreas de la institución era evidente el Síndrome del Edificio Enfermo (SEE). El cual se manifestaba en trastornos osteomusculares, visuales, respiratorios y oculares en más del 20% de los funcionarios.

Para mitigar este Síndrome dentro de la Institución se aplicarán actividades como charlas educativas y entrega de piezas publicitarias a los trabajadores relacionados con las Pausas Activas, las cuales están encaminadas a mejorar sus niveles de salud y ambiente laboral.

Igualmente, se desarrolló la actualización de procedimientos y la socialización de la Ley 1480 de 2011, “ESTATUTOS DEL CONSUMIDOR” un tema de gran importancia, que debe ser de total manejo del grupo de trabajo, ya que está estrechamente ligado con las actividades del área.

Palabras claves: Pausas Activas, ley, activos, Síndrome del Edificio Enfermo, Plan de mejora, Mitigar, Síntomas, Enfermedades.

ABSTRACT

This report describes the improvement plans applied in a health entity of the City of Monteria, (Clinic of Traumas and Fractures) based on the final report presented by the interns of the previous period 20211 II, who through their investigation determined as the workers of the entity were affected in relation to the Sick Building Syndrome (SEE).

To mitigate this Syndrome within the Institution, activities such as educational talks and delivery of advertising pieces to workers related to Active Breaks will be applied, which are aimed at improving their health levels and work environment.

In the Assets area of the Trauma and Fracture Clinic Specialists Associates S.A. The socialization of Law 1480 of 2011, "CONSUMER STATUTES" was developed, an issue of great importance, which must be fully managed by the working group, since it is closely linked to the activities of the area.

Keywords: Active Breaks, law, assets, Sick Building Syndrome, Improvement Plan, Mitigate, Symptoms, Diseases.

INTRODUCCIÓN

En el programa de Administración en Salud de la Universidad de Córdoba se establece en el plan de estudio el curso de Opción de Grado, en el cual se seleccionó la modalidad de Practica Empresarial, la cual está encaminada al desarrollo de actividades propias y de mejoramiento de un área determinada.

En las organizaciones, las condiciones de trabajo representan un factor determinante para el desarrollo satisfactorio de la productividad de un individuo. Un ambiente de trabajo en óptimas condiciones es un instrumento de fuerza que marca el rumbo de una organización, una persona pasa la mayor parte de su tiempo en espacios cerrados durante su jornada de trabajo, expuestos a contaminación y a la aparición de síntomas que regularmente no van acompañado de lesiones físicas, tales como: irritación en los ojos, tos, nauseas, fatiga, etc.

La Clínica de Traumas y Fracturas – Especialistas Asociados S.A., es una institución especializada en el manejo del trauma cuyo objetivo principal es brindar un servicio con los más altos índices de calidad, haciendo énfasis en la eficiencia, oportunidad, respeto y seguridad de los tratamientos ofrecidos a los usuarios que los consultan, logrando así su confianza y su satisfacción con la atención recibida.

Partiendo de una investigación realizada por pasantes del periodo anterior 2021 II, se determinaron actividades de mejora con el fin de disminuir los riesgos producidos por el Síndrome del Edificio Enfermo (SEE), una de las actividades realizadas son charlas educativas, relacionadas con las Pausas Activas, las cuales se describen como actividades físicas desarrolladas en el entorno laboral, con el fin de promover los hábitos de vida saludable.

Otra de las actividades realizadas específicamente en el Área de Activos es la socialización de la Ley 1480 de 2011, Estatutos del Consumidor, donde se indica a los trabajadores puntos importantes relacionados con las garantías de productos y servicios y como debe ser el actuar legal desde el punto de vista de proveedor, productor o cliente.

1. OBJETIVOS

1.1 GENERAL

Fortalecer el área de Activos a través de la ejecución de acciones que propendan por el mejoramiento del ambiente laboral.

1.2. ESPECÍFICOS

- Ejecutar acciones propias del área incluida la actualización de procedimientos.
- Facilitar piezas publicitarias con información sobre salud laboral y como mitigar riesgos.
- Realizar jornada de promoción sobre estilos de vida saludable.
- Socializar Ley 1480 de 2011, "Estatutos del consumidor".

2. RESEÑA HISTÓRICA DE LA INSTITUCIÓN

La sociedad se constituyó el 27 de agosto del 2001 mediante escritura pública No. 802 de la Notaria Tercera de Montería, bajo el nombre de IPS Clínica de Fracturas Dr. Ulises Herrera Sánchez Ltda. En honor al Dr. Ulises Herrera Sánchez, médico ortopedista y principal gestor del proyecto, quien fallece en un accidente de tránsito el día 18 de julio de 2001, se le asigna a esta institución el nombre Clínica de Traumas y Fracturas - Ulises Herrera Sánchez.

Se transformó en Sociedad Anónima el día 10 de julio del 2003, con la escritura No. 885 de la misma Notaria, con el nombre de ESPECIALISTAS ASOCIADOS S.A. registrando su establecimiento de comercio como CLÍNICA DE TRAUMAS Y FRACTURAS Ulises Herrera Sánchez, dando inicio sus actividades el día 4 de agosto de 2004.

Cuatro años después de iniciar sus actividades, se abren la Unidad de Consulta Externa Especializada 11 de diciembre de 2008, en la calle 26 #13-91, y el servicio de Rehabilitación 15 de diciembre de 2008, con el fin de darle continuidad a la atención del paciente.

3. ASPECTOS CORPORATIVOS.

3.1. PORTAFOLIO DE SERVICIOS

La clínica de Traumas y Fracturas – Especialistas Asociados S.A. ofrece los siguientes servicios:

- **Apoyo diagnóstico y terapéutico**
- **Urgencias Médicas**
- **Hospitalización
Cirugía**
- **Unidad de Cuidados Intensivos e Intermedios**
- **Consulta Externa Especializada**

3.2. MISIÓN

Existimos para satisfacer las necesidades de salud en el departamento de Córdoba y nuestras zonas de influencia, prestando servicios médicos con énfasis en la atención integral del trauma, a partir del mejoramiento continuo, sustentado en el conocimiento científico, el talento humano calificado, la implementación de tecnologías eficientes, el cumplimiento normativo aplicable, la humanización del servicio y la seguridad del paciente y del trabajador. Generamos relaciones mutuamente beneficiosas con nuestras partes interesadas y bienestar social a nuestra comunidad. (Clínica de Traumas y Fracturas., 2022)

3.3. VISIÓN

En el año 2027 la Clínica de Traumas y Fracturas será reconocida a nivel regional por su atención integral, oportuna, segura y humanizada de los pacientes

politraumatizados; responsable socialmente; con una infraestructura física y tecnológica que propicie un ambiente cómodo para los usuarios y sus trabajadores. (Clínica de Traumas y Fracturas., 2022)

3.4. VALORES CORPORATIVOS

Respeto

Actitud de consideración frente a las diferencias del ser humano como autor de opciones y acciones en beneficio propio e institucional, que genere optimización en la prestación del servicio.

Verdad

Actuación con rectitud y sentido de pertenencia sin causa de perjuicio y con respeto a los derechos de los usuarios internos y externos.

Igualdad

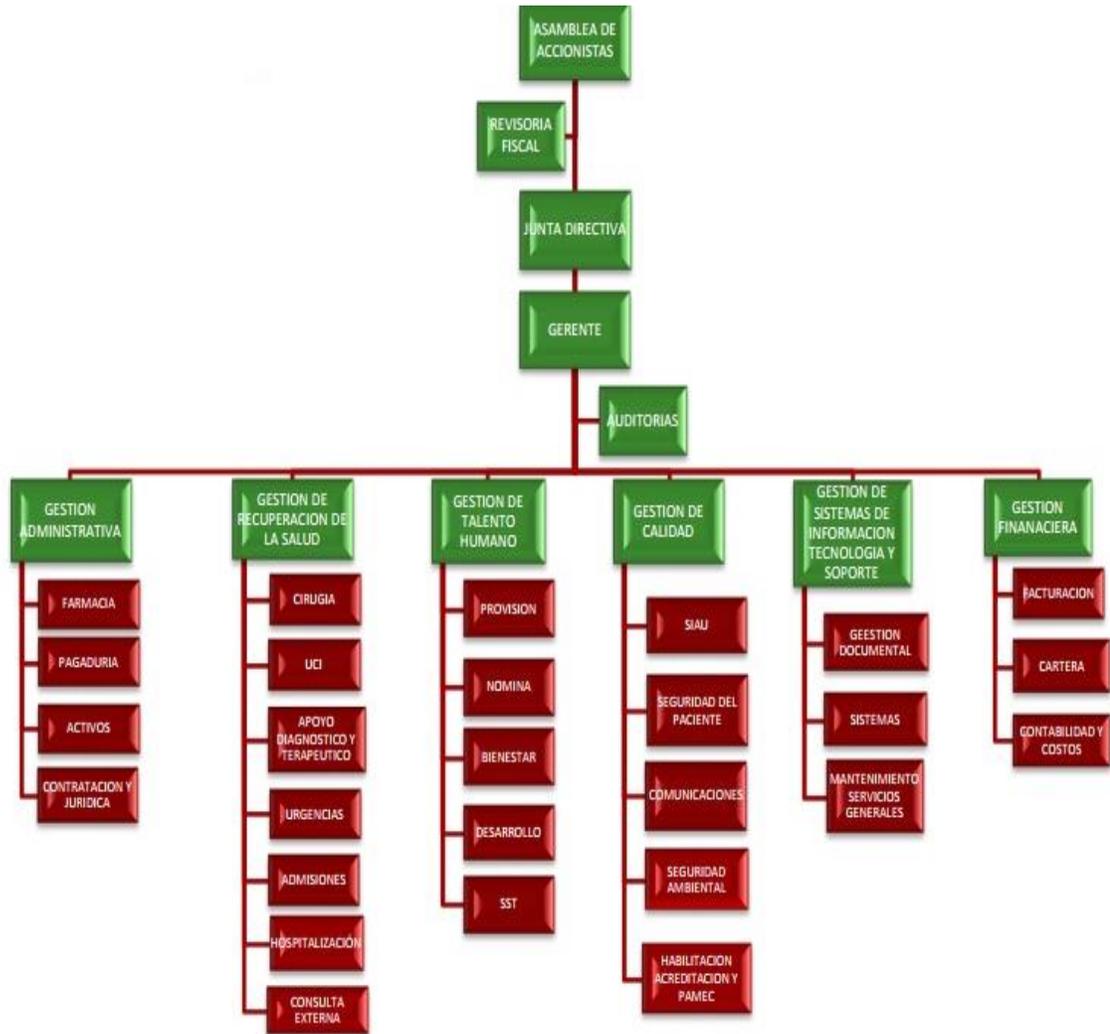
Distribución justa e imparcial en el cumplimiento de los derechos de los usuarios.

Confianza

Convicción recíproca del accionar ético en las situaciones presentadas generando seguridad, tranquilidad y satisfacción hacia nuestros usuarios.

Figura 1.

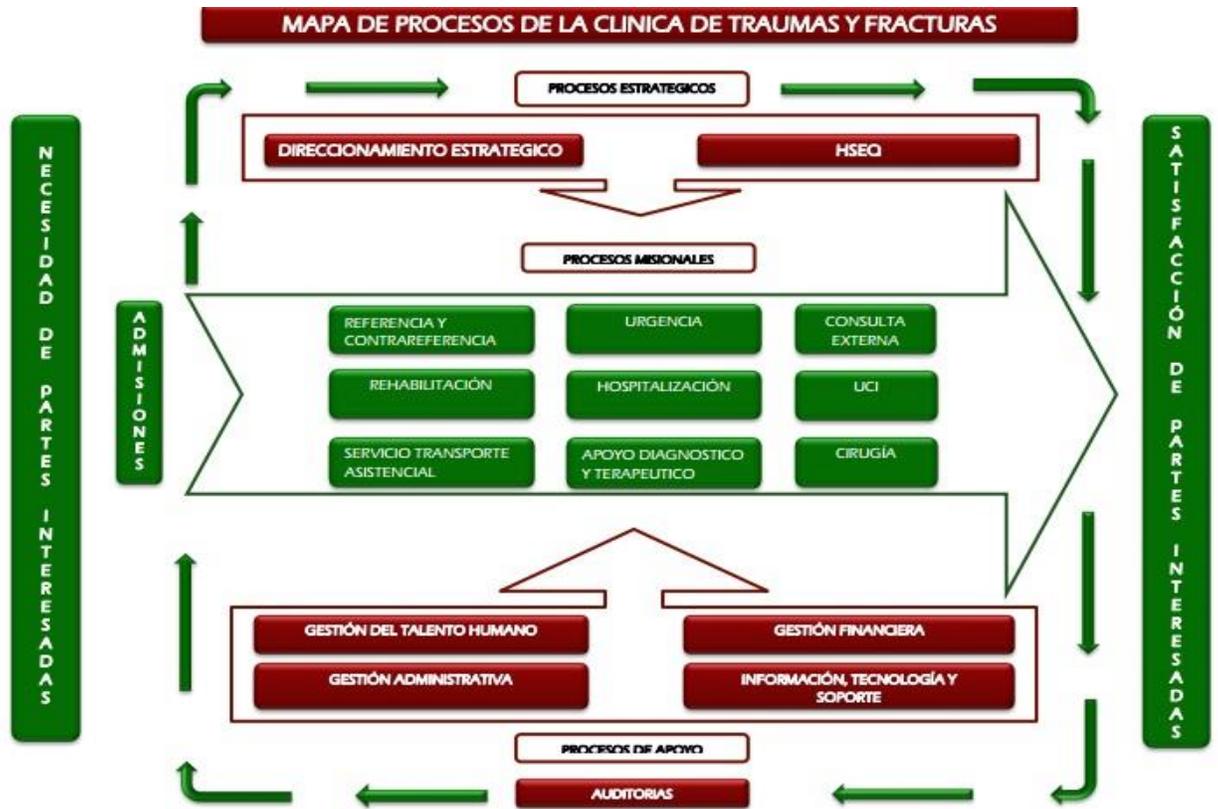
Organigrama Clínica de Traumas y Fracturas Especialistas Asociados S.A.



Nota. De <https://www.traumasyfracturas.com/>

Figura 2.

Mapa de procesos Clínica de Traumas y Fracturas Especialistas Asociados S.A.



Nota. De <https://www.traumasyfracturas.com/>

4. DESCRIPCIÓN DEL AREA FUNCIONAL

La oficina del Área de activos se encuentra ubicada en el primer piso del área administrativa de la Clínica de Traumas y Fracturas, ubicada en la dirección Calle 27 #13-38 en la Ciudad de Montería, cuenta con ubicación de fácil acceso, buena iluminación, los dispositivos de dotación para realización de actividades están en óptimas condiciones, el ambiente laboral dentro del área es agradable y productivo, es dirigida por el jefe de área quien se encarga de supervisar que se cumpla con todos los procesos y procedimientos de manera adecuada para beneficio interno y externo de la entidad.

El área de Activos tiene como objetivo principal planear, controlar, asesorar, e implementar actividades, políticas, estrategias propias del proceso de compra, acatando las normas legales vigentes, que permitan un adecuado control de este proceso.

En el área de Activos de la Clínica de Traumas y Fracturas, se realizan labores relacionadas con la recepción, organización, almacenamiento, control y distribución de equipos e insumos que se requieren para el funcionamiento de la entidad de conformidad con los procesos y procedimientos establecidos; el área de Activos rige su funcionalidad bajo ciertos procedimientos, que debe cumplir a cabalidad para que sea efectivo el desarrollo de sus actividades, dichos procedimientos deben ser actualizados y/o modificados cuando se requiera.

El área cuenta con 4 trabajadores:

Jefe de Área de Activos

Asistente de Activos

Almacenista

Asistente de almacén

5.NECESIDAD DETECTADA

Por investigaciones realizadas por practicantes de periodos anteriores, se evidenciaron fortalezas como la organización y planificación de las actividades, liderazgo efectivo, trabajo en equipo, idoneidad de los funcionarios y la buena comunicación y relación interpersonal, sin embargo, se identificó que existen algunas molestias de salud especialmente musculoesqueléticas y que no existen estudios que permitan establecer la sintomatología actual causada por las instalaciones en la que los funcionarios han laborado por varios años, para lo cual se caracterizó el Síndrome del Edificio Enfermo (SEE) de los trabajadores de varias unidades funcionales de la entidad para instaurar acciones de mejoramiento. Este plan busca mejorar las condiciones de los trabajadores

Así mismo, en el periodo actual 2022 I, se ha detectado en el área de Activos, luego de auditorías internas realizadas en la entidad, desactualización en los procedimientos propios del área, para lo cual se deben realizar las actualizaciones necesarias de acuerdo con las recomendaciones de las auditorias.

5.1. Diagnostico mediante matriz DOFA

Tabla 1.

Matriz DOFA. Área Activos - 2022

<p>VARIABLES INTERNAS</p> <p>VARIABLES EXTERNAS</p>	<p>FORTALEZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Talento humano con alto nivel de compromiso y dedicación. • Comunicación activa entre jefes y subordinados. • Procedimientos internos de fácil manejo. 	<p>DEBILIDADES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Procedimientos desactualizados de acuerdo a auditorias. • Alto nivel de estrés debido a la gran cantidad de requerimientos al área. • Espacio de trabajo reducido.
<p>OPORTUNIDADES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Especialidades exclusivas de la institución. • Fácil acceso y ubicación de la institución. • Ampliación de infraestructura física. 	<p>ESTRATEGIAS (F-O)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adoptar buenas prácticas que permitan el mejoramiento de los procesos y gestión de la Entidad. • Adecuar la infraestructura física para prestar un mejor servicio a nivel interno y externo. 	<p>ESTRATEGIAS (D-O)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar actividades relacionadas con las pausas activas, su importancia y como realizarlas. • Capacitar al personal sobre actualización adecuada de procedimientos.
<p>AMENAZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Incremento de procesos como consecuencia de la crisis económica que afecta a todos los sectores. • Riesgo de corrupción externo • Riesgo de recepción de documentación falsa por parte los usuarios. 	<p>ESTRATEGIAS (F-A)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proteger los derechos de los usuarios de la entidad y mejorar los niveles de confianza en los mismos a través de la adecuada gestión de la seguridad de la información de los procesos. 	<p>ESTRATEGIAS (D-A)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicar estrategias que informe la importancia de suministrar a la institución documentación verdadera y las consecuencias de incumplir.

6. MARCO REFERENCIAL

6.1. MARCO HISTÓRICO

El Síndrome del Edificio Enfermo (SEE), es una expresión que se utiliza desde mediados de los años 80 para describir situaciones en las que los ocupantes de los edificios experimentan efectos nocivos agudos sobre su salud, así como discomfort asociado con el tiempo de permanencia en estos lugares. (Vargas F, Gallego, I. 2005)

El Síndrome del Edificio Enfermo aparece por primera vez en Alemania en el año 1974. A partir de esta fecha, varios países se han tomado la tarea de investigar sobre el tema y aportar datos relevantes para la prevención y el control de enfermedades. (Marqués, Francisco. 2008).

Un trabajo de investigación realizado por Boldú, y col (2005), llamado "Síndrome del Edificio Enfermo en la Sección de Neumología del Hospital Virgen del Camino de la ciudad de Pamplona-Colombia", explica sus características, patologías y síntomas que fueron descritos por una serie de enfermedades asociadas a instalaciones que se dotan en los edificios como; sistemas de ventilación forzada, computadoras y mobiliarios. Se trata de un grupo de síntomas que padecen los trabajadores de un mismo edificio enfermo, relacionados con su ambiente interior.

Las recomendaciones fueron; que se inspeccionen las distintas áreas del edificio en busca de puntos de mal funcionamiento de la climatización, un diseño defectuoso o una contaminación obvia; y que se determine el flujo de aire, la temperatura, la humedad, las concentraciones de bióxido de carbono, y las diferencias de presión en diferentes áreas del edificio. (Boldú J. 2005).

6.2. MARCO TEÓRICO

La OMS asegura que el SEE afecta el 30% de los edificios nuevos y remodelados en todo el mundo y a sus ocupantes, debido a la permanencia por más de cuatro (4) horas en un mismo ambiente que probablemente este contaminado; existen tres factores principales que aumentan la presencia del SEE, entre ellos el hermetismo o aislamiento excesivo, aire acondicionado y calefacción. Estos aspectos producen la circulación y concentración de contaminantes en el interior de las oficinas de una empresa.

Debido a esto, es pertinente realizar una evaluación y seguimiento para detectar la presencia del Síndrome del Edificio Enfermo (SEE) en la Clínica de Traumas y Fracturas - Especialistas Asociados S.A. y así mismo crear conciencia empresarial referente a la conveniencia de cuidar la salud de los trabajadores por dos motivos fundamentales: el primero radica en el derecho que tiene todo ser humano de trabajar y vivir en el mejor nivel de vida posible y el segundo por factores económicos ya que la productividad está íntimamente ligada al nivel de satisfacción de los colaboradores.

6.3. MARCO CONCEPTUAL

- 6.3.1. **ÁREA:** Se entiende como tal aquella circunscripción administrativa que agrupa un conjunto de centros y de profesionales de atención primaria bajo su dependencia organizativa y funcional. (SIAP, glosario de términos).
- 6.3.2. **ATENCIÓN DE SALUD:** Conjunto de servicios que se prestan al usuario en el marco de los procesos propios del aseguramiento, así como de las actividades, procedimientos e intervenciones asistenciales en las fases de promoción y prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación que se prestan a toda la población (MS y PS, 2016).
- 6.3.3. **ENFERMEDAD:** Según la OMS, la definición de enfermedad es la de “Alteración o desviación del estado fisiológico en una o varias partes del cuerpo, por causas en general conocidas, manifestada por síntomas y signos característicos, y cuya evolución es más o menos previsible”. (Discapnet 2019)
- 6.3.4. **SEE:** El Síndrome del Edificio Enfermo o Sick Building Syndrome (SBS) es el nombre que se da al conjunto de síntomas diversos y que no van en general acompañados de ninguna lesión orgánica o signo físico que presentan predominantemente, los individuos en edificios afectados. En la práctica los edificios enfermos son una parte de los edificios que presentan problemas: sus ocupantes presentan quejas referentes a su salud en una proporción mayor a la que sería razonable esperar (>20%) y las causas son difíciles de identificar dado que en muchos casos tienen un origen multifactorial. (M^a Berenguer; 2019)

6.3.5. VENTILACIÓN: La insuficiente ventilación es una de las causas más frecuentes que originan el Síndrome del Edificio Enfermo, por lo que se debe asegurar un adecuado aporte de aire limpio. Es necesario realizar un adecuado mantenimiento y limpieza del sistema de ventilación para evitar que éste pueda ser la causa de problemas adicionales, así como evitar recirculaciones de aire que puedan introducir nuevos contaminantes. (Confederación Española de Organizaciones Empresariales; 2006).

6.4. MARCO LEGAL

Este proyecto está regulado por la normatividad ambiental vigente la cual es de aplicabilidad a todas las actividades concernientes con la protección de la seguridad y salud de los trabajadores que se encuentren en el interior de una empresa.

1. La Constitución Política de Colombia (1991), establece la Seguridad Social como “un servicio público de carácter obligatorio, que se prestará bajo la dirección, coordinación y control del Estado, en sujeción a los principios de eficiencia, universalidad y solidaridad, en los términos que establezca la Ley” (Art. 48).
2. Resolución 1401 2007 reglamenta la investigación de incidente y accidentes de trabajo.
3. Resolución 2646 2008 por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de estas.
4. Decreto 1072 2015 Decreto Único Reglamentario del Sector Trabajo.
5. Resolución 0312 de 2019 por la cual se definen los estándares mínimos del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST.

7. METODOLOGÍA EMPLEADA

Para el presente estudio se tomó como referencia el diagnóstico realizado por los estudiantes – pasantes del periodo anterior quienes iniciaron con la investigación sobre el tema fundamental en el cual se basa esta investigación y es la repercusión que tiene el Síndrome del Edificio Enfermo sobre los trabajadores de la Clínica de Traumas y Fracturas – Especialistas Asociados S.A., continuando con dicho diagnóstico se desarrollaron actividades de mejora que permitieran disminuir los riesgos.

La metodología empleada es de acción participativa, esta se enfoca en la participación y la acción, basando la investigación en la experiencia. Este método combina 2 procesos, el de conocer y el de actuar, implicando en ambos a la población beneficiaria del área.

La actividad principal en la cual se enfocó el plan de mejora fue la realización de charlas educativas y la entrega de piezas publicitarias relacionadas con el tema de pausas activas, realizadas en diferentes áreas de la Clínica de Traumas y Fracturas, donde se socializó la importancia de ejecutar las pausas activas, el objetivo fundamental de estas, quienes deben realizarlas, y los riesgos a los que están expuestos los trabajadores de no realizar estas pausas durante la jornada laboral, se concluyó respondiendo preguntas relacionadas con el tema.

8. RESULTADOS OBTENIDOS

Se adquirió conocimiento, destrezas y habilidades sobre las actividades puntuales que se realizan en el área de Activos de la Clínica de Traumas y Fracturas Especialistas Asociados S.A., con respecto a la actualización de procedimientos, y tareas propias del área.

Se suministraron piezas publicitarias a los trabajadores de las diferentes áreas, relacionadas con el tema de Pausas Activas, describiendo la importancia de estas y porque es necesario implementarlas dentro de la jornada laboral.

Se realizó con éxito jornada de promoción sobre estilos de vida saludable, donde se dio a conocer los medios y métodos a través de los cuales se pueden establecer y mantener hábitos saludables dentro del sitio de trabajo.

Se realizó actualización de tres procedimientos propios del área.

Se desarrolló capacitación con respecto a la Ley 1480 de 2011, "Estatutos del consumidor".

8.1. DISEÑO DEL PLAN DE MEJORA

ACTIVIDADES DEL PLAN DE MEJORA

Tabla 2 .

Actividades del plan de mejora.

N°	DESCRIPCIÓN DEL HALLAZGO	META QUE SE PRETENDE ALCANZAR	INDICADOR	ACTIVIDAD	Evidencia de Cumplimiento de la Actividad	RESPONSABLE (Cargo)
1	Empleados presentan síntomas como dolor de espalda y agotamiento .	Jornada de pausas activas En el área de labor de cada funcionario.	N° de jornadas programadas/ N° de jornadas realizadas *100	jornada de sensibilización con respecto a los estilos de vida saludable, ergonomía, técnicas de relajación, pausas activas	Fotos. Listas de asistencias. Folletos.	Jefe de Talento Humano, jefe del área, psicóloga y practicantes de la Universidad de Córdoba.

				laborales		
2	SINTOMATOLOGIAS PROPIAS DEL SEE	charlas sobre las consecuencias de estar mucho tiempo sentado Diseñar material publicitario de acciones preventivas y difundir a los correos de los funcionarios	N° de piezas programadas/ N° de piezas *100	Diseñar material publicitario de acciones preventivas y difundir a los correos de los funcionarios.	Circular de invitación, Actas, listado de asistencia, fotografías	Jefe de Talento Humano, jefe del área, psicóloga y practicantes de la Universidad de Córdoba.

Fuente: elaboración propia

8.2. EJECUCION DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE MEJORA

Se motiva a los trabajadores, jefes y demás personal a Realizar ejercicios de 5 minutos, y actividades de relajamiento. Facilitándoles un plegable que contiene una serie de ejercicios que puedan ser realizados sentados o de pie, para relajar el cuerpo.

Realizar charlas sobre el SEE, ya que la salud general es muy importante, por lo que se hace necesario realizar pausas activas en los tiempos mínimos estipulados. Es indudable la importancia de la salud para desarrollar las actividades diarias, por ello hay que saber cómo cuidar cada una de las partes de cuerpo a fin de prevenir enfermedades generales que puedan dañar la calidad de vida.

Se informa al jefe de cada área la importancia de permitir a los trabajadores tomar descansos, siempre que la situación lo permita para el descanso y relajación del cuerpo.

9. CONCLUSIONES

Se ejecutaron actividades propias del área, propendiendo siempre a la mejora y eficaz realización de actividades y procesos dentro y fuera del área de Activos.

La ejecución de las actividades desarrolladas según el plan de mejora permitió obtener toda la información relacionada con el Síndrome del Edificio Enfermo, lo cual facilitó en gran medida el manejo de la temática, para explicarlo con propiedad a cada uno de los trabajadores de las diferentes áreas con bases fundamentadas en la investigación antes realizada.

Luego de realizar las actividades según el plan de mejora se pudo determinar que dichas acciones correctivas, preventivas y de mejora continua; son necesarias para obtener un impacto favorable en los funcionarios.

La actualización de procedimientos dentro del área de Activos es requerida las veces que se considere necesario, buscando mejorar continuamente en la realización de procesos dentro del área que faciliten y optimicen la prestación de servicios.

10. RECOMENDACIONES

Para la institución estudiada:

1. Seguir implementando las actividades establecidas en el plan de mejora.
2. Realizar promoción continua de las pausas activas.
3. Solicitar a la ARL asesorías sobre el Síndrome del Edificio Enfermo y sus riesgos.
4. Ventilar permanentemente los espacios del edificio, para así mantener un ambiente sano.
5. Implementar material publicitario relacionado con pausas activas y enfermedades profesionales en sitios estratégicos, donde los empleados tengan fácil acceso para q en todo momento estén informados sobre esta temática.

Para la Universidad de Córdoba:

1. Seguir implementando proyectos empresariales encaminados al mejoramiento continuo de las entidades y sus trabajadores.
2. Aumentar las horas de la opción de Practica Empresarial de tal forma que sea posible rotar mínimo en 2 áreas de servicio de una entidad, con el fin de ampliar conocimientos sobre cada una de las estas, ya que las actividades y procesos son diferentes.

11. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Clínica de Traumas y Fracturas. Nosotros [sitio web]. Montería; [Consultado: 1 de abril de 2020]. Disponible en:

<https://www.traumasyfracturas.com/resena-historica/>

Empresariales, C. E. (2006). *El síndrome del edificio enfermo: concepto, identificación y evaluación*. España: CEOE.

https://doi.org/https://www.insst.es/documents/94886/327166/ntp_289.pdf/7299d03d-aba7-4b06-8adb-5d5732fb5eb9

J, B. (2005). *Síndrome del edificio enfermo en la sección de neumología del Hospital Virgen del Camino de la ciudad de Pamplona*. Pamplona: s.n.

https://doi.org/https://issuu.com/separ/docs/sindrome_edificio_enfermo_sep_ar2006/1

Ministerio del Trabajo y Seguridad Social. (s.f.). *Decreto 1295 de 1994*.

https://www.cvc.gov.co/sites/default/files/Sistema_Gestion_de_Calidad/Procesos%20y%20procedimientos%20Vigente/Normatividad_Gnl/Decreto%201295%20de%201994-Jun-22.pdf

Vargas F, G. (2005). *Calidad ambiental interior: bienestar, confort y salud*. Rev Esp Salud Pública.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272005000200011

Anexos A.

Plegable.

¿QUÉ SON LAS PAUSAS ACTIVAS?

Son breves descansos durante la jornada laboral, que sirve para recuperar energía, mejorar el desempeño y eficiencia en el trabajo usando diferentes técnicas y ejercicios que ayuden a reducir la fatiga.



OBJETIVO DE LAS PAUSAS ACTIVAS

Desarrollar hábitos saludables para prevenir trastornos músculo esqueléticos causados por posturas prolongadas y movimientos repetitivos, rompiendo la monotonía laboral y tomando conciencia que la salud es una responsabilidad de cada individuo.

APRENDAMOS A REALIZAR PAUSAS ACTIVAS

Recomendaciones para miembros superiores

- Mantén siempre las piernas semiflexionadas, se realiza elevación lateral de hombro solo hasta la altura del mismo.



Llevar suavemente brazos extendidos hacia arriba y luego a posición de inicio.



- Llevar suavemente brazos extendidos hacia atrás y luego a posición de inicio.
- Primero se colocan manos sobre los hombros y, posteriormente, realizar movimientos circulares con los hombros.



Recomendaciones para miembros inferiores

- Doblar rodillas hasta un ángulo de 90° y devolverse suavemente a la posición inicial.
- Apoyarse en una pierna manteniendo el equilibrio, llevandola adentro y afuera.
- Apoyarse en una pierna manteniendo el equilibrio y con la otra pierna flexionar y extender asimilando una marcha.





Tomado de: Rutinario Ergonomía, Calmena ARL.

- Apoyarse en una pierna manteniendo el equilibrio y, con la otra extendida, realizar movimientos con la punta del pie hacia arriba y hacia abajo.



Tomado de: Rutinario Ergonomía, Calmena ARL.

¿POR QUÉ DEBEN REALIZARSE LAS PAUSAS ACTIVAS?

- Rompen la rutina de trabajo.
- Reactiva la energía.
- Relaja los grupos músculo tendinosos.
- Estimula y favorece la circulación.
- Mejora la postura.
- Mejora el desempeño laboral.



Yo cuido de mi salud, la de mis compañeros y me dejo cuidar

UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA



Programa de Administración en Salud

ES MOMENTO DE HACER PAUSAS ACTIVAS



¡Tu bienestar lo haces tú!



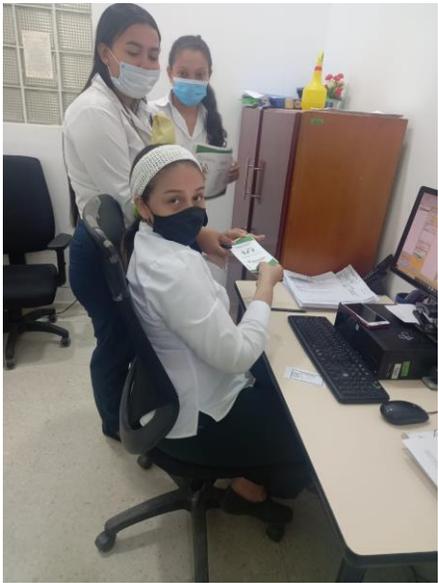
Clínica de Traumas y Fracturas
FUNDACIÓN ANÓNIMA S.A.
Cuidar tu salud y calidad de vida es el servicio de la vida!

WUOLAB

»»

Anexos B.

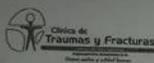
Evidencia fotográfica





Anexos C.

Registro de asistencia

	FORMATO REGISTRO DE ASISTENCIA	FOR GCA 05
		Versión 01
		Página 1 de 1

TEMA(S): Pausas Activas, como y porque deben realizarse Socialización - Entrega de piezas publicitarias	Entrenamiento	Re-entrenamiento
	Formación - Capacitación	Inducción
	FECHA: 07-07-2022	HORA:
	LUGAR: Aea Activos	RESPONSABLE: Estud. Unmasidad de Cordoba Adm. en salud.

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS	Nº IDENTIFICACIÓN	CARGO/AREA	FIRMA
1	Adriana Gonzalez M	93.148.993	us. dt actus	<i>[Signature]</i>
2	Diego Capello	1073820604	jefe de Actus	<i>[Signature]</i>
3	Sofia Arreola	46.471.921	coord. Adm	<i>[Signature]</i>
4	Mu Milna Hernandez Lopez	1067884567	Asist. Adm.	<i>[Signature]</i>
5	Andrea Acosta Alcarin	1067914108	Ases. Coord. Médica	<i>[Signature]</i>
6	Sandra Galvan Mastin	50984874	Ases. Gestión P	<i>[Signature]</i>
7	Olivia Gomez Pelamuo	10678943146	Ases. T. Recursos	<i>[Signature]</i>
8				
9				
10				