

	HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E. EL ÁGUILA (VALLE) 891.901.082-3	PÁGINA 1 DE 13 CÓDIGO:PE-PL-05
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST	VERSIÓN: 05 FECHA: 02/01/2020 TRD:

GTH 252 77 30. 29- 2020

El Águila Valle, 20 de noviembre del 2020	DESCRIPCIÓN	ITEM
Doctora <b>GIOVANNY SAAVEDRA LASSO</b> <b>DIRECTORA TERRITORIAL DEL VALLE DEL CAUCA</b>		
<b>ASUNTO:</b> Seguimiento a medidas de prevención y contención de contagio con el coronavirus COVID-19 en el Hospital San Rafael ESE.		
Cordial saludo,		
Siendo conscientes de la responsabilidad sobre las medidas adoptadas en prevención de riesgos y de la necesidad de realizar un seguimiento oportuno a dichas medidas, presentamos a ustedes la siguiente información:		
<b>1. LISTA DE CHEQUEO VERIFICACIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS Y CONTROL COVID-19 PARA LA EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES</b>		
Esta lista de chequeo se aplica a todo el personal que ingrese al hospital así mismo personal directo, contratistas, subcontratistas, visitantes, proveedores y/o personal externo		


*Trabajamos para Usted*

CRA 3 No. 13-21 Celulares: 321 640 76 23 – 321 867 65 62 – 312 815 67 93

El Águila – Valle del Cauca

Correo electrónico: [hosanraf@yahoo.com.mx](mailto:hosanraf@yahoo.com.mx)

<http://www.hospitaldelaguila.gov.co>

	HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E. EL ÁGUILA (VALLE) 891.901.082-3	PÁGINA 2 DE 13 CÓDIGO:PE-PL-05
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST	VERSIÓN: 05 FECHA: 02/01/2020 TRD:

ITEM	DESCRIPCION	CUMPLE	NO CUMPLE	OBSERVACION
<b>GENERAL HOSPITAL</b>	Avisos, afiches, comunicados entre otros avisos preventivos.	1		
	Señalización sobre el uso de tapabocas y lavado de manos obligatorio	1		
	Registro de censo y/o encuesta para monitoreo al estado de salud del personal (validación de síntomas, fiebre, tos, dificultad respiratoria entre otros)	1		<b>Se hace registro de ingreso y salida con toma de temperatura a los funcionarios del Hospital y usuarios</b>
	Distanciamiento de dos (2) metros entre personas para evitar el contacto físico y evitar aglomeración de personas, mínimo 10 personas en un mismo sitio. Validar procesos disciplinarios.	1		
	Se realizó divulgación del protocolo de bioseguridad.	1		
	Se garantizan jornadas capacitación de las estrategias de prevención frente al COVID- 19	1		
	Toma de temperatura diaria al ingreso, salida y aleatoria (grupos 5 personas) de todos los trabajadores con termómetros infrarrojos.	1		


*Trabajamos para Usted*

CRA 3 No. 13-21 Celulares: 321 640 76 23 – 321 867 65 62 – 312 815 67 93

El Águila – Valle del Cauca

Correo electrónico: [hosanraf@yahoo.com.mx](mailto:hosanraf@yahoo.com.mx)

<http://www.hospitaldelaguila.gov.co>

	HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E EL ÁGUILA (VALLE) 891.901.082-3	PÁGINA 3 DE 13 CÓDIGO:PE-PL-05
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST	VERSIÓN: 05 FECHA: 02/01/2020 TRD:

Se cuenta con un protocolo en caso de casos sospechoso COVID - 19, este es comunicado y capacitado a los trabajadores.	1	
Suministro diario de tapabocas (ingreso, durante y salida para transporte público) y capacitación a todo el personal en su forma de uso y retiro, así como medidas de conservación y tiempos de duración y el desecho de este en una caneca de riesgo biológico con tapa. (incluye visitantes, proveedores, clientes)	1	SE ENTREGA UNA VEZ Y EN URGENCIAS SE DEJA CAJA DE GUANTES Y TAPABOCAS PARA ESTAR CAMBIANDO
Se cuenta y se asegura el uso de alcohol o gel antibacterial al ingreso de todas las personas, para que el personal desinfecte sus objetos personales como; celulares, maletines, auriculares, billetera etc.	1	Solo las manos AL INGRESO
Se garantizan sistemas de limpieza y desinfección equipadas con agua, jabón y demás implementos necesarios, en puntos de ingreso al hospital	1	SOLO MANOS AL INGRESO
Desinfección y supervisión de que cada trabajador utilice sus herramientas propias o entregadas por la empresa, prohibiendo el traspaso o préstamo de	1	HERRAMIENTAS NO LOS EQUIPOS BIOMEDICOS


*Trabajamos para Usted*

CRA 3 No. 13-21 Celulares: 321 640 76 23 – 321 867 65 62 – 312 815 67 93

El Águila – Valle del Cauca

Correo electrónico: hosanraf@yahoo.com.mx

<http://www.hospitaldelaguila.gov.co>

	HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E EL ÁGUILA (VALLE) 891.901.082-3	PÁGINA 4 DE 13 CÓDIGO:PE-PL-05
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST	VERSIÓN: 05 FECHA: 02/01/2020 TRD:

estas entre las personas.			
Prohibición de reuniones masiva, eventos, (en caso de charlas participación de menos de 10 personas)	1		
Se tienen políticas de lavado las manos de manera obligatoria y están socializadas y publicadas en cartelera (garantizar lavado de manos con agua y jabón al menos durante 20 a 30 segundos al realizar)	1		
En caso de presentarse la enfermedad, se realizan pruebas para validación, orientación a la atención de las personas contagiadas y seguimiento y control de reposos/cuarentenas preventivas.	1		SE REALIZA TAMIZAJE DE PRUEBAS PARA COVID 19 AL PERSONAL DE SALUD DE LA INSTITUCIÓN, CON RESULTADOS NEGATIVO PARA COVID 19
Se realiza coordinación de los planes con las EPS e IPS y se implementan acciones de comunicaciones para esta fase, adicional el personal tiene a la mano los teléfonos de contacto entregados por la autoridad competente para la atención de casos y medidas de urgencias.	1		


*Trabajamos para Usted*

CRA 3 No. 13-21 Celulares: 321 640 76 23 – 321 867 65 62 – 312 815 67 93

El Águila – Valle del Cauca

Correo electrónico: [hosanraf@yahoo.com.mx](mailto:hosanraf@yahoo.com.mx)

<http://www.hospitaldelaguila.gov.co>

	HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E. EL ÁGUILA (VALLE) 891.901.082-3	PÁGINA 5 DE 13 CÓDIGO:PE-PL-05
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST	VERSIÓN: 05 FECHA: 02/01/2020 TRD:

Validación de horarios flexibles para disminuir la interacción social de los trabajadores (turnos de almuerzo y toma de refrigerios para evitar la concentración de personas en esos ambientes garantizando una distancia mínima de dos (2) metros entre cada persona en todo momento).	1		
Se cuenta con plan de contención y un plan de mitigación en caso crisis, se ha capacitado y realizado simulacros del mismo.	1		SE REALIZO SIMULACRO EL DIA 26 DE MAYO DE 2020
Se cuenta con canecas con pedal para depositar los residuos de riesgo biológico generados en baños / vestidores / duchas entre otras áreas	1		
Se garantizan medidas para consumo de agua y bebidas desde fuentes, dispensadores y/o termos, evitando que bordes de vasos y/o botellas tenga contacto directo con el dispensador.	1		
Desinfectar mesas y comedores antes y después, en caso de usarlos.	1		
Ventilación en puesto de trabajo de las oficinas administrativas y operativas y conservación	1		


*Trabajamos para Usted*

CRA 3 No. 13-21 Celulares: 321 640 76 23 – 321 867 65 62 – 312 815 67 93

El Águila – Valle del Cauca

Correo electrónico: hosanraf@yahoo.com.mx

<http://www.hospitaldelaguila.gov.co>

	HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E. EL ÁGUILA (VALLE) 891.901.082-3	PÁGINA 6 DE 13 CÓDIGO:PE-PL-05
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST	VERSIÓN: 05 FECHA: 02/01/2020 TRD:

	de una distancia mínima de 2 metros para evitar el contacto directo con otras personas.		
	Se realiza limpieza y desinfección de manera regular en objetos como computadores y esferos, así como superficies (escritorios, mesas de trabajo, etc.).	1	
	Se garantiza el NO contacto físico para la recepción del paquete, EPP, equipos y herramientas y se dispone de un lugar seguro con demarcación de zona de espera para la recepción de lo recibido o pueden ser desinfectados con alcohol.	1	
	Se cuenta con barreras físicas como una ventana de vidrio que separe la persona que recibe de las que llevan correspondencia o un distanciamiento adicional se desinfecta con alcohol glicerinado y rociador de alcohol con toallas de papel ecológico	1	
	El mesón de recepción debe ser desinfectado de acuerdo al volumen y cruce de personas entre mínimo 1 hora y hasta 3 veces al día.	1	


*Trabajamos para Usted*

CRA 3 No. 13-21 Celulares: 321 640 76 23 – 321 867 65 62 – 312 815 67 93

El Águila – Valle del Cauca

Correo electrónico: [hosanraf@yahoo.com.mx](mailto:hosanraf@yahoo.com.mx)

<http://www.hospitaldelaquila.gov.co>

	HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E. EL ÁGUILA (VALLE) 891.901.082-3	PÁGINA 7 DE 13 CÓDIGO:PE-PL-05
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST	VERSIÓN: 05 FECHA: 02/01/2020 TRD:

	<p>Se garantiza ventilación en el parqueo de los vehículos, tiempos de espera para ingreso y estos se encuentran situados a una distancia mínima de dos (2) metros para evitar contacto directo con otras personas</p>	1		
	<p>Se realiza limpieza y desinfección de todas las partes de los vehículos incluyendo en cambios de turnos con alcohol en concentración mayor o igual al 70%,</p>	1		SE REALIZA A LAS AMBULANCIAS VEHICULOS SOLO DEL HOSPITAL
<b>VISITANTES- PROVEEDORES - PERSONAL EXTERNO - COMUNIDAD</b>	<p>Se cuenta con programación y control la entrada de visitantes/proveedores/ contratistas con el fin de evitar aglomeraciones, adicional estos cuentan con EPP (desinfectados)</p>	1		
	<p>Se dispone de alcohol glicerinado y se informa la persona que llega que debe desinfectar sus manos primero.</p>	1		
	<p>Se garantiza que los proveedores realicen la validación, recepción de facturas y soportes de manera electrónica. (de ser necesario el soporte físico, se garantiza dejar en sobre sellado en el área de correspondencia y se aplica el protocolo de desinfección)</p>	1		


*Trabajamos para Usted*

CRA 3 No. 13-21 Celulares: 321 640 76 23 – 321 867 65 62 – 312 815 67 93

El Águila – Valle del Cauca

Correo electrónico: [hosanraf@yahoo.com.mx](mailto:hosanraf@yahoo.com.mx)

<http://www.hospitaldelaguila.gov.co>

	HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E. EL ÁGUILA (VALLE) 891.901.082-3	PÁGINA 8 DE 13 CÓDIGO:PE-PL-05
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST	VERSIÓN: 05 FECHA: 02/01/2020 TRD:

	Se garantiza el uso del área de recepción de insumos, equipos y material con las características, zona de descargue o zona sucia.	1		
<b>SALA DE ESPERA</b>	Gel antibacterial en cada puesto de trabajo o lugar de atención de pacientes, y se capacita sobre su uso obligatorio.	1		
	Políticas de lavado las manos de manera obligatoria y están socializadas y publicadas.	1		
	Se garantizan espacios en salas de espera de forma tal que se preserve distancias mayores de dos (2) metros	1		
	Se indaga sobre el estado de salud y se realiza toma de datos de todos los que visiten el hospital, para poder hacer seguimiento en caso de que se presente un contacto.	1		
	Líneas para fila que tengan separación cada 2 metros, con marcación en el piso.	1		

<b>PUNTAJE TOTAL</b>	<b>33</b>
<b>PORCENTAJE</b>	<b>100%</b>

*Trabajamos para Usted*


CRA 3 No. 13-21 Celulares: 321 640 76 23 – 321 867 65 62 – 312 815 67 93

El Águila – Valle del Cauca

Correo electrónico: hosanraf@yahoo.com.mx


<http://www.hospitaldelaguila.gov.co>



	HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E. EL ÁGUILA (VALLE) 891.901.082-3	PÁGINA 10 DE 13 CÓDIGO:PE-PL-05
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST	VERSIÓN: 05 FECHA: 02/01/2020 TRD:

entrega completa y oportuna de los EPP?			se ha de adquirir
¿Se coordinó con la ARL el apoyo requerido para contar con los EPP necesarios de acuerdo con lo dispuesto en el Decreto 488, Decreto 500 y Circular 29 del 2020 expedidos por el Ministerio del Trabajo?	X		La ARL Bolívar Envío relación de EPP para una próxima entrega Oficio de solicitud y respuesta de la ARL o acta con acuerdos y compromisos.

¿Se está entregando los EPP a todos los trabajadores de acuerdo al grado de exposición al riesgo?	X		Los EPP entregados cumplen con las características solicitadas por el Ministerio de Salud y Protección Social?
¿Se está garantizando la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?	X		¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?
¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?	X		¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?
¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?	X		¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?
¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?	X		¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?
¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?	X		¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?
¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?	X		¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?
¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?	X		¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?
¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?	X		¿Se ha planeado lo necesario para contar con suficiente inventario que garantice la disponibilidad requerida para la entrega de los EPP en la cantidad y remplazo de uso requerido?

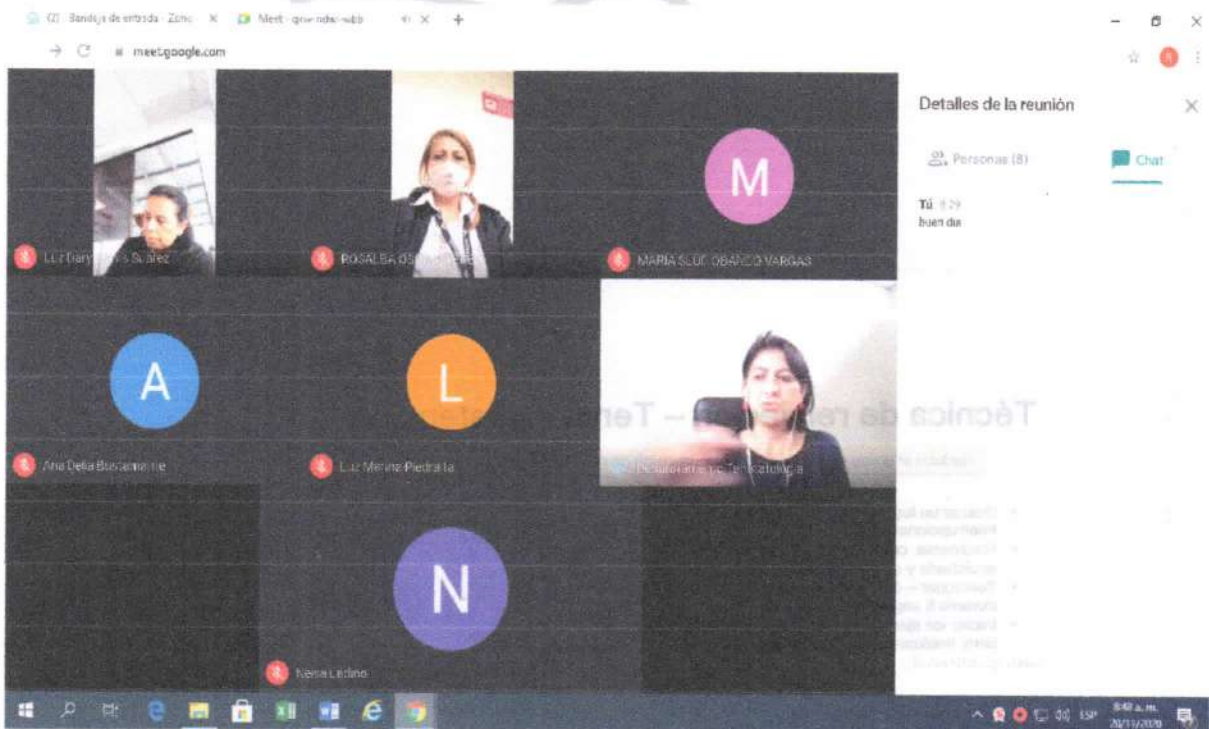
	<b>HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E</b> <b>EL ÁGUILA (VALLE)</b> <b>891.901.082-3</b>	<b>PÁGINA 11 DE 13</b> <b>CÓDIGO:PE-PL-05</b>
	<b>SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO</b> <b>SG-SST</b>	<b>VERSIÓN: 05</b> <b>FECHA: 02/01/2020</b> <b>TRD:</b>

## ANEXOS

### CONFERENCIA ESTRÉS LABORAL

La Dra. Ángela María Ospina Tanatóloga de La Empresa Previsión Exequial La Ofrenda, brindo charla virtual sobre el manejo de Estrés laboral por contagio de COVID 19 a empleados del Hospital San Rafael, técnica manejo de respiración por el uso permanente de tapabocas, dando recomendación en estilos de vida saludable, alimentación sana, ejercicio.

### REGISTRO FOTOGRAFICO




*Trabajamos para Usted*

**CRA 3 No. 13-21 Celulares: 321 640 76 23 – 321 867 65 62 – 312 815 67 93**

**El Águila – Valle del Cauca**

**Correo electrónico: hosanraf@yahoo.com.mx**

**<http://www.hospitaldelaguila.gov.co>**

	HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E EL ÁGUILA (VALLE) 891.901.082-3	PÁGINA 12 DE 13
		CÓDIGO:PE-PL-05
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST	VERSIÓN: 05
		FECHA: 02/01/2020
		TRD:

## Estrés



**Distrés**

Excesiva activación psicofisiológica que genera consecuencias perjudiciales.



**Eustrés**


Activación adecuada para afrontar con éxito una situación difícil.

## Técnica de relajación – Tensión distensión

Reduce el grado de activación física presente en el estrés

- Buscar un lugar tranquilo y libre de interrupciones
- Reclinarse cómodamente sobre un sillón acolchado y descruzar brazos y piernas.
- Tensionar – distensionar grupos musculares durante 5 segundos / 3 veces.
- Iniciar los ejercicios de tensión/distensión en la cara, finalizar en miembros inferiores.



	HOSPITAL SAN RAFAEL E.S.E EL ÁGUILA (VALLE) 891.901.082-3	PÁGINA 13 DE 13 CÓDIGO:PE-PL-05
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST	VERSIÓN: 05 FECHA: 02/01/2020 TRD:

## Respiración diafragmática

Una respiración correcta permite reducir la ansiedad, la tensión muscular y el cansancio.




1. Inspire profundamente intentando desplazar el aire hacia el abdomen hasta que esté lleno
2. Aguante el aire durante un par de segundos
3. Expulse lentamente todo el aire

Repita el ejercicio durante un minuto

Cordialmente,

 <b>LUZ BIANETH/MARULANDA CASTAÑO</b> Presidente COPASST Asesor (a) Control Interno <b>Presidente Copasst</b>	 <b>MARIA LUZ MILA OSSA AGUDELO</b> Promotora de Salud Secretaria COPASST <b>Secretario(a) Copasst</b>
--	--

 <b>WILLIAM ANDRES MARTINEZ MOLINA</b> Asesor de Gestión del Riesgo ARL de Seguros Bolívar <b>Firma representante ARL</b>	<b>20-11-2020</b> <b>Fecha de envío a la ARL</b>
--	---

*Trabajamos para Usted*

CRA 3 No. 13-21 Celulares: 321 640 76 23 – 321 867 65 62 – 312 815 67 93

El Águila – Valle del Cauca

Correo electrónico: hosanraf@yahoo.com.mx

<http://www.hospitaldelaguila.gov.co>