

		BIDDLE INC
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE

PROYECTO:
“Defensas ribereñas del río Lacramarca (Paquete R-07)”

VER.	DESCRIPCIÓN	FECHA
00		25/09/2023

ELABORADO POR	REVISADO POR	APROBADO POR
  LOURDES CHÁVEZ ISLA COORDINADOR SSOMA CIP: 200231	  LOURDES CHÁVEZ ISLA COORDINADOR SSOMA CIP: 200231	  ALEKSANDAR KOROLJA LEÓN ALEKSANDAR KOROLJA LEÓN
Lourdes Chávez Isla Coordinadora SSOMA	Lourdes Chávez Isla Coordinadora SSOMA	Aleksandar Korolija León Gerente General
Nombre y firma	Nombre y firma	Nombre y firma

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

INDICE

1.	OBJETIVO	3
2.	ALCANCE	3
A)	UBICACIÓN DEL PROYECTO	3
B)	ALCANCE DE LA OBRA:..... ¡ERROR! MARCADOR NO DEFINIDO.	
3.	DESCRIPCION Y ELABORACION DE LINEA BASE DEL SISTEMA DE GESTION DE SST	4
A)	ESTRUCTURA DEL SISTEMA DE SSOMA.....	5
4.	LIDERAZGO Y COMPROMISO.....	6
A)	LIDERAZGO Y COMPROMISO DE LA ALTA DIRECCIÓN	6
B)	POLÍTICA DEL SISTEMA DE GESTIÓN	7
C)	ORGANIZACIÓN Y RESPONSABILIDADES PARA EL DESEMPEÑO DEL SGSSOMA	9
D)	CONSULTA Y PARTICIPACIÓN DE LOS TRABAJADORES	13
i.	Comité de SST	14
ii.	RISST	15
5.	PLANIFICACION	16
A)	GESTIÓN DE RIESGOS	16
B)	GESTIÓN AMBIENTAL	23
C)	REQUISITOS LEGALES.....	23
D)	GESTIÓN DE DESEMPEÑO: OBJETIVOS Y METAS	25
6.	APOYO Y OPERACIÓN.....	27
A)	CAPACITACIÓN Y ENTRENAMIENTO	27
B)	COMUNICACIONES	30
C)	SALUD OCUPACIONAL	32
D)	CONTROL DE DOCUMENTOS Y REGISTROS	35
E)	PREPARACIÓN Y RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS	36
F)	PROCEDIMIENTOS	36
i.	Trabajos de Alto Riesgo	36
ii.	EPP.....	37
G)	GESTIÓN DEL CAMBIO	37
H)	INSPECCIONES INTERNAS.....	37
7.	EVALUACION DEL DESEMPEÑO	38
A)	MONITOREO Y SEGUIMIENTO	38
B)	ESTADÍSTICAS DEL SISTEMA DE GESTIÓN	39
8.	MEJORA	39
A)	COMUNICACIÓN E INVESTIGACIÓN DE INCIDENTES Y ENFERMEDADES OCUPACIONALES.....	39
B)	NO CONFORMIDADES Y ACCIONES CORRECTIVAS	40
9.	ANEXOS.....	40

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

1. OBJETIVO

El presente Plan de Gestión de Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente, tiene por objetivo preservar la integridad física, salud de nuestros trabajadores y cuidado del medio ambiente, acorde a los compromisos asumidos en la política de Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente de **BIDDLE INC** y del **CLIENTE**; además de cumplir con las disposiciones legales vigentes e integrar la prevención de riesgos y gestión ambiental a los procedimientos que se aplicarán durante las actividades de diseño y construcción a desarrollar en el Proyecto **“Defensas ribereñas del río Lacramarca (Paquete R-07)”**.

2. ALCANCE

El alcance del presente plan es aplicable a todas las actividades asociadas a los procesos constructivos, estratégicos y de soporte que desarrolla **BIDDLE INC** y EL CLIENTE en el proyecto.

Aplica a todos los trabajadores que laboran en el proyecto, así como empresas subcontratistas, de intermediación laboral, tercerización de servicios o de cualquier otra modalidad, proveedores y visitantes en general.

También aplica, a las labores en oficinas administrativas, talleres, almacenes y las actividades identificadas propias y de subcontratistas donde exista la probabilidad de causar pérdidas con daños personales, materiales y ambientales y prevenir que estas ocurran.

a) Ubicación del Proyecto

La cuenca del Río Lacramarca en la parte norte de la región hidrográfica del Pacífico se encuentra entre las coordenadas:

Datum: WGS 84

- Longitud Oeste:

Máximo: 78°35'13" / Mínimo: 78°05'48"

- Latitud Sur:

Máximo: 9°06'03" / Mínimo: 8°45'07"

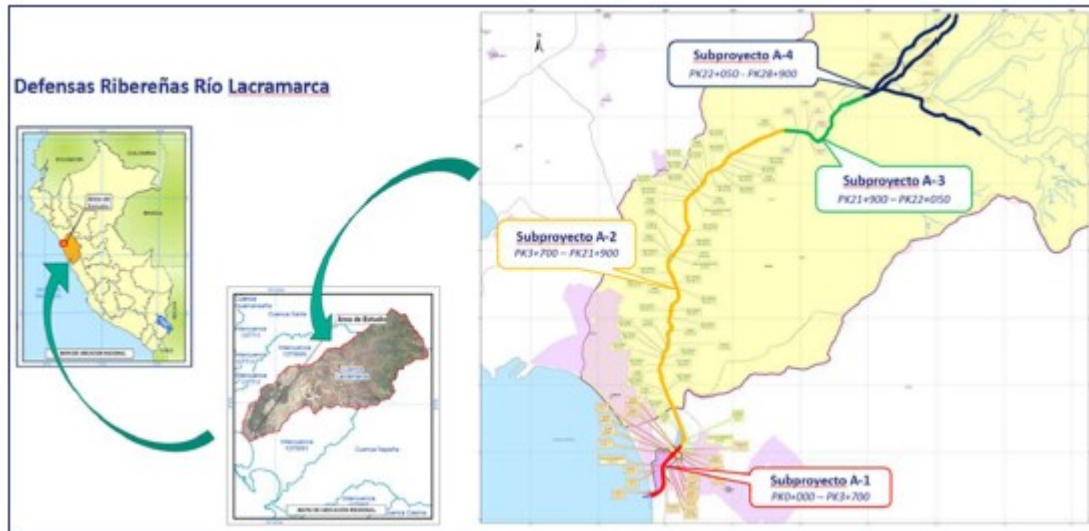
Políticamente comprendido entre los distritos de: Nuevo Chimbote, Cáceres del Perú, Macate y Chimbote en la Provincia Santa departamento de Ancash.

Los Límites de esta cuenta son:

- Por el Norte: con la cuenca del río Santa
- Por el Sur: Con la cuenca del río Nepeña
- Por el Este: con la cuenca del río Santa
- Por el Oeste: con el océano Pacífico

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

La cuenca del Río Lacramarca está conformada por una cuenca alta, media y baja, tal como se muestra en la siguiente imagen.



El Proyecto: “Entrega de las Defensas Ribereñas del Río Lacramarca”, comprende cuatro sub proyectos: A-1, A-2, A-3 y A-4, cuyas progresivas se muestran en la tabla siguiente:

PROGRESIVAS DE LOS SUBPROYECTOS				
Departamento	Provincia	Distrito	Subproyecto	Progresiva
Ancash	Santa	Chimbote, Nuevo Chimbote	A - 1	Inicio: PK 0 + 000
				Fin: PK 3 + 300
		Chimbote, Nuevo Chimbote	A - 2	Inicio: PK 3 + 300
				Fin: PK 20 + 960
		Chimbote, Nuevo Chimbote	A - 3	Inicio: PK 20 + 960
				Fin: PK 26 + 137
		Chimbote, Nuevo Chimbote, Macate, Cáceres del Perú	A - 4	Inicio: PK 26 + 137
				Fin: PK 28 + 785

3. DESCRIPCION Y ELABORACION DE LINEA BASE DEL SISTEMA DE GESTION DE SST

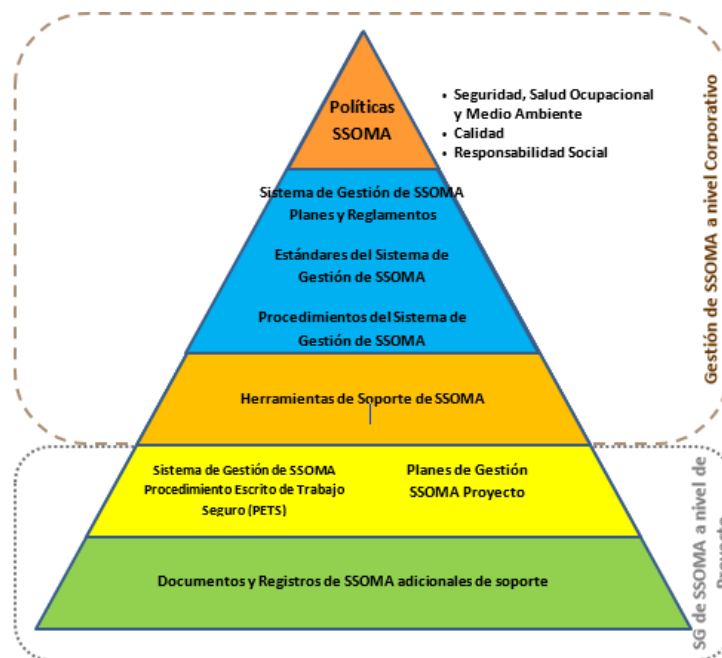
BIDDLE INC y **EL CLIENTE**, implementan y mantienen un Sistema de Gestión de Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente (SGSSOMA) que forma parte de la gestión integral de los procesos del proyecto; proporciona los lineamientos para la administración de los riesgos, gestión ambiental y oportunidades que resultan de la ejecución de nuestras actividades y el entorno en el cual nos desarrollamos. El Sistema de Gestión SSOMA se compone de los siguientes elementos y se ha diseñado de acuerdo con los requisitos legales peruanos, y tomando como referencia las especificaciones de la norma ISO 45001:2018 “Sistema de

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

gestión de la seguridad y salud en el trabajo” y la norma ISO 14001:2015 “Sistemas de gestión ambiental”.

a) Estructura del Sistema de SSOMA.

El Sistema de Gestión SSOMA de **BIDDLE INC** estará compuesto por 17 elementos, que permitirán alinear los requerimientos al cumplimiento de los objetivos y metas que se detallan más adelante en el presente plan.



Nota aclaratoria 1: Pueden existir una(s) variable(s) que sean independientemente al sistema de gestión, y que sí contemple nuestro cliente, lo cual generará una integración inmediata, dentro del elemento que más esté relacionado con dicha variable.

Nota aclaratoria 2: Nuestro **Plan de Gestión de Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente** no es estático, tiene una vigencia de 1 año, pero en cualquier momento se puede modificar por diversas necesidades, como cambios en los requisitos legales. La nueva versión del plan que incluya las modificaciones, anexos o adendas será presentada al Comité de SST para su aprobación, dejándose registro del hecho en el acta respectiva.

A continuación, presentamos una tabla con el contenido de los 17 elementos, que formarán parte de la estructura del SGSSOMA del consorcio.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

Ítem	Nombre
01	Liderazgo y Compromiso
02	Gestión de Riesgos
03	RRLL
04	Planificación
05	Puestos, Responsabilidades y Autoridades
06	Competencias
07	Comunicación, Participación y Consulta
08	Información documentada
09	Gestión de Cambio
10	Gestión de Subcontratistas
11	Control Operativo
12	Preparación y Respuesta ante Emergencias
13	Monitoreo y Medición
14	Gestión de Incidentes y lecciones aprendidas
15	Mejora Continua
16	Auditorias
17	Revisión por la Alta Dirección

4. LIDERAZGO Y COMPROMISO

a) Liderazgo y Compromiso de la Alta Dirección

El director de Proyecto es el encargado de liderar, gestionar y de brindar los recursos para el desarrollo e implementación del sistema de gestión de seguridad, salud ocupacional y medio ambiente con el fin de lograr la prevención de lesiones personales y cuidado del medio ambiente, demostrándolo a través del cumplimiento de los indicadores proactivos; evidenciando el compromiso del cumplimiento de la Política de seguridad, salud ocupacional medio ambiente de **BIDDLE INC**.

- Visitas de la Alta Dirección

La Dirección de **BIDDLE INC** realizará una serie de visitas al proyecto, la cual tendrá como objetivo identificar factores de riesgo, oportunidades de mejoras, escuchar y dar trámite a las solicitudes de los trabajadores, específicamente por temas de seguridad, salud ocupacional y medio ambiente.

- Liderazgo Visible: Índices de Cumplimiento para línea de mando

La línea de mando desarrollará una serie de inspecciones visuales y corroboraciones de cumplimiento con los procedimientos, que permitirán evidenciar oportunidades de mejora e implementación de acciones correctivas tendientes a la disminución permanente de incidentes y accidentes de trabajo.

Para lo indicado deberá cumplir con las siguientes herramientas de gestión a fin de evidenciar su compromiso con la seguridad de su personal a cargo:

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

- N° de Reporte de Actos y Condiciones Inseguras
- N° de Reunión Semanal Integral de 30 min.
- N° de Evaluaciones de ATS
- N° de Asesorías SSOMA
- N° de Asesorías de Prevención de Lesión de Manos

b) Política del Sistema de Gestión

BIDDLE INC cuenta con una Política Integrada de Gestión, en la cual la Alta Dirección reafirma sus compromisos y principios en este proyecto. Además, contempla los lineamientos que exigen las normas legales para su formulación.

La Política Integrada de Gestión, está firmada por la Alta Dirección y es difundida para el conocimiento de todos los trabajadores. Dicha Política está formulada en los siguientes términos:

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023



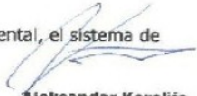
POLÍTICA INTEGRADA DE GESTIÓN

Somos una Empresa de servicios integrados de ingeniería, construcción, logística, transporte y remediación ambiental para el sector petrolero, minero, energético y las diversas actividades económicas en el Perú.

Nuestro propósito es brindar una gestión, eficiente y transparente, que genere rentabilidad y beneficios para nuestros clientes, accionistas y colaboradores.

Con el objetivo de alcanzar la visión de nuestra Empresa, nos comprometemos en lo siguiente:

- Satisfacer los requerimientos de nuestros clientes.
- Contar con un equipo de Colaboradores con el adecuado nivel de calificación profesional y técnico, actitudes proactivas y comprometidos con los objetivos de la Empresa.
- Contar con una importante y confiable flota de maquinaria especializada y diferenciada; con un adecuado nivel de mantenimiento y presentación.
- Proporcionar las condiciones de trabajo segura y saludables para la prevención de lesiones y deterioro de la salud relacionados con el trabajo de todos nuestros colaboradores sean propios (a todo nivel de la empresa), sub contratados y/o toda aquella persona que brinde algún servicio dentro o fuera de nuestras instalaciones con ocasión de nuestras actividades incluyendo visitantes a nuestras instalaciones (Operaciones, bases y oficinas), poniendo énfasis en la prevención de riesgos de todas nuestras actividades garantizando que ninguna meta de producción o emergencia operacional justifique la exposición de nuestros colaboradores a algún riesgo inaceptable ya que Biddle Inc., considera que la persona es el fin principal de la organización.
- Biddle Inc., se compromete a eliminar los peligros y disminuir los riesgos en el SST.
- Prevenir toda actividad ilícita como lavado de activos, narcotráfico, corrupción, soborno y terrorismo, entre otros. Comprometiéndose a minimizar todos los riesgos relacionados en la organización.
- Promover la consulta y participación activa de nuestros colaboradores y sus representantes en nuestro Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Fomentar la protección del medio ambiente, incluida la prevención de la contaminación y otros compromisos específicos pertinentes de nuestras actividades, servicios y/o funcionamiento de nuestras instalaciones, siendo responsabilidad de todo colaborador directo a todo nivel, sub contratado o visitante el cumplimiento de este objetivo.
- Cumplir los requisitos legales aplicables y otros; así como, los acuerdos y compromisos adquiridos y suscritos con otras partes interesadas.
- Promover el uso sostenible de los recursos naturales y materiales en nuestras operaciones y servicios.
- Propiciar las buenas relaciones con todas las comunidades del entorno de nuestras operaciones en el marco de la práctica de la Responsabilidad Social como elemento importante de nuestra política.
- Mejorar continuamente nuestros procesos, el desempeño ambiental, el sistema de gestión de SST y sistema de gestión en control y seguridad.


Aleksandar Korolija
Gerente General
 GGE-DES-01_v3
 03/01/2023

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

c) Organización y Responsabilidades para el desempeño del SGSSOMA

- Residente de Obra

- Difundir la Política Integrada de Calidad, Salud, Seguridad y Medio Ambiente y todas sus revisiones periódicas.
- Definir objetivos primarios para la calidad, medio ambiente, seguridad y SO dentro del conjunto de objetivos estratégicos de la Empresa.
- Analizar periódicamente la evolución de las acciones concretas para el cumplimiento de los objetivos establecidos.
- Revisar en forma periódica el Sistema Integrado de Gestión, para asegurar su adecuación y efectividad continuada, tomando en cuenta los requerimientos de las normas de certificación.
- Participar identificando desvíos en forma proactiva durante su visita a las Obras.
- Revisar y aprobar los planes operativos específicos de las obras incluyendo el Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Supervisar el avance de los trabajos haciendo correcciones en los planes de obra para cumplir los plazos y las metas establecidas sin descuidar los aspectos de Calidad, Seguridad, Salud en el Trabajo y el cuidado del medio Ambiente.
- Evaluar y aprobar los recursos y equipos que requieren las obras constructivas bajo su responsabilidad y el cumplimiento de los Objetivos y metas fijadas.
- Supervisar el cumplimiento de la Política de SSOMAC y el buen estado de las relaciones con los grupos de interés.
- Cumplir las inspecciones y capacitaciones programadas.
- Verificar el cumplimiento de los procedimientos (PETS) e IPERC de los trabajos.
- Presidir el Comité de seguridad y salud en el trabajo del proyecto.
- Mostrar liderazgo visible el cual tendrá que tener un impacto en el campo.
- Participar activamente en las inspecciones proactivas de las obras que tenga asignadas.
- Exigir y verificar el cumplimiento del Plan de Vigilancia, Prevención y Control del COVID-19 en el Trabajo.

- Profesional Arqueólogo

- Reportar las áreas arqueológicas con evidencias de actividad cultural que presenten asociaciones de elementos muebles e inmuebles, correspondientes a la clasificación estipulada en el Art. 2 del Reglamento de Investigaciones Arqueológicas.
- Determinar la extensión y señalización de las áreas arqueológicas registradas durante los trabajos de monitoreo, deberán comprobarse técnicamente a través de la realización de excavaciones restringidas.
- Realizar en las labores de monitoreo arqueológico los sectores de influencia involucrados con la obra a ejecutar, como la habilitación de accesos.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

- Realizar el control permanente de las obras, mediante las fichas de monitoreo arqueológico, que deberán ser firmadas por el supervisor del proyecto.

- **Ingenieros y Supervisores de Campo en general**

Los Ingenieros y Supervisores tanto de **BIDDLE INC** como de EL CLIENTE se consideran representantes de la gerencia de línea de su respectiva organización y de acuerdo con ello comparten los requerimientos de responsabilidades gerenciales y legales.

Los ingenieros y supervisores son vistos como el grupo que tiene el mayor impacto en la seguridad del Proyecto. En consecuencia, **BIDDLE INC** y EL CLIENTE imponen una obligación clara a los ingenieros y supervisores de liderar con el ejemplo y establecer el estándar de seguridad en cada actividad. Serán responsables por cada una de sus obligaciones establecidas por ley.

Se deberá requerir a todos los ingenieros y supervisores que trabajen en conjunto con el Director del Proyecto y representantes. Los supervisores deberán familiarizarse a fondo con el presente Plan de Gestión de SSOMA del Proyecto y con sus responsabilidades individuales respecto a su implementación y aplicación.

- Estar directamente involucrado en implementar los estándares, procedimientos y prácticas de SSOMA aplicables a sus áreas de responsabilidad.
- Participar en evaluaciones de peligros y riesgos de SSOMA para todas las actividades de trabajo bajo su control.
- Tomar todas las acciones razonables para la protección del medio ambiente, seguridad y salud de cada trabajador bajo su control. Adicionalmente, los Supervisores deberán poner énfasis en la protección de los equipos y la propiedad en su área de responsabilidad.
- Promover activamente una cultura de SSOMA para mitigar el riesgo de lesión del personal y de daños a la planta, equipos y medio ambiente.
- Facilitar y apoyar con las reuniones de seguridad, y las reuniones de inicio de jornada (Charlas 15 minutos), comunicando y revisando la información necesaria para que el personal trabaje de manera segura.
- Implementar acción inmediata para corregir las condiciones y/o comportamientos inaceptables reportados u observados respecto al medio ambiente, seguridad y salud.
- Efectuar evaluaciones continuas de las áreas de trabajo y tomar las acciones correctivas necesarias para eliminar las prácticas, condiciones y/o comportamientos sub estándar.
- Documentar las reuniones de inicio de jornada (Charlas 15 minutos), aplicables a su organización y entregar copias al Gerente de Construcción semanalmente.
- Colaborar en las investigaciones de accidentes/incidentes y la preparación de los informes que se requieran.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

- Hacer cumplir las reglas de trabajo relacionadas a SSOMA y tomar la acción que se requiera para garantizar su cumplimiento.
- Cumplir con el procedimiento de aptitud para el trabajo y demás procedimientos requeridos.
- Evaluar el desempeño de seguridad del personal/subcontratistas asignados y reportar los hallazgos al Gerente de Construcción.

- **Trabajadores (Todos)**

Todos los trabajadores vinculados a las actividades de **BIDDLE INC** como de **EL CLIENTE** deben ser conscientes y responsables de lo siguiente:

- Promover activamente una cultura de SSOMA que deberá minimizar el riesgo de lesión personal, daños a equipos y medio ambiente.
- Aceptar responsabilidad individual por su comportamiento seguro.
- Trabajar de forma segura en todo momento.
- Aprender y acatar las prácticas y procedimientos de SSOMA aplicables a su trabajo y reportar rápida inmediatamente a su supervisor las prácticas, condiciones o comportamientos sub estándar.
- Reportar rápidamente los incidentes / accidentes, los incidentes ambientales y otros eventos a su supervisor inmediato.
- Cumplir las instrucciones impartidas en el lugar de trabajo por el empleador sobre la seguridad y salud ocupacional.
- Reportar de manera inmediata las lesiones a su supervisor. Todo el personal debe conocer la ubicación de las instalaciones médicas y otros equipos de emergencia.
- Identificar y corregir los actos sub estándar cometidos por ellos mismos y por terceros y las condiciones encontradas dentro de su área de trabajo.
- Cualquier persona que deliberadamente ponga en peligro su propia seguridad y salud y/o la seguridad y salud de terceros deberá ser sometida a una medida disciplinaria.
- Las personas que muestren un rechazo total y/o continuo por los requisitos de SSOMA del Proyecto estarán sujetas a un retiro del Proyecto a discreción del Gerente de Construcción.
- Cumplir con el procedimiento de aptitud para el trabajo y demás procedimientos requeridos.
- Contribuir a un enfoque positivo y en equipo de la salud y seguridad.
- Cumplir con todos los requerimientos del Plan de Gestión de SSOMA, estándares y los procedimientos de SSOMA.
- Asistir a las reuniones semanales de seguridad (reunión integral) y reuniones de seguridad de inicio de jornada (charla de 15 minutos).
- Utilizar la herramienta Análisis de Trabajo Seguro – ATS.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

- Ayudar y colaborar con las personas que realicen investigaciones de peligros e incidentes.
- Cumplir todos los requerimientos de Seguridad personal y procedimientos de respuesta de emergencia.
- **Responsabilidades SSOMA de Biddle INC**
 - Mostrar la debida diligencia en todos los asuntos de SSOMA y promover la implementación del Plan de Gestión de SSOMA del proyecto.
 - Promover activamente una cultura de SSOMA que deberá mitigar el riesgo de lesión del personal y de daños a equipos, y medio ambiente.
 - Asignar a personas competentes para ayudar a la gestión efectiva de los objetivos de este Plan de Gestión de SSOMA del Proyecto.
 - Desarrollar y presentar para revisión su Plan de Gestión de SSOMA específico del proyecto, y los procedimientos, check lists, formatos, etc., asociados.
 - Desarrollar y comprometerse con su Plan de Gestión de SSOMA y monitorear la implementación de su sistema de SSOMA en el Proyecto y cumplir el Plan de Gestión de SSOMA del CONSORCIO BESALCO STRACON.
 - Brindar un ambiente de trabajo seguro y saludable y mantener instalaciones adecuadas en el lugar de trabajo para su personal.
 - Asegurar que el nuevo personal / visitantes asistan a las sesiones de inducción y a las sesiones de capacitación programada.
 - Efectuar evaluaciones formales de peligros y riesgos de SSOMA para todas las actividades de trabajo principales.
 - Garantizar que se implementen y monitoree la efectividad de los controles de riesgos que resulten de las evaluaciones.
 - Antes del trabajo diario o de iniciar un turno, asegurar que se realice y registre la reunión de inicio de jornada (Charlas de 15 minutos), con todas las personas involucradas. Deberá ser documentado en los registros correspondientes.
 - Inspeccionar mensualmente herramientas y equipos para garantizar que estén libres de defectos y tengan certificación y etiquetado según se requiera. Asimismo, proveer evidencia de las inspecciones al CONSORCIO BESALCO STRACON.
 - Compartir información de los peligros en la actividad de trabajo en particular con sus trabajadores (miembros del equipo).
 - Identificará con los miembros del equipo los peligros específicos a medida que se desarrollan las actividades de trabajo.
 - Establecer medidas para eliminar, aislar o minimizar la exposición a peligros.
 - Realizar y documentar inspecciones diarias y semanales de las áreas de trabajo de los subcontratistas a fin de monitorear el cumplimiento de los estándares de SSOMA, identificar los peligros y tomar las acciones adecuadas para corregir dichos peligros y

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

suministrar al CONSORCIO BESALCO STRACON evidencia documentaria de todas las inspecciones.

- Asignar un responsable de SSOMA competente y calificado de acuerdo con lo establecido al Plan de Administración de Subcontratistas, el mismo que debe de ser a tiempo completo. Este profesional debe de ser autorizado por SSOMA del CONSORCIO BESALCO STRACON y es aplicable para cuando haya menos de 20 trabajadores por subcontratista.
- Realizar y documentar reuniones de SSOMA regulares para los supervisores y trabajadores.
- Llevar a cabo investigaciones de todos los incidentes o accidentes pérdidas juntamente con los representantes del subcontratista según se requiera para identificar la “causa raíz” e implementar medidas de control de peligros para mitigar cualquier riesgo residual. Realizar las consultas al Procedimiento de Investigación de incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales.
- Todos los incidentes registrables, incidentes con alto potencial e incumplimiento a las reglas de Tolerancia Cero requieren un análisis de causa raíz hecho por el subcontratista de acuerdo a la metodología descrita en el Procedimiento de Investigación de incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales del CBS.
- Todos estos incidentes deben ser entregados en el formato establecido al equipo de líderes del CONSORCIO BESALCO STRACON y Gerente de Proyecto del subcontratista.
- Presentar reportes estadísticos semanales e informes mensuales de SSOMA al Gerente de SSOMA del CONSORCIO BESALCO STRACON.
- Mantener copias actuales de los códigos y estándares de SSOMA aplicables según se requiera dentro de su alcance de trabajo.
- Cumplir con los requerimientos médicos y de capacitación del Proyecto.
- Apoyar y participar de forma activa según se requiera, en todos los comités conformados por el Área de SSOMA del Proyecto.
- Garantizar que los subcontratistas conozcan los planes y procedimientos de emergencias, centro de primeros auxilios y asegurarse que el subcontratista provea el entrenamiento en primeros auxilios a su personal, para la evaluación y tratamiento del lesionado.
- Garantizar que se asignen suficientes recursos para asegurar que se alcancen y de ninguna manera se vean comprometidos los objetivos del Plan de Gestión de SSOMA del Proyecto y el bienestar, seguridad y salud de su personal.
- Permitir a los representantes de la gerencia del CONSORCIO BESALCO STRACON un fácil y libre acceso a todos los registros de SSOMA relacionados al proyecto, a fin de auditar y evaluar el cumplimiento del Plan de Gestión de SSOMA según se requiera.

d) Consulta y Participación de los trabajadores

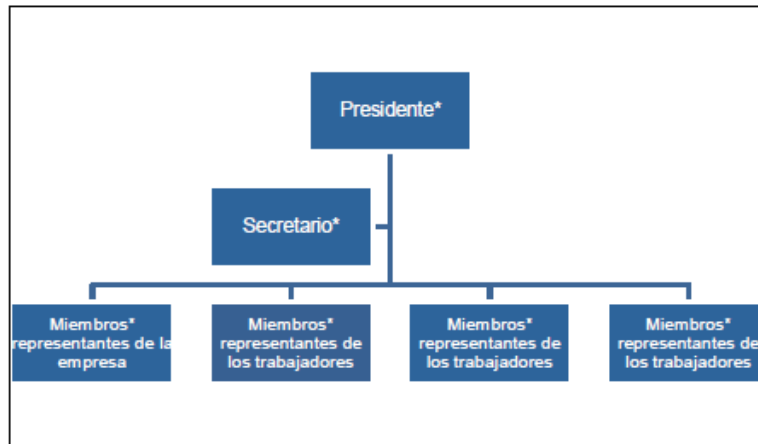
		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

i. Comité de SST

BIDDLE INC establecerá un Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, paritario, cuyas funciones y responsabilidades están reguladas por el D.S. N° 001 2021-TR y por la R.M. N° 245 - 2021-TR.

Las reuniones del comité se realizan mensualmente. Los miembros del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo son:

- Presidente, es elegido por el propio comité entre sus representantes.
- Secretario, es el responsable del área de Seguridad y Salud en el Trabajo o uno de los miembros elegidos por consenso.
- Miembros por parte del empleador y de los trabajadores.



*Cada miembro que conforma el Comité de SST tiene un suplente, los cuales participan a la ausencia del titular. Asimismo, mediante un proceso electoral los trabajadores eligen a sus representantes titulares y suplentes.

La frecuencia de reunión ordinaria del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo será una vez al mes y durante los 10 primeros días del mes.

Se pueden reunir de existir algún punto extraordinario a plantear como investigaciones, aprobaciones de documentos del sistema de Gestión de SSOMA u otros, esto a pedido de sus miembros.

Se mantendrá un libro de actas del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo. El área de SSOMA de BIDDLE INC se encargará de mantener actualizado y ordenado el libro de actas.

El número de personas que componen el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo es definido por acuerdo de partes no pudiendo ser menor de cuatro (4) ni mayor de doce

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

(12) miembros. Entre otros criterios, se podrá considerar el nivel de riesgo y el número de trabajadores.

A falta de acuerdo, el número de miembros del Comité no es menor de seis (6) en los empleadores con más de cien (100) trabajadores, agregándose al menos a dos (2) miembros por cada cien (100) trabajadores adicionales, hasta un máximo de doce (12) miembros.

ii. RISST

BIDDLE INC cuenta con el “**Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo**” – RISST, en el cual se establece y regula la normatividad a la que deben sujetarse los trabajadores, practicantes, las empresas subcontratistas (sean de intermediación laboral, tercerización de servicios o de cualquier otra modalidad aplicable) y todos los miembros en general de nuestra organización para el cumplimiento de sus funciones y responsabilidades en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo y tendrá alcance sobre las actividades que se desarrollen en el Proyecto “**PAQUETE 3 ETAPA 2 – CONSTRUCCIÓN DE LOS DIQUES TRANSVERSALES DE RETENCIÓN QUEBRADA SAN CARLOS PARA EL PROYECTO PAQUETE 1 SOLUCIONES INTEGRALES QUEBRADAS SAN IDELFONSO Y SAN CARLOS**”.

En la estructura del RISST se ha tenido en cuenta los últimos dispositivos legales generales y sectoriales en materia de Seguridad, Salud en el Trabajo y su entrega y difusión permitirá a los trabajadores conocer y cumplir dichas normas a fin de prevenir la ocurrencia de incidentes, accidentes de trabajo y enfermedades ocupacionales, así como mitigar sus consecuencias y minimizar toda clase de riesgo propio de las actividades que se desarrollarán. El RISST es de obligatorio cumplimiento para las empresas subcontratistas, proveedores y visitantes en general que presten servicios a **BIDDLE INC** en el Proyecto.

El índice (general) del reglamento, según decreto supremo, va de la siguiente manera:

- I. **RESUMEN EJECUTIVO DE LA ACTIVIDAD DE LA EMPRESA, ENTIDAD PÚBLICA O PRIVADA**
- II. **OBJETIVOS Y ALCANCES**
 - A. Objetivos
 - B. Alcances
- III. **LIDERAZGO Y COMPROMISOS, Y POLITICA DE SEGURIDAD Y SALUD**
- IV. **ATRIBUCIONES Y OBLIGACIONES DEL EMPLEADOR, DE LOS SUPERVISORES, DEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD, DE LOS TRABAJADORES Y DE LOS EMPLEADORES QUE LES BRINDAN SERVICIOS SI LOS HUBIERA**
 - A. Funciones y responsabilidades.
 - B. Organización interna de seguridad y salud en el trabajo.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

C. Implementación de registros y documentación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.

D. Funciones y responsabilidades de las empresas, entidades públicas o privadas que brindan servicios.

V. **ESTANDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LAS OPERACIONES**

VI. **ESTANDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LOS SERVICIOS Y ACTIVIDADES CONEXAS**

VII. **PREPARACION Y RESPUESTA A EMERGENCIAS**

5. PLANIFICACION

a) Gestión de Riesgos

BIDDLE INC implementará un estándar para efectuar la identificación de peligros, evaluación de riesgos y establecer controles (IPERC – LINEA BASE), calificando el nivel de cada riesgo. Dependiendo del valor obtenido la tarea es clasificada, según su nivel de riesgo, como de: Riesgo Tolerable, Riesgo Poco Significativo, Riesgo Significativo o Riesgo Intolerable. La Identificación de Peligros, Evaluación de Riesgos y Determinación de Controles seguirá el siguiente proceso:

- **IDENTIFICACIÓN DE TAREAS MEDIANTE EL MAPEO DE PROCESOS:**

El Mapeo de Procesos se elabora, identificando los procesos, subprocesos, actividades y tareas hasta un nivel razonable que permita evaluar e identificar las tareas críticas.

- **IDENTIFICACIÓN DE PELIGROS Y EVALUACIÓN DE RIESGOS:**

Se realiza como parte de la planificación al inicio de las actividades a realizar por **BIDDLE INC**. Gerente de Sitio deberá formar un equipo de trabajo para la evaluación de riesgos y autorizarlo para que desarrolle una evaluación de riesgos formal de línea base de conformidad con el presente Plan de Gestión de SSOMA a fin de identificar todos los peligros potenciales para todas las etapas del Proyecto y recomendar controles adecuados para los peligros a fin de mitigar los riesgos al mínimo razonablemente posible.

Con la información obtenida en el mapeo de procesos se desarrolla el análisis de riesgos en la “Matriz de Identificación de Peligros, Evaluación de Riesgos y Medidas de Control” – IPERC Línea Base.

Haciendo uso de la “Matriz de Evaluación de Riesgos”, el equipo determina los niveles de riesgo multiplicando los valores de Probabilidad y Severidad y considerando los criterios establecidos en dicha matriz.

Así mismo se actualizará la matriz una (01) vez al año como mínimo o cuando: se realicen procesos de gestión de cambios, cuando ocurran incidentes de alto potencial o lesiones con tiempo perdido y cuando se realice cambios en la legislación.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

- **DETERMINACION DE LOS CONTROLES:**

Para determinar los controles, se debe tener en cuenta que estos servirán para mitigar los distintos niveles de riesgo, por lo tanto, se deberán considerar desde los más efectivos (eliminación) hasta los menos efectivos (EPP). La jerarquía siguiente describe en detalle cada uno de los grupos de control:

- **Eliminación:** Modificación o cambio de maquinaria, equipo, herramientas o métodos de trabajo que permiten eliminar un peligro.
- **Sustitución:** Cambio de materiales por otros de menor peligro, reducción de la energía de los sistemas de trabajo (mecánica, eléctrica, potencial, etc.).
- **Controles de Ingeniería:** Aislamiento de la fuente, protecciones de maquinaria, guardas, insonorización, ventilación; sin afectar el diseño original.
- **Controles Administrativos:** Políticas, reglamentos, estándares, entre otros documentos que complementan a lo establecido en los procedimientos de las tareas. Así mismo, se consideran a los Permisos de Trabajo, Inspecciones, capacitación, entrenamiento, sensibilización, programas de mantenimiento, etc. La señalización y/o advertencias son parte del control administrativo.
- **Equipo de Protección Personal (EPP):** Básico o específico, dependiendo del tipo de tarea que se vaya a realizar.

La metodología para aplicar en la identificación de peligros, evaluación de riesgos y la implementación de controles, estará contemplada en el estándar “**Procedimiento IPERC**”, sus instructivos y registros asociados que en el documento se especifican.

A continuación, se detalla un breve resumen de la metodología para elaborar una Matriz IPERC Base:

Establecer las actividades y lista de tareas

- El equipo de trabajo identificará las diferentes actividades y tareas específicas relacionadas a cada instalación, área o alcance del servicio, con la ayuda del mapeo de procesos.
- En cada una de las actividades identificadas por el equipo de trabajo en el formato mapeo de procesos se procederá a identificar los peligros en base a una tormenta de ideas.

Identificación del peligro de cada tarea que se debe tener en cuenta

- Las actividades rutinarias y no rutinarias, según lo establecido en el puesto de trabajo del/a trabajador/a; así como las situaciones de emergencia que se podrían presentar a causa del desarrollo de su trabajo o con ocasión de este.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

- Las condiciones de trabajo existentes o previstas, así como la posibilidad de que el/la trabajador/a que lo ocupe sea especialmente sensibles a determinados factores de riesgo.
- Identificar los peligros y evaluar los riesgos existentes o posibles en materia de seguridad y salud que guarden relación con el medio ambiente de trabajo o con la organización del trabajo.
- Los resultados de las evaluaciones de los factores de riesgo físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales.
- Los resultados de las investigaciones de los accidentes de trabajo o enfermedades profesionales.
- Los datos estadísticos recopilados producto de la vigilancia de la salud colectiva de las y los trabajadores.
- Actividades de todas las personas que tengan acceso al lugar de trabajo (incluyendo subcontratistas y visitantes).
- Comportamiento humano, capacidades y otros factores humanos.
- Peligros que se originan fuera de las instalaciones y puedan afectar de manera adversa a la gestión SSOMA bajo el control de **BIDDLE INC**.
- Infraestructura, equipos y materiales en el lugar de trabajo, ya sean suministrados por la empresa o proporcionados por otros.
- Cambios o propuestas de cambios en la organización, sus actividades o materiales.
- Modificaciones en el sistema de gestión SSOMA, incluyendo cambios temporales, y sus impactos en las operaciones, procesos y actividades.
- Cualquier obligación legal aplicable referente a la evaluación de riesgos e implementación de controles necesarios, que afectan o pueden afectar a la salud y seguridad de los empleados u otros trabajadores.

Evaluación de riesgos

- Una vez identificado los peligros, se deberá determinar el riesgo que podrían ocurrir, y si el potencial energético proveniente de dicho peligro se materializa y desencadena en una consecuencia para la seguridad y/o salud que implica identificar la peor severidad probable, lo más razonable posible, que pueda ocurrir en caso de que el potencial de energía proveniente del peligro se materialice sin tomar en consideración los controles propuestos o existentes.
- Determinar si el evento podría afectar al personal propio (**BIDDLE INC**), terceros (cliente, subcontratistas y/o visitas) o a ambos.
- Determinar si el evento se daría en una situación rutinaria, no rutinaria o de emergencia.
- Un peligro puede tener más de un riesgo asociado. De ser así, el registro y la evaluación deberán hacerse por separado para cada riesgo.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

Análisis del riesgo

- El riesgo se determinará por dos dimensiones principales, la frecuencia de ocurrencia (contiene la exposición) y consecuencia (ver tabla de probabilidad y consecuencia).
- Para realizar el análisis de riesgo se utilizará la siguiente matriz:

SEVERIDAD	PROBABILIDAD							
	Improbable (1)		Poco Probable (2)		Probable (3)		Muy Probable (4)	
Leve (1)	Aceptable	1	Aceptable	2	Poco Significativo	3	Poco Significativo	4
Moderado (2)	Aceptable	2	Poco Significativo	4	Poco Significativo	6	Significativo	8
Grave (3)	Poco Significativo	3	Poco Significativo	6	Significativo	9	Intolerable	12
Catastrófico (4)	Poco Significativo	4	Significativo	8	Intolerable	12	Intolerable	16

Para evaluar el riesgo inicial se procederá de la siguiente manera:

Una vez identificado el peligro, se determinará el riesgo a la salud o seguridad que puede producir; primero determinar la Severidad / Consecuencia y luego determinar la frecuencia. Se combina ambas variables, las cuales pueden resultar en 4 niveles de riesgo: tolerable, poco significativo, significativo e intolerable.

Riesgo Tolerable	No es necesario tomar acción de control de riesgo.
Riesgo Poco Significativo	Seguimiento sobre los controles establecidos.
Riesgo Significativo	Se deben implementar medidas de control para reducir el riesgo, en períodos definidos de tiempo.
Riesgo Intolerable	No se debe comenzar o continuar el trabajo hasta que se haya reducido el riesgo a valores no significativos.

Determinación de controles

En esta fase se deberán registrar todos los controles existentes para los peligros. Para controlar, corregir y eliminar los riesgos deberá seguir la siguiente jerarquía de controles:

- **Eliminación:** es la primera línea de la jerarquía. Cuando se detecta que un peligro que puede ser eliminado, hacer las acciones para que esto suceda, pues implica que la

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

tecnología o el proceso es obsoleto. En sí, debe tomarse en cuenta, sobre todo, en la fase de diseño de la instalación, proceso u operación.

- **Sustitución:** al detectarse un peligro específico, y al tenerse posibilidades técnicas, se sustituye el peligro por otro menos dañino, como es el caso de utilizar plaguicidas orgánicos en lugar de plaguicidas químicos. Se aplicará este control de forma inmediata.

- **Control de Ingeniería:** medidas establecidas para controlar un riesgo desde la fase de diseño y es propio de la infraestructura a ser construida y mantenida. Vienen a ser los dispositivos derivados de los avances tecnológicos que ayudan a que los peligros se encuentren contenidos (es decir, aislados) de una mejor manera, aunque las personas quieran intervenir.

- **Control Administrativo:** es un reforzamiento a los controles anteriores que se han debido implementar, o también, aquellos implementados para riesgos bajos. Por otro lado, cuando no se pueden colocar controles de ingeniería que bloqueen el peligro, la utilización de esta clase de controles concientiza y advierten al trabajador de la existencia de un peligro dado y se deben tomar medidas para mitigar.

- **Equipo de Protección Personal:** luego de haber realizado todos los esfuerzos posibles para eliminar, reducir o mitigar un peligro, de aplicar controles de ingeniería por medio de barreras, así como administrativos como instructivos de trabajo adecuados, carteles y señales, y aún existe la probabilidad de contacto con él, se debe elegir el equipo de protección personal que minimiza las consecuencias de exposición al riesgo. Consiste en cualquier equipamiento que permita disponer de una barrera entre la persona y la fuente de energía, con el fin de disminuir o eliminar las consecuencias del contacto. Son medidas que, en general, no apuntan a eliminar el incidente, sólo evitan el incremento de las consecuencias. Dependen en alto grado de la voluntad de las personas, requiriendo súper vigilancia y entrenamiento constante.

El equipo de trabajo (según corresponda), procede a reevaluar solo aquellos riesgos residuales (medio y alto) y obtiene la nueva calificación (Nivel de riesgo residual) siguiendo la metodología que contempla la frecuencia y la severidad.

Asignación de responsable a implementar controles

Para todos los riesgos medios y altos producto de la evaluación de riesgo actual, se deberá incluir:

- La asignación de responsables para el cumplimiento de las acciones propuestas.
- Los medios y el plazo para alcanzarlos.
- Además, se deberá considerar los requisitos legales, sus riesgos críticos, sus opciones tecnológicas y sus requerimientos operacionales y comerciales.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

Difusión de la matriz IPERC actualizada a los trabajadores

Los supervisores y el personal involucrado en la tarea que tengan como responsabilidad realizar la gestión de riesgos en SSOMA, deberán garantizar la difusión de la presente metodología y la matriz de IPERC a su personal a cargo, incluyendo subcontratistas.

Cada matriz IPERC de línea base estará publicado en todas las áreas de trabajo para conocimiento de todos los trabajadores.

Asimismo, se tendrá publicado en las áreas operativas los mapas de riesgo indicando los riesgos más significativos.

MAPA DE RIESGO

Es un plano de las condiciones de trabajo, es una herramienta participativa y necesaria para llevar a cabo las actividades de localizar y representar en forma gráfica, los agentes generadores de riesgos que ocasionan accidentes, incidentes peligrosos, otros incidentes y enfermedades ocupacionales en el trabajo. Para la construcción del mapa de riesgos, en un plano del área, se deben incluir los pictogramas definidos en la NTP 399.010-1. Este documento es elaborado sobre la base del IPERC-Línea base.

El mapa de riesgos es elaborado de acuerdo con lo establecido en el Procedimiento **Mapa de Riesgos**.

ANÁLISIS DE TRABAJO SEGURO (ATS)

Es una herramienta de gestión de seguridad y salud en el trabajo que se realiza antes del inicio de toda actividad en campo y sirve para identificar peligros y evaluar los riesgos que puedan generar lesiones o daño a los trabajadores en la ejecución de cada una de sus actividades de construcción; y determinar los controles.

Antes de iniciar una actividad, el supervisor/capataz, o quien haga sus veces, con la participación de los trabajadores involucrados en la actividad, elaboran el Análisis de Trabajo Seguro (ATS), considerando los resultados de IPERC Base.

El Análisis de Trabajo Seguro (ATS) es firmado por el/la supervisor/a, capataz, o quien haga sus veces en una actividad, así como por los/las trabajadores/as que ejecutan la actividad, y por otro/a profesional que determine el/la empleador/a. Dicho documento tiene validez por el tiempo que dure la jornada de trabajo y/o actividad a ejecutar, siempre que las condiciones y medio ambiente de trabajo se mantengan.

Al término de la jornada de trabajo y/o actividad se debe entregar el Análisis de Trabajo Seguro (ATS) al jefe/a o ingeniero SSOMA responsable.

El formato de ATS se puede ver en el anexo 3.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

PERMISO DE TRABAJO DE ALTO RIESGO (PETAR)

Todo trabajo de alto riesgo tales como:

- Trabajos en excavaciones.
- Trabajos en altura.
- Trabajos en espacios confinados.
- Trabajos en caliente.
- Trabajos en izaje.
- Trabajos con riesgos a energías peligrosas.

Requerirá obligatoriamente del permiso de trabajo respectivo autorizado y firmado por las personas indicadas en dichos formatos antes de comenzar la actividad.

Estos permisos deben encontrarse en un lugar visible en el área de trabajo durante todo el tiempo que dure la actividad.

PROCEDIMIENTO ESCRITO DE TRABAJO SEGURO (PETS)

BIDDLE INC contempla dentro de su Sistema de Gestión de Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente la elaboración de Procedimientos de Trabajo Seguro (PETS) para aquellas actividades operativas con Nivel de Riesgo Moderado y Alto evaluados en la matriz IPERC Línea Base.

Cada subcontratista deberá elaborar PETS para las tareas identificadas como críticas en el mapeo de procesos y aquellas con Nivel de Riesgo Moderado y Alto evaluados en la matriz IPERC Línea Base.

La actualización de los PETS se realizará una vez al año o cuando existan cambios en la legislación, operación u otros requeridos.

Los PETS deberán ser difundidos y entregados a los trabajadores de acuerdo con el alcance y puesto de trabajo.

La lista a continuación describe algunos de los PETS (sin limitarse a ellos) utilizados:

- Espacios Confinados
- Izajes
- Transporte de Personal
- Maquinaria Pesada
- Trabajos en Caliente
- Trabajos Eléctricos
- Trabajos en Altura

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

b) Gestión Ambiental

BIDDLE INC asegurará un total cumplimiento de las regulaciones ambientales y, de manera específica, el cumplimiento del Instrumento de Gestión Ambiental para las intervenciones de Construcción (IGAPRO), así como sus modificatorias aprobadas. Para ello se desarrollará un “Plan de Manejo Ambiental”, además de estándares ambientales.

c) Requisitos Legales

BIDDLE INC implementará un procedimiento y formato para identificar, clasificar, actualizar, comunicar y tener acceso a los requisitos legales y otros requisitos aplicables relacionados con los riesgos a la seguridad, salud de los trabajadores y gestión ambiental. Las principales normas legales en materias de Seguridad, Salud y Medio Ambiente consideradas son:

Requisito Legal	Marco de Referencia
R.M. N°1275-2021-MINSA	Aprueba la Directiva Administrativa N°321-MINSA/DGIESP-2021, establece las disposiciones para la vigilancia, prevención y control de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a SARS-CoV-2.
R.M. N°018-2022-MINSA	Modificar el Documento Técnico: Manejo ambulatorio de personas afectadas por la COVID-19 en el Perú.
D.S. N°011-2019-TR	Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo para el Sector Construcción.
D.S. N°005-2012-TR	Reglamento de la Ley N°29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
D.S. N°006-2014-TR	Modifican el Reglamento de la Ley N°29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, aprobado por Decreto Supremo N°005-2012-TR.
D.S. N°016-2016-TR	Modifican el Reglamento de la Ley N°29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, aprobado por Decreto Supremo N°005-2012-TR.
Ley N°30222	Ley que modifica la Ley N°29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
D.S. N°001-2021-TR	Decreto Supremo que modifica diversos artículos del Reglamento de la Ley N°29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, aprobado por Decreto Supremo N°005-2012-TR y sus modificatorias.
R.M. 245-2021-TR	Procedimiento para elección de los/las trabajadores/as ante el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo; el Subcomité de Seguridad y Salud en el Trabajo, de ser el caso; o, del/de la Supervisor/a de Seguridad y Salud en el Trabajo.
R.M. N°050-2013-TR	Aprueban Formatos Referenciales que contemplan la información mínima que deben contener los registros obligatorios del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.
D.S N°005-2012-EM	Modifican el Reglamento de Seguridad para Establecimientos de Venta al Público de Combustibles Derivados de Hidrocarburos, aprobado por Decreto Supremo N°054-93-EM y el Glosario, Siglas y Abreviaturas del Subsector Hidrocarburos, aprobado por Decreto Supremo N°032-2002-EM.
Ley 29783	Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
Ley 28256	Ley que regula el Transporte Terrestre de Materiales y Residuos Peligrosos.
D.S. N°021-2017-MTC	Decreto Supremo que modifica el Reglamento de Placa Única Nacional de

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

	Rodaje aprobado por Decreto Supremo N°017-2008-MTC.
D.S. N°042-2008-MTC	Modifican el Reglamento Nacional de Vehículos.
Ley 28611	Ley General del Ambiente.
D.S. N°007-2017-MINAM	Aprueban Reglamento del numeral 149.1 del artículo 149 de la Ley N°28611, Ley General del Ambiente.
R.M. 375-2008-TR	Aprueban la norma básica de ergonomía y de procedimiento de evaluación de riesgo disergonómico.
D.S. N°001-2018-TR	Decreto Supremo que modifica el Reglamento de la Ley General de Inspección del Trabajo, aprobado por el Decreto Supremo N°019-2006-TR.
D.U. N°044-2019	Decreto de urgencia que establece medidas para fortalecer la protección de salud y vida de los trabajadores.
D.S. N°002-2020 TR	Aprueban medidas para la promoción de la formalización laboral y la protección de los derechos fundamentales laborales en el sector agrario. Modificación del Reglamento de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo Modifícase el artículo 77 del Reglamento de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
NTP 399.009	Señales de seguridad. Colores, símbolos, formas y dimensiones de señales de seguridad.
Ley N°28611	Ley General del Ambiente y su modificatoria D.L. N°1055.
Ley 3556	Ley que aprueba disposiciones de carácter extraordinario para las intervenciones del gobierno nacional frente a desastres y que dispone la creación de la autoridad para la Reconstrucción con Cambios.
D.L. 1354	Decreto Legislativo que modifica la ley N°30556.
D.S. N°094-2018-PCM	Texto Único Ordenado de la Ley N°30556.
D.S. N°015-2018-MINAM	Establecen Disposiciones para la implementación de los numerales 8.7 y 8.8 del artículo 8 de la Ley N°30556, Ley que aprueba disposiciones de carácter extraordinario para las intervenciones del Gobierno Nacional frente a desastres y que dispone la creación de la Autoridad para la Reconstrucción con Cambios.
D.L. N°1278	Ley de Gestión Integral de Residuos Sólidos y su modificatoria D.L. N°1501.
D.S. N°014-2017-MINAM	Reglamento del Decreto Legislativo N°1278, Decreto Legislativo que aprueba la Ley de Gestión Integral de Residuos Sólidos.
D.S. N°003-2013-VIVIENDA	Reglamento para la Gestión y Manejo de los Residuos de las Actividades de la Construcción y Demolición.
Norma G.050	Seguridad durante la construcción.

BIDDLE INC implementará una Matriz de Identificación y Evaluación de Cumplimiento de Requisitos Legales Aplicables y Otros Voluntarios en SSOMA, donde se describirán y evaluarán el cumplimiento de manera periódica de los requisitos legales asociados a las actividades en el Proyecto.

La Matriz de identificación y evaluación de Requisitos Legales y Otros Aplicables es actualizada de manera periódica por el Jefe SIG O&P, con las alertas recibidas por el área Legal de **BIDDLE INC** sobre la modificación o incorporación de normas legales en materia SSOMA aplicable.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

La Matriz de Identificación y evaluación de Requisitos Legales y Otros Aplicables es difundida por los Gerentes y Jefes de Área al personal mediante las charlas de inicio de jornada, capacitaciones de sensibilización, a través del envío de e-mails y se encuentra a disposición en la red interna.

d) Gestión de Desempeño: Objetivos y Metas

La Política de SSOMA de **BIDDLE INC** compromete todas las actividades de la organización al objetivo de “Cero Daños” a las personas y al medio ambiente. Los objetivos y metas forman parte del Plan de Gestión de Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente.

Los subcontratistas deberán cumplir los objetivos de SSOMA y tomar las acciones adecuadas para establecer prioridades, generar confianza en el equipo, dar dirección y motivar hacia la acción.

MATRIZ DE OBJETIVOS Y METAS DEL SISTEMA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO - 2023

OBIETIVOS GENERALES SSOMA	NOMBRE DEL INDICADOR	FACTOR CRITICO DE ÉXITO	RESULTADO ESPERADO	INDICADOR	FRECUENCIA DE MEDICION	FUENTE DE DATOS	TENDENCIA (Ascendente, Descendente o Constante)	RESPONSABLE DE LA MEDICION
Promover, mantener y demostrar un Liderazgo visible y con el Sistema de gestión integral.	Programa de visitas a campo de las Gerencias y Jefaturas de la organización	Cronograma de visitas gerenciales	mayor e igual al 85%	(N° de Visitas realizadas / N° Visitas programadas) x 100	Trimestral	Programa de visitas gerenciales	Ascendente	Cada Gerencia
	Publicación y difusión de las Políticas SIG, Suspensión de trabajos y Alcohol y Drogas	Políticas actualizadas	mayor e igual al 95%	(N° de Areas difundidas / N° Areas programadas de Difusión) x 100	Trimestral	Registro de asistencia de Difusión de las Políticas	Ascendente	Cada Gerencia
Realizar acciones que permitan reducir y prevenir los accidentes de trabajo y enfermedades de origen laboral así como de promoción de la salud de todos los trabajadores.	Ejecución del Programa Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo	Cumplir con el Programa Anual de SSTMA - PASSMA	mayor e igual al 95%	No. De actividades ejecutadas / No total de actividades programadas*100	Semestral	MCG	Ascendente	Gerencia SSOMA
	Indice de Frecuencia (IF) Indice de Gravedad (IG)	Minimizar el indice de accidentalidad	Lesiones Registrables (TRIFR) <= 2.16	IF. = (N° de Lesiones (LTI+RWI+MTI) accidentes / N° total de horas trabajadas) x 1000000 LTI: Lesiones con Tiempo perdido RWI: Lesiones con Trabajo restringido MTI: Lesiones con Tratamiento medico	Anual	Reporte Flash + Investigación Final de Accidentes e incidentes	Descendente	Cada Gerencia
			Lesiones con Tiempo perdido (LTRIFR) <= 1.25	IF. = (N° de Lesiones (LTI) accidentes / N° total de horas trabajadas) x 1000000 LTI: Lesiones con tiempo perdido	Anual	Reporte Flash + Investigación Final de Accidentes e incidentes	Descendente	Cada Gerencia
			IG <= 25	I.G. = (N° total de días de DM / N° total de horas trabajadas) x 1000000	Anual	Reporte Flash + Investigación Final de Accidentes e incidentes	Descendente	Cada Gerencia
	Aprobación y actualización de las Matrices IPERC	Matriz IPERC	Matrices IPERC actualizadas y aprobadas = 100%	(N° de Matrices IPERC actualizadas y aprobadas / N° Matrices IPERC programadas) x 100	Semestral	Matriz IPERC	Ascendente	Gerencia SSOMA
Garantizar el cumplimiento de los controles operacionales para minimizar los impactos significativos en las matrices IAS	Indice de Frecuencia de Daños ambientales (IF-DMA)	Minimizar el indice de accidentalidad por Daños ambientales	IF - DMA <= 2.20	IF-DMA. = (N° total de accidentes Daño ambiental/ N° total de horas trabajadas) x 1000000	Anual	Reporte Flash + Investigación Final de Accidentes e incidentes	Descendente	Gerencia SSOMA
	Aplicación de controles y tratamiento para reducir los Aspectos significativos	Tasa de Incientes ambientales Significativos	menor e igual a 2	Tasa de Incidentes ambientales significativos en 12 meses	Anual	Matriz IAS	Descendente	Gerencia SSOMA
Garantizar que todo personal nuevo y antiguo cuente con los conocimientos necesarios para realizar su labor de forma segura	Mantener al personal capacitado en materias de Seguridad, Salud y Medio ambiente para su puesto de trabajo	Programa de Capacitaciones SSTMA anual	mayor e igual al 95%	(N° de Capacitaciones realizadas / N° Capacitaciones programadas) x 100	Anual	Registro de asistencia de Capacitaciones	Ascendente	Gerencia SSOMA
		Indice de capacitaciones (IC)	IC > = 1.70%	N° Horas hombres Capacitadas / N° Horas hombres trabajadas) x 100	Anual		Ascendente	Gerencia SSOMA
	Revisión, actualización y difusión de los procedimientos operativos en cada proyecto	Procedimientos Operativos	mayor e igual al 85%	(N° de Procedimientos Operativos difundidos / N° Procedimientos programadas de Difusión) x 100	Semestral	Lista Maestra de procedimientos	Ascendente	Cada Gerencia
Asegurar la participacion en temas de Seguridad, Salud y medio ambiente de los trabajadores con los Supervisores, Sub comites y el Comité Central de SST	Participación de los miembros representantes de los trabajadores, supervisores en las reuniones mensuales	Actas de reuniones del Comité SST mensual	Mayor e igual a 10	N° particioaciones de los miembros de los Sub comités SST/ Supervisores SST	Semestral	Registro del acta del Comité central de SST	Ascendente	Presidente del CSST
Garantizar el cierre de todos los Planes de acción que se generan de las Investigaciones de los accidentes e incidentes.	Asegurar que los Planes de accion de las Investigaciones de Accidentes e incidentes esten cerradas	Planes de acción	mayor al 95%	(N° de Planes de acción cerrados/ N° Planes de acción definidas de las investigaciones) x 100	Anual	MCG	Ascendente	Gerencia SSOMA

Es importante indicar que el proyecto cuenta con **19 reglas de Tolerancia Cero**, las cuales son de cumplimiento estricto por todos los trabajadores, visitas y otros. El incumplimiento de estas es considerado como falta grave, lo cual se detalla en el Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo. Las reglas son las siguientes:

- No reportar un incidente/accidente, independientemente del tipo de gravedad, a su supervisor y Representante de SSOMA de manera inmediata.
- Violación de los procedimientos de Etiquetado de Bloqueo de Proyecto.
- No usar protección contra caídas cuando se expone a una caída potencial de más de 1,8 m. (6 pies).
- Entrar en un área restringida sin la debida autorización, incluidas áreas delimitadas con cinta roja.
- Realizar actividades que requieren autorización sin que se haya emitido el permiso correspondiente y que se haya publicado según se requiere.
- Entrar en un espacio confinado sin los permisos requeridos y/o sin realizar las pruebas atmosféricas requeridas.
- Realizar cualquier tarea sin ATS revisados, aprobados y firmados por cada personal que trabaja en la tarea cubierta por el ATS.
- Estar en terreno bajo la influencia de drogas, alcohol o medicamentos no recetados.
- Cualquier persona que haga amenazas sustanciales, muestre un comportamiento amenazante o participe en actos violentos en las instalaciones del proyecto.
- Entrar en una excavación/zanja sin la protección requerida y/o autorización de acceso requerida.
- Proporcionar certificaciones o licencias falsas o falsificar cualquier documento de seguridad.
- Operar cualquier equipo que pueda poner en peligro al operador u otros
- Entrar en un área dentro de 25 metros donde opera el Equipo de Línea Amarilla sin que se hayan apagado todos los Equipos de Línea Amarilla.
- Cazar o recolectar especies de flora o fauna protegida sin autorización.
- Realizar captación y vertimientos no autorizados en cursos y cuerpos de agua como ríos, quebradas o arroyos.
- Disponer residuos sobre ríos, quebradas, arroyos, humedales o fuera de las instalaciones del proyecto CBS sin contar con las autorizaciones legales correspondientes.
- Realizar o intervenir áreas que no estén contempladas en los Instrumentos de Gestión Ambiental (IGA) y/o autorizados por el proyecto.
- Realizar el lavado de vehículo en cursos y cuerpos de agua.
- Intervenir o disturbar áreas arqueológicas identificadas.

6. APOYO Y OPERACIÓN

a) Capacitación y Entrenamiento

Las capacitaciones periódicas se realizarán tomando en cuenta el programa de capacitación anual en SSOMA, en el cual se han identificado las necesidades básicas del personal para el desarrollo de sus actividades.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

Las capacitaciones serán monitoreadas e informadas al cliente, Gerencia de Sitio y a la gerencia de SSOMA de **BIDDLE INC** de manera mensual. Dichas capacitaciones se elaboran con la finalidad de concientizar en temas de Seguridad y Salud Ocupacional y Medio Ambiente, basados en la Ley N°29783 – Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, D.S. N°001-2021-TR – Decreto Supremo que modifica diversos artículos del Reglamento de la Ley N°29783, donde participarán todos los trabajadores de **BIDDLE INC** para garantizar un trabajo seguro y optimizar nuestras operaciones y garantizar un servicio de calidad.

- **Identificación de Necesidades de Capacitaciones**

El área de SSOMA identifica las necesidades de capacitación y entrenamiento en seguridad, salud en el trabajo, medio ambiente en base a:

- Los perfiles de puesto.
- Matriz de Identificación de Peligros y Evaluación de Riesgos (IPERC).
- Estadísticas de incidentes, accidentes de trabajo.
- Requisitos legales y otras situaciones excepcionales, entre otros.
- Análisis de los documentos de obra (estándares, procedimientos, instructivos).

- **Programa Anual de Capacitación SSOMA:**

Una vez identificadas las necesidades de capacitación del área de SSOMA, se elabora el Programa Anual de Capacitación, en el que establece la fecha para la ejecución de cada curso, en concordancia con el cronograma de ejecución de obra.

El Programa de Capacitación, debe ser revisado y aprobado por el Director del Proyecto para garantizar la disponibilidad de recursos y la no interferencia con otras actividades así como también con la aprobación de Gerente SSOMA y Comité SST.

Las capacitaciones podrán ser impartidas por personas naturales o jurídicas, nacionales o extranjeras, especialistas en la materia de la propia organización y/o externas a la misma. Asimismo, podrán ser en modalidad presencial o virtual.

Inducción general para personal nuevo

BIDDLE INC programará a todo trabajador previo a su ingreso y después que se tenga la aprobación del resultado del EMO, el dictado de la Inducción para personal nuevo, la que no será menor de cuatro (04) horas, estas capacitaciones se realizarán de forma presencial, manteniendo el distanciamiento físico por la actual pandemia del COVID-19. La inducción de personal nuevo abordará como mínimo los siguientes temas:

- Política de Seguridad y Salud en el Trabajo;
- Organización del sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo en la obra;
- Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo;
- Derechos y obligaciones de los/las trabajadores/as y supervisores/as;

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

- Conceptos básicos de seguridad y salud en el trabajo;
- Reglas de tránsito (de ser aplicable a la obra);
- Trabajos de alto riesgo;
- Código de colores y señalización;
- Control de sustancias peligrosas;
- Preparación y respuesta ante emergencias; y,
- Equipos de protección personal y protecciones colectivas.
- Plan de vigilancia prevención y control frente a la COVID-19.
- Identificación de aspectos e impactos ambientales.
- Gestión y manejo de residuos sólidos.

Capacitación Básica en Seguridad y Salud Ocupacional

Todos los trabajadores, incluidos los supervisores, personal administrativo y la alta gerencia de la empresa, que no sea personal nuevo deberán recibir cuatro (4) capacitaciones anuales en los temas de SST.

Las capacitaciones serán dictadas por personal competente y estas serán evaluadas. La nota mínima de aprobación es de 16/20. En caso el trabajador desaprobe el examen, deberá volver a llevar el proceso de inducción.

Todo trabajador que vaya a realizar alguna actividad considerada crítica o de alto riesgo o alguna otra actividad en el que se determine de acuerdo con la Matriz IPERC Base, donde la capacitación sea un requisito indispensable, deberá dar cumplimiento a dicha capacitación y no podrá realizar ninguna actividad relacionada hasta realizarla, aprobarla y contar con la acreditación que confirme la capacitación específica. Esta capacitación tendrá una vigencia de 01 año, a partir de su fecha de emisión.

Se implementará una “Tarjeta de Control Individual de Capacitación”, con la finalidad de verificar que el trabajador ha llevado la capacitación específica.

La capacitación específica y/o de alto riesgo incluye, pero no se limita a:

- Trabajos en Altura.
- Trabajos en Espacios Confinados.
- Excavaciones y Zanjas.
- Trabajos en Caliente.
- Operaciones de Izaje.
- Manejo de herramientas manuales y eléctricas.
- Materiales Peligrosos / Productos Químicos Peligrosos.
- Manejo Defensivo.
- Entre otros según se requiera.

Es responsabilidad de la empresa subcontratista cumplir con los lineamientos anteriormente descritos.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

Reuniones de inicio de jornada (charla de 15 minutos)

Esta reunión se realiza antes de la jornada recordando las medidas preventivas a adoptar durante el desarrollo de las actividades y alertando la posibilidad de los peligros potenciales en la actividad a desarrollar, así como de las medidas sanitarias a adoptar en las actividades desarrolladas, a la vez en esta reunión se cubrirán temas relacionados a los peligros presentes en las actividades, tareas a desarrollar, entre otros; posterior a dicha reunión se elaborará de manera obligatoria el ATS.

Reunión Semanal Integral de 30 min

Cada subcontratista, ya sea el Gerente del Proyecto del Subcontratista o el responsable de SSOMA del subcontratista, deberá programar y realizar reuniones semanales integrales con todo su personal. Esta reunión se realiza una vez por semana con una duración máxima de 30 minutos.

Se deberá concientizar al personal de obra acerca de la importancia de la seguridad y su influencia en el incremento de la productividad y mejoramiento de la calidad del trabajo, e Informar acerca de los Estándares de SSOMA del Proyecto con el soporte del Manual SSOMA los cuales deberán cumplir durante el desarrollo de los trabajos asignados.

El bienestar laboral incluye todo aquello que se hace para la comodidad y la mejora del clima laboral. La filosofía de esto se basa en que debe de existir un equilibrio entre la productividad y los niveles de felicidad de los trabajadores, por ello es importante abordar temas en estas charlas que permitan iniciar el dialogo sobre los servicios de bienestar que brinda la subcontratista.

b) Comunicaciones

BIDDLE INC implementará procesos para una comunicación efectiva bidireccional interna y externa sobre seguridad, salud ocupacional y medio ambiente que facilite la participación de todos los trabajadores para mejorar el desempeño en temas de SSOMA.

Se debe asegurar de que se implementen procesos formales de comunicación para que todos los trabajadores en todos los niveles entiendan lo siguiente:

- Conocimiento de los peligros y riesgos, así como, las medidas de control propuestas.
- Difusión de la política de SSOMA.
- Las responsabilidades en cuanto a seguridad, salud ocupacional y medio ambiente.
- Las obligaciones con las partes interesadas externas acerca de la Seguridad y Salud Ocupacional.
- Los procesos correspondientes de planificación y respuesta ante emergencias.
- Los indicadores claves de la gestión de SSOMA.
- Los estándares y PETS relacionados con el puesto de trabajo de cada trabajador.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

- Estándar a la negativa al trabajo inseguro.

- **Comunicaciones Internas dentro de BIDDLE INC**

BIDDLE INC cuenta con los siguientes medios de comunicación interna que permiten revisar no sólo la Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, sino que, analiza los temas de calidad de servicios, entre otros, para lo cual, las comunicaciones internas se pueden llevar a cabo de forma escrita y/o verbal según sea el caso.

- Las comunicaciones que se realizarán dentro de **BIDDLE INC** se harán mediante correos electrónicos, celulares, radios handy, mediante reuniones y paneles informativos entre los trabajadores de **BIDDLE INC** y EL CIENTE.
- Reunión mensual con los representantes de los trabajadores de **BIDDLE INC**, para evaluar la gestión de la seguridad y salud.
- Reuniones con los representantes de las empresas subcontratistas.
- Toda empresa Subcontratista deberá cumplir con la presentación de los Reportes de Gestión, los cuales deben ser entregados de manera semanal (viernes) y mensual (28 de cada mes). Estos reportes permitirán planificar, gestionar, monitorear la gestión SSOMA del subcontratista y establecer acciones coordinadas para la mejora continua.
- Reunión con los proveedores de servicios y la empresa.
- Reuniones entre la línea de supervisión y los trabajadores.
- Se realiza la comunicación a los trabajadores a través de la entrega de la documentación del sistema de gestión de seguridad y salud ocupacional.
- Durante el proceso de inducción y en las charlas diarias se comunican los peligros a los que puede estar expuesto el trabajador.
- Entrega de hojas FDS o MSDS (hojas de seguridad) para el personal que va a manipular materiales peligrosos.
- Los trabajadores de las empresas subcontratistas pueden comunicar sus inquietudes, aportes o sugerencias a través de sus representantes en el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, asimismo durante las inspecciones planificadas o no planificadas del SGSST.
- Los subcontratistas reportaran toda observación positiva, acto o condición insegura en el formato "Reporte de Control de Riesgos" (PCR), lo que permitirá fortalecer lo bueno que se hace y mejorar en los hallazgos identificados.

- **En caso de una emergencia e incidente**

La comunicación en caso de una emergencia e incidente se utilizará el siguiente proceso de comunicación:

- La persona que se percata de la emergencia comunicará de inmediato a su supervisor (se identifica, indica el tipo de emergencia, lugar y la cantidad y condición de los lesionados).

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

- El supervisor inmediato informa a SSOMA, vía radial o celular, para las coordinaciones con la brigada de emergencia y el apoyo del personal de salud del proyecto, ambulancia o los bomberos de las zonas aledañas al proyecto. Es decir, según lo descrito en el Plan de Respuesta ante Emergencias.

PLAZO DE EMISION DE INFORMES DE INVESTIGACION DE ACCIDENTES

TIPO DE EVENTO	PLAZO DE EMISION DE REPORTE FLASH	PLAZO DE EMISION DE INFORME PRELIMINAR	PLAZO DE EMISION DE INFORME FINAL
Incidente	12 horas	36 horas	72 horas
Accidente leve	12 horas	36 horas	72 horas
Accidente incapacitante	06 horas	36 horas	72 horas
Accidente con grave pérdida material y/o daños ambientales	12 horas	36 horas	72 horas
Accidente mortal	06 horas	36 horas	72 horas

c) Salud Ocupacional

BIDDLE INC establece disposiciones para asegurar la oportuna y adecuada atención médica de sus trabajadores y subcontratistas durante las actividades laborales, así como promover un ambiente de trabajo saludable, previniendo enfermedades comunes y enfermedades ocupacionales mediante la identificación de los peligros relacionados a la salud e higiene ocupacional y el establecimiento de medidas de prevención, vigilancia, control y monitoreo de la salud ocupacional de los trabajadores en los ambientes de trabajo.

La vigilancia de la salud de los trabajadores se realiza mediante la aplicación de los exámenes médicos ocupacionales (EMO) según la situación o circunstancia, con la intención de detectar tempranamente cualquier enfermedad ocupacional o condición de salud que requiera atención o restricción en la labor a desempeñar, entre ellos tenemos:

- **Examen Médico Pre-Ocupacional (EMPO):** Es la evaluación médica que se realiza antes de emplear a un trabajador, de acuerdo con los riesgos que la actividad laboral pueda entrañar para la salud.

De esta manera, el empleador puede conocer la capacidad funcional del trabajador, siendo una referencia para su aptitud al puesto de trabajo. Esta evaluación médica también permite asignarle al empleado tareas adaptadas a sus capacidades y limitaciones.

- **Examen Médico Periódico o Anual (EMOA):** Es la evaluación médica realizada al trabajador con el objetivo de detectar situaciones potencialmente peligrosas en su salud derivadas no solo de su entorno laboral sino en forma integral, identificando de forma

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

precoz posibles alteraciones temporales, permanentes o agravadas del estado de salud del trabajador. Además, se complementará con la realización de exámenes auxiliares, las cuales cumplirán un rol preventivo promocional de la salud. El Médico Ocupacional determinará la periodicidad de estos exámenes médicos y se revisarán comparativamente, cada vez que se realicen.

– **Examen Médico de Retiro (EMOR):** Es la evaluación médica que se realiza a todo trabajador que termina su vínculo laboral con la empresa, teniendo validez con una antigüedad no mayor de 2 meses.

El objetivo es identificar y notificar eventuales alteraciones en su salud derivadas de su labor, secuelas de accidentes de trabajo y en general lo agravado por el trabajo durante el periodo que laboró en la empresa.

– **Evaluación médica por cambio de ocupación o puesto de trabajo:** Esta evaluación se realiza cada vez que un trabajador cambie de ocupación o de puesto de trabajo, de funciones, tareas o exposición a nuevos o mayores factores de riesgo, en los que se detecte un incremento de su magnitud, intensidad o frecuencia.

– **Evaluación médica por reincorporación laboral:** Es la evaluación que se realiza posterior a incapacidad temporal prolongada y que tiene por objetivo determinar si el trabajador ha superado la condición de salud motivo de su incapacidad y si se encuentra apto para continuar desempeñándose en su puesto de trabajo.

FATIGA Y SOMNOLENCIA

BIDDLE INC implementará un Plan de Control de Fatiga y Somnolencia, con la finalidad de garantizar un lugar de trabajo libre de accidentes producidos por fatiga o somnolencia, a través de la realización de acciones para el control de los riesgos relacionados a la fatiga y/o somnolencia durante la jornada laboral en el proyecto en mención. A continuación, se describen algunos controles aplicados para el personal foráneo:

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

Condiciones de descanso y su control

- Los ambientes para las condiciones de descanso deben ser confortables, así como las camas y sus accesorios.
- De preferencia, la asignación de los dormitorios para cada trabajador será en forma individual y de ser compartido se mantendrá el distanciamiento físico y tomando en cuenta todas las medidas de bioseguridad, de acuerdo con lo establecido en la normativa vigente en el marco de la emergencia sanitaria COVID-19.
- Procurar que sea posible el oscurecimiento completo de las habitaciones, para ello, se implementarán cortinas que eviten el paso de la luz solar.
- Debe controlarse el ruido y actividades de limpieza en las habitaciones en horas de descanso.
- Los trabajadores deben recibir entrenamiento sobre hábitos de actividad física (Pausas activas) y alimentación saludable para lograr un mejor descanso.
- Una dieta balanceada, con consumo moderado en carbohidratos y baja en grasas y proteínas ayuda a tener un mejor sueño reparador.

Alimentos que **favorecen** el sueño reparador:

- Carbohidratos complejos (Harina): arroz, papas, fideos, yuca, pan, plátanos.
- Leche descremada, yogurt.
- Otros: Cereales integrales, vegetales verdes (lechuga), frutos secos, manzanilla, menta, romero, tilo.
- Carnes en escasa cantidad.

Alimentos que **desfavorecen** el sueño reparador:

- Café, té, tabaco (no consumirlos por lo menos 5 horas antes de dormir).
- Chocolate, dulces.
- Grasas, frituras.
- Bebidas alcohólicas.

El Médico Ocupacional del subcontratista deberá realizar inspecciones de los restaurantes y/o comedores donde consumirán los alimentos sus trabajadores para verificar que se cumplan las medidas de salud contempladas en este plan.

Política de Ambiente de trabajo libre de alcohol y drogas

BIDDLE INC, cuenta con una política de Ambiente de trabajo libre de alcohol y drogas, con alcance a todos los trabajadores, subcontratistas, proveedores y visitantes.

En caso de sospecha de personal con efectos de alcohol o drogas se procederá a derivar a la entidad correspondiente para la validación del caso (hospital, clínica o comisaría). Debido a

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

las restricciones por la COVID-19, las pruebas de alcoholtest no están permitidas dentro del proyecto.

d) Control de Documentos y Registros

BIDDLE INC cuenta con un procedimiento de “Gestión de Documentos” que establece los lineamientos para la creación, revisión, aprobación, actualización de los documentos y registros del SGSSOMA, así como controles para su distribución, legibilidad, almacenamiento, protección, recuperación, tiempo de conservación y disposición final.

El registro de enfermedades ocupacionales debe conservarse por un período de veinte (20) años; los registros de accidentes de trabajo e incidentes peligrosos por un periodo de diez (10) años posteriores al suceso; y los demás registros por un periodo de cinco (5) años posteriores al suceso.

En el artículo 87 y 88 de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo referente al Registro de accidentes de trabajo, enfermedades ocupacionales e incidentes peligrosos, **BIDDLE INC** cuenta con un archivo activo (digital y físico en las oficinas del proyecto) donde encontraran los últimos 12 meses de ocurrido cualquier evento antes descrito, luego de lo cual pasan a un archivo pasivo (archivo central de Biddle).

Los registros mostrados en la presente tienen por finalidad orientar a los empleadores hacia una adecuada implementación y a un pleno cumplimiento de la normativa vigente. Estos han sido elaborados en base a lo señalado en el Reglamento de la Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, aprobado por el D.S. N° 005-2012-TR, conforme a los artículos siguientes:

Artículo 33°. - Los registros obligatorios del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo son:

- Registro de accidentes de trabajo, enfermedades ocupacionales, incidentes peligrosos y otros incidentes, en el que deben constar la investigación y las medidas correctivas.
- Registro de exámenes médicos ocupacionales.
- Registro del monitoreo de agentes físicos, químicos, biológicos, psicosociales y factores de riesgo disergonómicos.
- Registro de inspecciones internas de seguridad y salud en el trabajo.
- Registro de estadísticas de seguridad y salud.
- Registro de equipos de seguridad o emergencia.
- Registro de inducción, capacitación, entrenamiento y simulacros de emergencia.
- Registro de auditorías.

Los registros a que se refiere el párrafo anterior deberán contener la información mínima establecida en los formatos que aprueba el Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo mediante Resolución Ministerial.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

e) Preparación y Respuesta ante Emergencias

BIDDLE INC dispone de todos los recursos logísticos: materiales, administrativos y humanos que en su conjunto aseguran una reacción y acción en beneficio de la salud e integridad física del personal, así también de las capacitaciones y entrenamientos que sean necesarios para asegurar que el equipo de respuesta a emergencias esté preparado y disponible en todo momento y pueda brindar dado el momento, una intervención eficiente y oportuna.

Se implementa un Plan de Preparación y Respuesta ante emergencias alineado a los procedimientos vigentes, el cual constituye un instrumento de orientación para la implementación de acciones preventivas, y tiene como objetivo principal, proporcionar a todo el personal, una guía en caso de que se genere un evento de emergencia con la finalidad de guiar las decisiones y acciones técnicas-operativas y comunicacionales de los líderes de área ante una situación de emergencia, para actuar en forma eficaz en su control y luego en el restablecimiento de las operaciones.

f) Procedimientos

BIDDLE INC contemplará dentro de su Sistema de Gestión de Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente la información documentada como políticas, estándares, normas internas, procedimientos escritos de trabajo seguro (PETS) de cada actividad, entre otros.

i. Trabajos de Alto Riesgo

Todo trabajo de alto riesgo requiere obligatoriamente del Permiso Escrito de Trabajo de Alto Riesgo (PETAR), autorizado y firmado para cada turno. Su aplicación busca garantizar que los trabajos de alto riesgo, que son los que pueden generar accidentes con las consecuencias más graves, se realicen bajo condiciones controladas.

BIDDLE INC ha definido un proceso de selección del personal, el cual debe cumplir los requisitos mínimos para el puesto de trabajo. Debe ser un personal competente y será plasmado en la verificación de su currículum vitae (hoja de vida), pruebas de competencias a tomar, test psicológicos, etc. Los cuales son tomados por personal competente.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

ii. EPP

BIDDLE INC, implementará un Estándar de Equipos de Protección Personal (EPP) donde se detallará la normativa peruana y estándares internacionales; además de las especificaciones técnicas que deberán cumplir los EPP.

La entrega de los EPP se realiza antes de que el trabajador nuevo ingrese a su centro de trabajo por primera vez de acuerdo con el puesto de trabajo que va a desempeñar. El control de entrega de EPP es registrado en el formato “Registro de Entrega de EPP’s” administrado por el área SSOMA de **BIDDLE INC**.

Los subcontratistas deberán cumplir las especificaciones técnicas indicadas en los estándares de EPP de **BIDDLE INC**.

Nuestra metodología de entrega de EPP es la que se detalla a continuación:

La inspección de uso y mantenimiento de los EPP lo realizan los supervisores de línea de **BIDDLE INC**, todo defecto o necesidad relacionada a los EPP, debe ser reportada por el personal a su supervisor inmediato.

Los cambios de EPP de trabajo serán por condición o cuando estos excedan en promedio el semestre de entrega. Se llevará el registro de control de entrega de EPP, en el cual se dejará constancia de todas las entregas de EPP que se realicen a los trabajadores de **BIDDLE INC** y en donde el personal se responsabiliza a usarlos.

La calidad y diseño del EPP cumplirá con las regulaciones, especificaciones técnicas y requerimientos de las normas peruanas y/o estándares internacionales de acuerdo con el trabajo a realizar.

La matriz de identificación, especificaciones técnicas y criterios de recambio de EPP se encuentra en el anexo 04.

g) Gestión del Cambio

BIDDLE INC implementará un estándar que permite Identificar los peligros/aspectos y evaluar los riesgos/impactos que puedan surgir como consecuencia de los cambios temporales, permanentes y de emergencia en las instalaciones, equipos o procesos con el fin de garantizar la seguridad de los trabajadores, así como evitar los daños materiales y al medio ambiente.

Esto nos permitirá identificar sistemáticamente los riesgos e impactos en materia de Desarrollo Sostenible dentro de la operación y aquellos que sean producto de los cambios razonablemente practicados (Rutinarios y No Rutinarios); a fin de evaluarlos y establecer los controles adecuados, necesarios y oportunos.

h) Inspecciones Internas

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

BIDDLE INC implementará un programa de inspecciones internas de Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente, a fin de comprobar si los estándares han sido implementados y son adecuados para la prevención de riesgos de seguridad, salud de los trabajadores, y gestión ambiental conforme a lo dispuesto en la legislación vigente.

Las inspecciones son dirigidas por los Gerentes, Jefes, Supervisores, miembros del Comité de Seguridad y Salud Ocupacional, entre otros. Esta línea de mando desarrollará una serie de inspecciones visuales y corroboraciones de cumplimiento de los estándares y procedimientos, que permitirán evidenciar oportunidades de mejora e implementación de acciones correctivas tendientes a la disminución permanente de incidentes y accidentes de trabajo.

El Gerente de Sitio / Gerente de Construcción junto con la línea de mando de los subcontratistas realizarán una inspección detallada de todas las áreas actuales de trabajo de manera periódica. Se llevará a cabo caminatas gerenciales semanales en las áreas con observaciones y/o buenas prácticas.

7. EVALUACION DEL DESEMPEÑO

a) Monitoreo y Seguimiento

El seguimiento de los compromisos establecidos contractualmente se realizará a través del:

- Seguimiento del Programa Anual de Seguridad, Salud y Medio Ambiente (PASSOMA) en forma mensual, con un 95% mínimo de cumplimiento, manteniendo y enviando a las áreas correspondientes.
- Los métodos que aplica **BIDDLE INC** para el seguimiento y medición de los procesos son apropiados y desarrollado de manera diaria, semanal y mensual para demostrar la capacidad de poder alcanzar los resultados planificados. Cuando no se alcanzan los resultados planificados se aplican correcciones, acciones correctivas y/o acciones preventivas según sea conveniente, para asegurar la conformidad del servicio.
- Se mantendrá y mantiene los registros de despliegue de indicadores claves de desempeño en aspectos de desarrollo sostenible que considera todos los procesos necesarios para satisfacer los requisitos de los clientes, proteger el medio ambiente, garantizar la seguridad y salud ocupacional de su personal y partes involucradas.
- **BIDDLE INC** da seguimiento y medición del desempeño y las características principales de las actividades y servicios en términos de calidad, con el acta de conformidad, así como el desempeño ambiental y riesgo en seguridad y salud ocupacional.
- Adicionalmente reportaremos mensualmente en base al reporte estadístico SSOMA.
- Teniendo en consideración que la gestión de SSOMA es un proceso de mejora continua, **BIDDLE INC** llevará el control de los documentos de seguridad que forman parte de su sistema, actualizarlos y, por ende, ponerlos en práctica a través de: modificación, difusión y entrenamiento del documento de acuerdo con los puestos de trabajo.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

- La gestión del mes será resumida en una presentación de SSOMA, con esta información se llevará a cabo la reunión mensual de Seguridad. El gerente de sitio y de las subcontratistas deberá asistir obligatoriamente a las reuniones de alineamiento de subcontratistas de forma mensual.

b) Estadísticas del Sistema de Gestión

Mensualmente evaluará la gestión de seguridad, salud y medio ambiente, para lo cual se emitirá un informe mensual donde se reporte las estadísticas de incidentes, indicadores proactivos e indicadores de consecuencia, así como indicadores de salud y medio ambiente.

Para el cálculo de los índices de seguridad, se tomarán en cuenta los accidentes que hayan generado tiempo perdido. A continuación, se manejan los siguientes índices:

- Índice de Frecuencia Mensual
- Índice de severidad Mensual
- Índice de Frecuencia Acumulado (anual)
- Índice de severidad Acumulado (anual)

Índice de Frecuencia Mensual	$IFm = \frac{\text{Accidentes con tiempo perdido en el mes} \times 1'000,000}{\text{Número de horas trabajadas al mes}}$
Índice de Severidad Mensual	$ISm = \frac{\text{Días perdidos en el mes} \times 1'000,000}{\text{Número de horas trabajadas al mes}}$
Índice de Frecuencia Acumulado	$IFa = \frac{\text{Accidentes con tiempo perdido en lo que va del año} \times 1'000,000}{\text{Horas trabajadas en lo que va del año}}$
Índice de Severidad Acumulado	$ISa = \frac{\text{Días perdidos en lo que va del año} \times 1'000,000}{\text{Horas trabajadas en lo que va del año}}$

8. MEJORA

a) Comunicación e Investigación de Incidentes y Enfermedades Ocupacionales

BIDDLE INC cuenta con el **Procedimiento de Investigación de incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales** donde se establece la metodología para el reporte, investigación, análisis y registro de los eventos, con la finalidad de determinar la causa raíz y las posibles deficiencias del sistema de gestión y asegurar la oportuna implementación de acciones para evitar la recurrencia.

Todo accidente/incidente debe ser reportado inmediatamente ocurrido el hecho a la Gerencia de Sitio y Gerencia de SSOMA de **BIDDLE INC**.

		PLAN DE GESTIÓN DE SEGURIDAD, SALUD Y MEDIO AMBIENTE
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
SH-PLA-002	00	25/09/2023

Todo trabajador debe tomar acción inmediata tan pronto ocurre un evento, para ello se basa en los siguientes lineamientos: Procedimiento de Investigación de accidentes e incidentes, Procedimiento de comunicación de Incidentes, y Manual de Investigación de Accidentes e Incidentes por Metodología de Causalidad.

b) No Conformidades y Acciones Correctivas

BIDDLE INC implementa el procedimiento de **No Conformidades y Observaciones** con el objetivo de garantizar que todas las no conformidades, acciones correctivas y preventivas de SSOMA formuladas sean formalmente documentadas, monitoreadas, y cerradas de manera efectiva.

Este estándar comprende acciones de una amplia serie de fuentes que incluye los reclamos del cliente, desempeño relacionado con las no conformidades, investigaciones de incidentes internos y externos, hallazgos de inspección, recomendaciones de auditoría, acciones de emergencia, acciones del Comité de SST, etc.

9. ANEXOS

- Archivo Anexo 01. Matriz de Identificación de Peligros y Evaluación de Riesgos (IPER)
- Archivo Anexo 02. Matriz de Identificación de Aspectos Ambientales (IAAS).
- Anexo 03. Análisis de Trabajo Seguro
- Anexo 04. Matriz de Identificación, Especificaciones Técnicas y Criterios de Recambio de EPP.
- Anexo 05. Plan de Control de Fatiga y Somnolencia.

Anexo 03. Análisis de Trabajo Seguro

[illegible]

Anexo 04: Matriz EPP

 Matriz de identificación, Especificaciones Técnicas y Criterio de Recambio de EPPs								CÓDIGO:SH-EST-024_A1	
								Ver 02	Fecha:17.06.2022
ITEM	EPP	APROBACIONES O NORMAS	CARACTERÍSTICAS	TIEMPO DE USO RECOMENDADO POR FABRICANTE	TIEMPO DE USO DE ACUERDO A OPERACIÓN	CONDICIONES DE MANTENIMIENTO	CONDICIONES DE ALMACENAMIENTO	CRITERIO DE RECAMBIO	
1	CASCO DE SEGURIDAD	ANSI 2.89.1.2003 NTP 399.018	- Material de Polietileno de Alta densidad. No Inflamable. - Acabado en color blanco con ranura para colocar accesorios (orejeras, careta, etc.). - Suspensión o tafilete de 4 puntas. Protección contra impactos: - Tipo I (impacto superior).	5 Años (casco entero), 12 meses (suspensión)	Anual	Limpie regularmente el conjunto de casco con la solución limpiadora desinfectante o con jabón suave (sin detergentes). El casco no debe maltratarse. Tirarse, dejarse caer, usarse como apoyo o sentarse en él.	Guardar en áreas secas, sin que este expuesto a temperaturas extremas de frío o calor.	Al tener muestras de roturas o deterioro debe ser reemplazado.	
2		ANSI 2.89.1.2003 NTP 399.018	Casco Dielectrico Desempeño contra electricidad: - Clase E probados contra electricidad (20KV). - Resistente a la penetración. No permite la absorción del agua.	6 Años (casco entero), 12 meses (suspensión)	Anual	Limpie regularmente el conjunto de casco con la solución limpiadora desinfectante o con jabón suave (sin detergentes). El casco no debe maltratarse. Tirarse, dejarse caer, usarse como apoyo o sentarse en él.	Guardar en áreas secas, sin que este expuesto a temperaturas extremas de frío o calor.	Al tener muestras de roturas o deterioro debe ser reemplazado.	
3	BARBIQUEJO	---	Tela y ganchos plásticos- Color Negro Regulador plastico a los extremos, que permite ajuste adecuado. Mentonera plastica de polietileno de baja densidad, con agujeros de ventilación.	No Esta Indicado (Son cambiados cuando presentan daños en la superficie)	Anual	Limpie regularmente con la solución limpiadora desinfectante o con jabón suave (sin detergentes). No debe maltratarse. Tirarse, dejarse caer.	Guardar en áreas secas, sin que este expuesto a temperaturas extremas de frío o calor.	Al tener muestras de roturas o deterioro debe ser reemplazado.	
4	LENTES DE SEGURIDAD	ANSI 287.1.2003 ITINTEC 399.046	Lunas claras y oscuras: Material con lunas de policarbonato, sin tonalidad, con protección lateral, capa de protección antirayadura y antiempañeo. ~~Marco de Nylon.~~ Para personal con lentes de medida:	No Esta Indicado (Son cambiados en cuanto la capacidad de visibilidad se reduzca)	Variable	Limpiar con agua y jabón suave.	Guardar en áreas secas, sin que este expuesto a temperaturas extremas de frío o calor.	Al tener muestras de ralladuras, haber estado con contacto con sustancias químicas o algún deterioro que dificulte su protección.	
5		ANSI 287.1.2003	- Montura con protección lateral y cristal endurecido con tratamiento químico. - Capa de protección antirayadura y antiempañeo. ~~Marco de Nylon.~~	No Esta Indicado (Son cambiados en cuanto la capacidad de visibilidad se reduzca)	Variable	Limpiar con agua y jabón suave.	Guardar en áreas secas, sin que este expuesto a temperaturas extremas de frío o calor.	Al tener muestras de ralladuras, haber estado con contacto con sustancias químicas o algún deterioro que dificulte su protección.	
6	GUANTES	EN 388 2004	GUANTES TEJIDOS GILTER, de algodón. Color crema. Aplicación para trabajos mecánicos. Mejora el agarre.	No Esta Indicado (Son cambiados cuando presentan daños en la superficie)	Variable	No Especifica	Guardar en áreas secas.	Por deterioro o desgaste o estar contaminados.	
7		EN 388 2004	GUANTES DE CUERO GILTER, Resistencia a la abrasión y a tensión. Aplicación a la industria automotriz, minería, maniobra de izajes otros.	No Esta Indicado (Son cambiados cuando presentan daños en la superficie)	Variable	No Especifica	Guardar en áreas secas.	Por deterioro o desgaste o estar contaminados.	
8		EN 60903:2003 IEC 60903:2002	GUANTES DIELECTRICOS REGETEX, Clase 0, talla 9. Aplicación para trabajos eléctricos menores a 1000 voltios.	No Esta Indicado	Variable	No doblarlos, ni comprimirlos.	Dejar los guantes en su embalaje original. No comprimirlos ni doblarlos.	El guante se vuelve inservible con la mas minima perforación y cuando se ponga en contacto con algun producto químico.	
9	CALZADO DE SEGURIDAD	ANSI Z.41.1999 NTP-241.004 ITINTEC 350.063	ZAPATOS DE CUERO - Reforzado con punta de acero para la protección contra impactos y cargas sobre los dedos del pie. ~~Material de cuero.~~	No Esta Indicado	Anual a todo el personal y/o de acuerdo a deterioro.	No Especifica	No Indica	Desgaste o rotura o cuando haya recibido algún impacto extremo	
10		ANSI Z.41.1999 NTP-241.004 ITINTEC 350.063	BOTINES DE CUERO Fabricado en cuero, acolchados íntegramente reforzados con puntera de acero, plata de nitrilo, planta antideslizante, impermeable y resistente al agua.	No Esta Indicado	Semestral a todo el personal y/o de acuerdo a deterioro.	No Especifica	No Indica	Desgaste o rotura o cuando haya recibido algún impacto extremo	
11		ANSI Z.41.1999 NTP-241.004 ITINTEC 350.063	BOTAS DE JEBÉ de caña alta , color negro, acolchados y reforzados con puntera de acero y suela de nitrilo antideslizantes.	No Esta Indicado	Anual a todo el personal y/o de acuerdo a deterioro.	No Especifica	No Indica	Desgaste o rotura o cuando haya recibido algún impacto extremo	
12	CALZADO DIELECTRICO	ANSI Z.41.1999 NTP-241.004 ITINTEC 350.063	Material de cuero satinado con planta firme de caucho natural dieléctrico y antideslizante. - Diseño especial que proteja de la penetración del agua. - Puntera reforzada con PVC rígido de 4mm de espesor. - Resistente a descargas eléctricas de 14,000 voltios.	No Esta Indicado	Anual a todo el personal y/o de acuerdo a deterioro.	No Especifica			
13	UNIFORME DE TRABAJO	ANSI Z.107	Uniforme Jean a base de algodón, de dos piezas para personal y supervisión. El uniforme del personal tendrá cintas reflectivas color plomo en la camisa. Logos de Biddle: Al lado derecho. Al lado izquierdo: Nombre, tipo de sangre. En la espalda logo de Biddle estampado.	No Esta Indicado	Semestral a todo el personal y/o de acuerdo a deterioro.	No Especifica	Mantener en lugares secos.	Cuando presente desgarras y/o roturas.	
14	PROTECCIÓN AUDITIVA	ANSI S3.19-1974	TAPONES AUDITIVOS Material elastómero sintético hipoalérgico. Estructura: Tres falanges de superficie lisa que permita adaptarse a la mayoría de los canales auditivos. - Cordón: Poliéster sintético. - Con estuche de polipropileno con gancho sujetador. - Nivel de Reducción de Ruido (NRR): 25 dB. - Aplicación: Protección aditiva en zonas donde exista riesgo de exposición de ruido que superen los 85 dB (A).	No Esta Indicado	Variable	Lave con agua y jabón para completa asepsia. Después enjuague con agua abundante y seque delicadamente	Guardarlos en su bolsa o estuche para proteger de la contaminación.	Presente deterioro o haya estado en contacto con alguna sustancia química.	
15		ANSI S3.19-1974 CSA Clase A EN 352	OREJERAS Material: Fibra de vidrio con poliamida - Fijación: Ajustable sobre el casco de seguridad - Sujetador: Poliuretano. - Nivel de Reducción de Ruido (NRR): 27 dB. - Aplicación: Protección auditiva en zonas donde exista riesgo de exposición de ruido que superen los 85 dB.	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Cuando pueda percibir evidencias de uso excesivo o defecto, debe ser sustituido inmediatamente.	
16		ANSI S3.19-1974 EN352-3:2002	OREJERA ADAPTABLE AL CASCO Adaptable a cualquier casco fabricado el polietileno de alta densidad, es ajustable, copa rellena con espuma, almohadilla de espuma que permite amortiguación de altos impactos. atenuación de 23 dB. Diseñado para zonas de alto ruido. Adaptable a cualquier casco.	No Esta Indicado	Variable	Las orejeras se deben lavar y desinfectar con agua caliente y jabón. No sumergirlas en agua. Examinar las almohadillas, se pueden deteriorar con el uso.	Guardarlos en ambientes secos y frescos. La temperatura de almacenamiento no debe superar los +55°C	Cuando es afectado por sustancias químicas, deterioro de las almohadillas (puede reemplazarse solo estas de tener nuevas), agrietamientos y otros.	

17	PROTECCIÓN RESPIRATORIA	EN 149:1991 EN 149:2001	RESPIRADOR PARA POLVO AFFINITY FR FFP20, de alta calidad, clip facial ajustable la cual ayuda para crear un sella seguro.	La duración máxima de uso es de 8 horas en un mismo turno de trabajo.	Variable	No Especifica	Las mascarillas guardadas en el envase original intacto pueden almacenarse sin mantenimiento hasta la fecha indicada en el envase si se observan la humedad máxima y la temperatura ambiente.	La mascarilla debe sustituirse cuando la resistencia a la respiración se vuelva incomoda.
18			Adecuadas para aerosoles sólidos y aerosoles líquidos y son resistente a la obstrucción (prueba de colmatado con aerosol de Dolomita).					
19		ANSI Z 88.2 1992	RESPIRADOR DE CARA COMPLETA marca 3M modelo 6003, Fabricado en Silicona, fácil limpieza y puntos ajustables.	No Esta Indicado	Variable	Realizar limpieza con agua tibia y cleaner-. La limpieza e higiene recomendada (No mayor de a 50°C) de temperatura evitara un posible sobrecalentamiento o distorción de partes del conjunto del respirador, después dejar secar.	El respirador debe ser mantenido en buenas condiciones para funcionar apropiadamente. El respirador cuando no este en uso debe ser guardado en un lugar seco y limpio.	Cuando pueda percibir evidencias de uso excesivo o defecto, debe ser sustituido inmediatamente.
20		MSHA NIOSH (N95) 42CFR84	Respirador de Media cara Material: Cuerpo de Hycar (tipo de caucho), silicona o polímero sintético. - Mascar de media cara con 4 puntos de fijación. - Filtros de celulosa y carbón activado - Se utiliza con cartuchos y/o filtros. Peso: 181 gr. - Su diseño debe permitir ser usado con otros implementos de seguridad. Aplicación: Deberá ser usado en ambientes con mas de 19.5% de oxige	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Cuando pueda percibir evidencias de uso excesivo o defecto, debe ser sustituido inmediatamente.
21		NIOSH (N95) 42CFR84	Respirador con válvula de exhalación - Respirador para operaciones de soldadura. - Cinta elástica: Elastómero color blanco y mecanismos de hebilla. - Válvula: Cool Flow válvula (válvula de exhalación, color blanco). - Elemento filtrante: Tela no tejida de polipropileno y poliéster. - Peso: 20gr. - Sello facial: Poliuretano. - Puede usarse bajo la careta de soldar.	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Cuando pueda percibir evidencias de uso excesivo o defecto, debe ser sustituido inmediatamente.
22		29CFR Parte 1930.134 OSHA EN 143	Filtros para respiradores - Se utiliza como protección respiratoria contra partículas. - Pieza facial: Polímero sintético. - Elemento filtrante: Poliéster. - 8cm. de diámetro. - 80% de eficiencia (para polvo excepto asbesto). - Su diseño le permite ser usado con otros implementos de seguridad.	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Cuando pueda percibir evidencias de uso excesivo o defecto, debe ser sustituido inmediatamente.
23		ANSI Z 88.2	RESPIRADOR MEDIA CARA marca 3M modelo 6002, Fabricado en silicona lo cual provee un suave apoyo a la cara, ajuste especial, nueva válvula que reduce el calor y húmeda acumulada en la pieza facial.	No Esta Indicado	Variable	Si la pieza facial necesita ser limpiada, remueva los cartuchos. De ser limpiada debe ser limpiada y desinfectarse después de cada uso. Enjuague con agua debajo de una temperatura de 120 °F evitará un posible sobrecalentamiento, después dejar secar.	Cuando no este en uso debe guardarse en un lugar limpio y seco, como el de su bolsa de almacenaje. No distorsione la goma de la pieza facial mientras este guardada.	Cuando pueda percibir evidencias de uso excesivo o defecto, debe ser sustituido inmediatamente.
24	PROTECCIÓN PARA TRABAJOS EN ALTURA	Z359.1 ANSI A10.14 TIPO I Z259.10/CLASES A,D,E,L.P. ANSI Z359.1 ANSI A10.14	ARNÉS DE SEGURIDAD TIPO PULLOVER, modelo 502735, fabricado en Nylon, diseño estructural ergonómico Arnés de seguridad ~~Arnés de protección contra caídas de 4 anillos~~	05 Años se reemplaza todo el conjunto.	Variable	Limpieza con jabón suave y agua. Secar al aire. No aplique calor.	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Cuando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.
25		Z359.1, ANSI A10.14 TIPO I Z259.11 - M92 OSHA 1926.502. ANSI Z359.1 ANSI A10.14 Regulaciones	LÍNEA DE VIDA CON ABSORBEDOR DE IMPACTO, modelo 502736, fabricado en Nylon. Línea de vida con amortiguador integrado. - Longitud: 1.8m o 6 pies y/o 3m o 10 pies - Cinta de poliéster con resistencia a 5000 lbf. - Los ganchos de acero forjado, de color metálico galvanizado, tienen doble seguro y una resistencia de 5000 lbf. - Mantiene fuerza de suspensión de caída bajo las 900 libras. - ~~Peso ligero para la comodidad del usuario.~~	05 Años se reemplaza todo el conjunto.	Variable	Limpieza con jabón suave y agua. Secar al aire. No aplique calor.	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Cuando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.
26	CLIP SUJETADOR DE MICA		Adaptador universal a casco. Permite el uso de visores de policarbonato asociados al casco. Se fabrican de plástico, plástico aluminio y de aluminio completo.	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Cuando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.
27	CARETA DE SOLDADOR	----	Material: Termoplástico. - Resistente a impactos y altas temperaturas. - Con lunas de 2 x 4 3/4" NW 12. - Suspensión con ajuste. - Posee lentes sombra de cristal intercambiable.	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Cuando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.
28	LUNA CIRCULAR NEGRA #6		Vidrio mineral silico sodocálcico que cumple la función de filtro de soldadura. Tiene la propiedad de absorber la radiación UV e IR. Grado: DIN # 5, 6, 11, 12 y 14. Dimensiones: 50 x 107 mm. Espesor: 2.8 mm – 3.0 mm. Accesorio necesario para productos como la máscara de soldar y anteojos flip-up rectangular y circular. Aplicaciones en Siderurgia, Minería, Construcción, Centrales y distribución eléctrica, Gas y petróleo, Nuclear, Naviera, Química, Automotriz, Electrónica, Frigoríficos.	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Cuando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.

29	LENTES PARA SOLDADOR CON OXICORTE	Norma Europea DIN en ISO/IEC 17050-1 DIN EN 166:2002-04 DIN EN 169:2003-02	Lentes para soldador con oxicorte certificados con el ISO 13485:2016 y el ISO 9001:2015	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Quando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.
30	GUANTES CUERO CROMO	AS/NZS 1337	Material: Cuero de cromo. - Costura: Hilo reforzado. - Palma y dorso de cuero. - Interior de algodón y fibra tratada para una mejor sujeción. - 35.5 cm. de largo.	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Quando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.
31	MANDIL DE CUERO LARGO		Medidas de 60x90 cm, ayuda en la prevención del soldador, lo protege de las proyecciones de la soldadura y de partículas incandescentes. Es ligero y práctico, con atadura ajustable en la cintura, máxima protección y calidad.	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Quando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.
32	MANGAS DE CUERO PARA SOLDADOR		Mangas especiales para trabajo de Soldador de 20". Cuero cromo de 1.3 +/- 0.1mm de espesor. Largo hasta donde empieza el hombro. Marca: Nacional	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Quando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.
33	ESCARPIN DE CUERO PARA SOLDADOR		Fabricado con cuero cromo de primera calidad, protege el calzado de seguridad de chispas producidas por la soldadura	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Quando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.
34	RODILLERA		Material: Caucho/Polipropileno - Contiene ½ pulgada de espuma de jebe. - Correas velcro de 1 ½ pulgada.	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Quando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.
35	PROTECTOR FACIAL	ANSI Z87.1 2003	Material: Visor de policarbonato - Resistente al impacto y salpicaduras químicas.	No Esta Indicado	Variable	No Especifica	Almacenar en lugar fresco, seco y limpio lugar lejos de la luz directa del sol y los vapores químicos.	Quando presente deformaciones, roturas o cualquier deterioro en la costura, hebilla u otro accesorio en el equipo.

Anexo 05:

Plan de Control de Fatiga y Somnolencia

		BIDDLE INC
CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN
	01	26/07/2022

PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA

VER.	DESCRIPCIÓN	FECHA
01		26/07/2022

ELABORADO POR	REVISADO POR	APROBADO POR
Humberto Farfán Jefe de Salud Ocupacional	Michael Valdivieso Gerente SSOMA	Michael Valdivieso Gerente SSOMA
Nombre y firma	Nombre y firma	Nombre y firma

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

ÍNDICE

1	GENERALIDADES	48
1.1	INTRODUCCION	48
1.2	BASE LEGAL/DOCUMENTOS EXTERNOS.....	48
1.3	TÉRMINOS Y DEFINICIONES	48
2	OBJETIVO	49
3	ALCANCE	49
4	RESPONSABILIDADES	49
4.1	GERENTE GENERAL	49
4.2	GERENTE SSOMA	49
4.3	GERENTE DE OPERACIONES / GERENTE DE CAMPO	50
4.4	INGENIERO RESIDENTE	50
4.5	ÁREA DE SALUD OCUPACIONAL BIDDLE INC.	50
4.6	SUPERVISOR SMA	50
4.7	SUPERVISORES OPERATIVOS	50
4.8	TRABAJADORES.....	50
5	CONTROLES PARA EVITAR LA FATIGA	51
5.1	IDENTIFICACION DE LAS CAUSAS QUE GENERAN LA FATIGA LABORAL	51
5.2	CONTROLES	51
6	ANEXOS	52
	ANEXO N° 1: EVALUACIÓN Y MONITOREO DE FATIGA	52
	ANEXO N° 2: ESCALA “CHECKLIST INDIVIDUAL STRENGTH - CIS”	57
	ANEXO N° 3: FICHA MÉDICA DEL COLABORADOR	58
	ANEXO N° 4: CHECKLIST DE FATIGA Y SOMNOLENCIA.....	59
	ANEXO N° 5: TIPS PARA EVITAR LA FATIGA Y SOMNOLENCIA.....	61
	ANEXO N° 6: COMPROMISO “LEVANTAR LA MANO”	62
	ANEXO N° 7: COMPROMISO “NO A LA AUTOMEDICACIÓN”	63
	ANEXO N° 8: COMPROMISO “TOLERANCIA CERO”	64

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

1 GENERALIDADES

1.1 INTRODUCCION

Conscientes del gran impacto que la fatiga genera en el bienestar, la seguridad y la productividad de nuestro equipo humano, Biddle Inc. ha elaborado el presente plan para implementar controles que ayuden a mitigar la fatiga laboral sobre cada uno de los trabajadores de la Compañía a fin de prevenir accidentes durante la ejecución de sus labores.

1.2 BASE LEGAL/DOCUMENTOS EXTERNOS

Se ha elaborado el presente plan, considerando lo siguiente:

- Ley 29783 Ley de seguridad y salud en el trabajo y su modificatoria Ley 30222
- D.S. 005-2012-TR Reglamento de la Ley N° 29783 y su modificatoria DS 006- 2014-TR
- Decreto Supremo 024-2016-EM - Reglamento de Seguridad y Salud Ocupacional en Minería.
- Decreto Supremo 023-2017-EM - Reglamento de Seguridad y Salud Ocupacional en Minería.

1.3 TÉRMINOS Y DEFINICIONES

- **ENFERMEDAD COMÚN:** Aquella que constituyendo alteraciones de la salud no se constituye en enfermedad ocupacional ni accidente.
- **SEGURO COMPLEMENTARIO DE TRABAJO DE RIESGO (SCTR):** Es un seguro determinado por el estado que brinda cobertura de atención médica o prestaciones económicas requeridas por el trabajador a consecuencia de accidentes de trabajo o enfermedades profesionales. Este seguro es obligatorio para las empresas dedicadas a actividades económicas de alto riesgo, especificadas en la normativa (D.S. N° 009-97-SA modificado por el D.S. N° 003-98-SA.)
- **ENFERMEDAD RELACIONADA AL TRABAJO:** Aquella agravada como resultado de la exposición a factores de riesgo inherentes a la actividad laboral y de carácter legal.
- **FACTORES DE RIESGO OCUPACIONALES:** Agentes de naturaleza física, química, biológica o aquellas resultantes de la interacción entre el trabajador y ambiente laboral, tales como psicológicos y ergonómicos que pueden causar daño a la salud. Denominados también factores de riesgo ocupacionales, agentes o factores ambientales o peligros.
- **PELIGRO:** Situación o característica intrínseca de algo capaz de ocasionar daños a las personas, equipos, procesos y ambientes.
- **OCUPACIÓN:** Es la tarea o actividad que una persona desempeña en su centro de trabajo y que puede estar relacionada o no con su profesión (nivel de educación) y por lo cual recibe una remuneración económica o un beneficio.
- **EXÁMENES OCUPACIONALES:** Serie de investigaciones diligentes, realizada por persona legalmente autorizada y especialmente capacitada, contando con un examen médico clínico, examen psicológico y exámenes complementarios determinado por el Médico Ocupacional.
- **FATIGA LABORAL:** Una condición mental y física producida por la exposición de un individuo al esfuerzo físico, mental y sueño inadecuado o perturbado.

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

- **SOMNOLENCIA:** Fuerte tendencia que quedarse dormido en situaciones o momentos en que realizamos una actividad se caracteriza por signos como pestañeos, cabeceos y bostezos. Tiene estrecha relación con la fatiga, pero son fenómenos diferentes.
- **SÍNTOMAS DE FATIGA Y SOMNOLENCIA.**
 - **Fatiga:** Sensación de cansancio, Falta de energía, Disminución del estado de alerta y puede presentarse somnolencia.
 - **Somnolencia:** Bostezos, Parpadeo frecuente, Esfuerzo para mantener los ojos abiertos, Esfuerzo para mantener la atención, Cabeceos, Visión borrosa, Cambios de velocidad al conducir y al operar equipos y salirse del carril.
- **PAUSA ACTIVA:** También llamada “Gimnasia Laboral” se convierte en la opción más fácil para mejorar la salud y eficiencia laboral. Consiste en hacer uso de diferentes técnicas, en períodos cortos de tiempo, durante la jornada laboral, se deben realizar en cualquier momento del día cuando se sienta pesadez corporal, fatiga muscular, incomodidad; también pueden establecerse pausas rutinarias en mitad de la jornada laboral, es decir, una vez en la mañana y otra en la tarde.
- **JORNADA DE TRABAJO:** Se entiende como Jornada de Trabajo, el tiempo que un trabajador se encuentra a disposición de su empleador para cubrir las actividades para las cuales ha sido contratado.
- **JORNADA ORDINARIA DE TRABAJO:** La jornada máxima de trabajo en el Perú es de ocho (08) horas diarias a cuarenta y ocho (48) horas semanales.
- **JORNADA ACUMULATIVA DE TRABAJO Y DESCANSO:** La jornada acumulativa de trabajo y descanso es aquella en la que se intercalan días de trabajo efectivo y días de descanso, en los cuales el trabajador labora jornadas extendidas y luego goza de descansos compensatorios.
- **TRABAJO DE SOBRE TIEMPO:** Es el tiempo trabajado antes de la hora de ingreso o después de la hora de salida que exceda la jornada establecida en la empresa.

2 OBJETIVO

Prevenir e identificar cuadros de fatiga y somnolencia en los trabajadores a fin de evitar la ocurrencia de incidentes y accidentes durante las actividades desarrolladas por Biddle Inc.

3 ALCANCE

El presente Plan de Control de Fatiga y Somnolencia aplica a todos los trabajadores de Biddle Inc.

4 RESPONSABILIDADES

4.1 GERENTE GENERAL

- Proporcionar los recursos necesarios para el cumplimiento del presente Plan.

4.2 GERENTE SSOMA

- Revisar, auditar y proponer mejoras al presente plan.

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

4.3 GERENTE DE OPERACIONES / GERENTE DE CAMPO

- Exigir el cumplimiento estricto del presente Plan a todo su personal.

4.4 INGENIERO RESIDENTE

- Asegurar el desarrollo, implementación y revisión periódica del presente plan.
- Verificar que el personal esté informado sobre los riesgos y controles asociados con la fatiga y la somnolencia.
- Asegurar que las jornadas de trabajo, sean éstas ordinarias o acumulativas, cumplan con los límites previstos por la legislación laboral vigente.
- Efectuar los controles establecidos e implementar acciones correctivas para corregir incumplimientos del presente plan.
- Asegurar que los casos de fatiga sean registrados y gestionados conforme este plan.

4.5 ÁREA DE SALUD OCUPACIONAL BIDDLE INC.

- Revisar y actualizar el presente plan cada vez que ocurran cambios significativos en la normatividad o accidentes repetitivos por fatiga que ameriten rediseñar algunos aspectos del contenido.
- Gestionar las evaluaciones médicas, cuando sea necesario, para determinar las causas de fatiga o somnolencia relacionadas con el consumo de medicamentos.
- Realizar el seguimiento médico de un trabajador, incluyendo su aptitud para el trabajo luego de un descanso médico y en casos de empleados que sufran de fatiga recurrente.

4.6 SUPERVISOR SMA

- Implementar, realizar seguimiento de cumplimiento del siguiente plan y generar el reporte mensual respectivo.
- Fomentar acciones de mejora continua para prevenir eventos por fatiga y somnolencia en el personal.

4.7 SUPERVISORES OPERATIVOS

- Asegurar que el personal dentro de las áreas de su responsabilidad esté informado de los riesgos asociados con la fatiga y somnolencia, así como la forma de controlarlos.
- Asegurar que la identificación de riesgos de fatiga y somnolencia, así como las estrategias de control estén documentados, conservados y almacenados.
- Observar el desempeño y conducta de sus trabajadores, documentar signos de fatiga y somnolencia y, seguir los estándares establecidos para gestionar a empleados en condiciones de riesgo.
- Monitorear aleatoriamente al personal que se encuentra bajo de liderazgo para identificar indicios de falta de descanso.
- Obtener la(s) aprobación(es) requerida(s) para el personal que trabaja horas extras o más allá de las horas laborales recomendadas.
- Informar y pedir apoyo al Área de Salud Ocupacional de Biddle Inc. en el manejo de casos de fatiga recurrente en trabajadores.

4.8 TRABAJADORES

- Entender las causas y signos de fatiga y las estrategias para su mitigación.
- Llegar apto para el trabajo, descansado y libre de sustancias que pueden afectar el estado de alerta o aumentar la exposición a la fatiga.
- Garantizar un sueño adecuado para minimizar la fatiga antes de iniciar su turno de trabajo.

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

- Informar al Supervisor SMA o Supervisor inmediato si se siente fatigado y/u observa signos de fatiga o somnolencia en un compañero de trabajo.
- Participar de las evaluaciones asociadas a la detección de fatiga y somnolencia, capacitaciones y demás acciones que contribuyan a una gestión adecuada del riesgo.

5 CONTROLES PARA EVITAR LA FATIGA

5.1 IDENTIFICACION DE LAS CAUSAS QUE GENERAN LA FATIGA LABORAL

En el presente cuadro se describen las principales causas detectadas que generan la fatiga, así también se describen los probables riesgos en el servicio.

Posteriormente, en los siguientes ítems se describen los controles adoptados, tanto por guardia como por casos específicos.

CAUSAS (Causa Raíz)	FATIGA	RIESGOS (Mayor probabilidad)
- Descanso inadecuado o perturbado. - Horarios (Turnos laborales). - Consumo de Alcohol / Fármacos. - Tiempos de viaje. - Sobre carga laboral. - Desórdenes alimenticios.	Condición mental - física alterada, se manifiesta por cansancio, disminución de la motivación, indiferencia, pasividad y somnolencia.	- Accidentes laborales (Atropellos, colisiones, volcaduras, atrapamientos, caídas, golpes, electrocuciones, daños materiales y ambientales. - Enfermedades Ocupacionales. - Enfermedades cardiovasculares. - Ausentismo laboral.

5.2 CONTROLES

CONTROL		FRECUENCIA	A QUIEN	RESPONSABLE
1	Evaluación de condiciones de salud que se relacionan con el trastorno del sueño y seguimiento a resultados.	Anual/ De acuerdo a evaluación	Todo personal de Biddle Inc.	Área de Salud Ocupacional Biddle Inc.
2	Evaluación psicológica para evaluar la fatiga laboral y seguimiento a resultados	Anual/ De acuerdo a evaluación	Todo personal de Biddle Inc.	Área de Salud Ocupacional Biddle Inc.
3	Charlas de 5 min. sobre temas referentes a fatiga: síntomas comunes, tips de prevención y recomendaciones para evitar la fatiga. Reportemos la fatiga.	Primer y Séptimo día de guardia	Todo personal de Biddle Inc.	Ingeniero Residente / Supervisor Operativo y SMA Biddle Inc.

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

4	Registrar reportes de fatiga y reportes de consumo de medicamentos con el Supervisor SMA, previa comunicación al supervisor inmediato.	Cuando se requiera	Todo personal de Biddle Inc.	Supervisor SMA de Biddle Inc.
5	Inspección a habitaciones asignadas de Biddle Inc.	Trimestral	Todo personal de Biddle Inc.	Ingeniero Residente / Supervisor SMA de Biddle Inc.
6	Verificar el cumplimiento del plan de capacitación elaborado por el Área de Salud Ocupacional de Biddle Inc. (Anexo 9).	Mensual	Todo personal de Biddle Inc.	Residente de Biddle Inc.

6 ANEXOS

ANEXO N° 1: EVALUACIÓN Y MONITOREO DE FATIGA

1. EVALUACIÓN DE CONDICIONES DE SALUD

Se evaluará aquellas condiciones que se relacionan con trastornos del sueño: IMC, Diámetro de Cuello, características del paladar, enfermedades crónicas (Hipertensión Arterial - HTA, Diabetes Mellitus - DM y otras relacionadas) y apnea del sueño.

A) EVALUACIÓN DEL ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC). Este parámetro es relevante en especial cuando el IMC es superior a 30 (Obesidad I). La obesidad provoca mayor probabilidad de obstrucción de la vía respiratoria por la caída de la lengua. El IMC será clasificado de la siguiente manera:

IMC	Estado
Por debajo de 18.5	Bajo peso
18,5–24,9	Peso normal
25.0–29.9	Pre-obesidad o Sobrepeso
30.0–34.9	Obesidad clase I
35,0–39,9	Obesidad clase II
Por encima de 40	Obesidad clase III

Fuente: OMS (2022)

B) EVALUACIÓN DEL PALADAR. Luego de aplicar el test Mallampati, el tipo de paladar blando será calificado en 4 niveles. Se determina analizando la anatomía de la cavidad oral; específicamente, está basada en la visibilidad de la base de la úvula, istmo de las fauces (los arcos delante y detrás de las amígdalas) y el paladar blando. La puntuación se hace manifestando o no la fonación. Una

puntuación alta (clase 4) está asociada con una difícil intubación, así como con una alta incidencia de apnea del sueño.

Se coloca al paciente sentado frente al observador, se le indica que abra la boca y que saque o protruya la lengua, y fone (diga "aaa"). A continuación, de acuerdo con las estructuras observadas, establecer la siguiente clasificación:

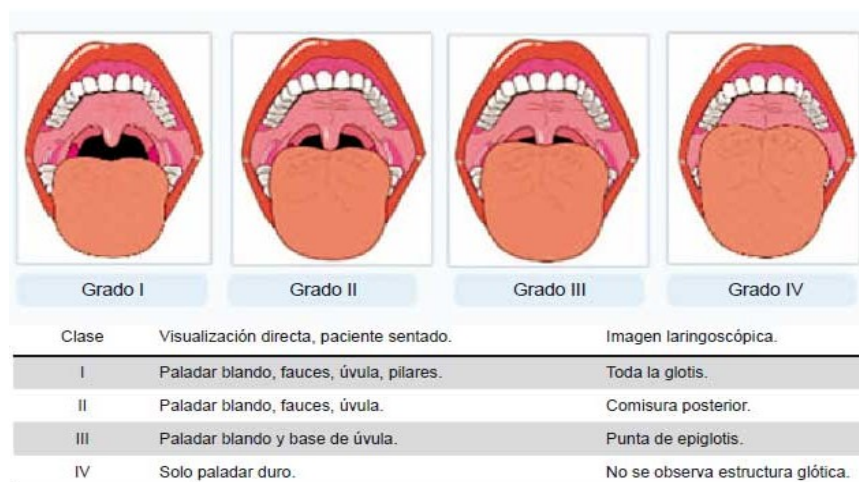


Figura 1. Clasificación de Mallampati.

C) CIRCUNFERENCIA DEL CUELLO. En general, los hombres con una circunferencia de cuello de 45 cm o más y las mujeres con circunferencia de cuello de 38 cm o más, tienen mayor asociación con apnea del sueño. Se mide debajo de la laringe con la cinta inclinada ligeramente hacia el pecho, una forma de ubicar la cinta correctamente consiste en ubicarla por debajo del cartílago Tiroides o llamada “manzana de Adán” y al nivel de la séptima vértebra cervical.

D) ENFERMEDADES CRÓNICAS. En esta parte del subprograma de evaluará el padecimiento de enfermedades crónicas tales como:

- **Diabetes Mellitus (DM):** Se describirá como:
 - Controlada cuando el paciente mantenga sus niveles de glicemia en ayunas en valores normales.
 - No controlada en caso de que los valores de glicemia en ayunas se encuentren por encima de los valores normales.
- **Hipertensión Arterial (HTA):** Se calificará como:
 - HTA controlada cuando los valores de presión arterial se encuentren dentro de la normalidad con tratamiento;
 - No controlada cuando los valores de presión arterial a pesar de la medicación se encuentren por encima de los valores permitidos.
- **Otras enfermedades crónicas:** En este grupo de enfermedades, se incluirá a aquellas enfermedades crónicas que puedan influir en el desarrollo de fatiga y somnolencia en la conducción tales como:

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

- Hipo e Hipertiroidismo,
- Enfermedades reumatológicas,
- Hernias del núcleo pulposo, entre las más importantes.

E) CALIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES DE SALUD RELACIONADAS A TRASTORNOS DEL SUEÑO.

Cada una de las condiciones descritas será calificada según el siguiente cuadro:

EVALUACIÓN CLÍNICA DEL TRABAJADOR							
Nº	CONDICIONES DE SALUD	Categoría A		Categoría B		Categoría C	
		Criterio	Ptje.	Criterio	Ptje.	Criterio	Ptje.
1	Índice de Masa Corporal (IMC)	<28		28 a 30		>30	
2	Evaluación del paladar	1 ó 2		3		4	
3	Circunferencia del cuello	♂ <40 ♀ <35		♂ 40-43 ♀ 35-40		♂ >43 ♀ >40	
4	Diabetes Mellitus (DM)	Sano		Controlado		No controlada	
5	Hipertensión Arterial (HTA)	Sano		Controlado		No controlada	
6	Otras enfermedades crónicas*	Sano		Controlado		No controlada	
7	Edad	<40		40-65		>65	
8	Sub Total de la Evaluación médica						
*Colagenopatías, Endocrinopatías y esteomusculares.							

En caso el colaborador obtenga un resultado en la categoría A deberá puntuarlo con 0, en caso el resultado esté en la categoría B tendrá una puntuación de 2 y si se encuentra en la categoría C la puntuación que se le asignará será 3.

F) CLASIFICACIÓN SEGÚN CONDICIONES DE SALUD.

CATEGORIA	PUNTAJE DE CALIFICACIÓN
Categoría A	Cuando al evaluar se obtenga puntaje Cero (0)
Categoría B	Cuando al evaluar se obtenga puntaje de 2 a 4.
Categoría C	Cuando al evaluar se obtenga puntaje mayor o igual que 5.

2. EVALUACIÓN DEL ASPECTO PSICOLÓGICO

A) EVALUACIÓN DEL ASPECTO COMPORTAMENTAL. La evaluación de fatiga laboral se realiza a través del cuestionario Checklist individual Strenght (CIS) adaptada y validada en Chile en el 2008, la cual se compone de dos sub-escalas: percepción subjetiva de fatiga física y percepción

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

subjetiva de fatiga cognitiva. cuestionario que es útil para valorar la fatiga desde la percepción del colaborador y establecer niveles de fatiga leve, moderada y alta.

B) CLASIFICACIÓN SEGÚN ASPECTO COMPORTAMENTAL. Se clasificará al personal en 3 categorías:

CATEGORIA	PATRÓN DE CALIFICACIÓN
Categoría A	Patrón de conducta S (Seguro)
Categoría B	Patrón de conducta I (Intermedio)
Categoría C	Patrón de conducta N (No Seguro)

Aquellos trabajadores que presentan una valoración de: Fatiga leve serán considerados en la Categoría A de patrón de conducta segura, fatiga moderada en la Categoría B de patrón de conducta intermedia y fatiga alta en la Categoría N de patrón de conducta no segura.

3. IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS DE CONTROL

Implementar seguimiento periódico de control para los trabajadores.

A) MEDIDAS DE CONTROL PARA CONDICIONES PATOLÓGICAS DE SALUD:

CATEGORIA	FRECUENCIA DE SEGUIMIENTO
Categoría A	Anual
Categoría B	Trimestral
Categoría C	Mensual

Recomendaciones Generales:

- Se recomienda incorporar al trabajador a un programa de seguimiento nutricional de modo pueda ir mejorando su IMC y su circunferencia del cuello.
- Se debe recomendar a todos los trabajadores que conducen algún tipo de equipo móvil que realicen actividad física regularmente.
- En cuanto al paladar, en caso tenga la puntuación de 3 ó 4, deberá visitar un odontólogo, para ver la posibilidad de uso de **aparatología intraoral**, mientras tanto se le recomendará medidas de Higiene del Sueño, como: dormir de cúbito lateral y decúbito ventral.
- Las enfermedades crónicas deben ser controlados por especialistas que deberán emitir informes con la frecuencia recomendada en el programa y estos deben de ser archivados en la historia del trabajador.
- Si un caso cambia de categoría, se sigue según su nueva categoría.

B) MEDIDAS DE CONTROL PARA ASPECTOS CONDUCTUALES:

CATEGORIAS	FRECUENCIA DE SEGUIMIENTO
Categoría A	Anual

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

Patrón de conducta S (Seguro)	
Categoría B Patrón de conducta I (Intermedio)	Semestral
Categoría C Patrón de conducta N (No Seguro)	Trimestral

Recomendaciones Generales:

- El área de psicología implementará un programa detallado, para intervenir a los trabajadores que hayan sido catalogados en la Categoría B (Patrón de conducta I - Intermedio) y en la Categoría C (Patrón de Conducta N - No seguro).

Para los casos con Categoría B:

- Evaluar a fondo la personalidad (solo línea base anual)
- Asesoría personalizada semestral (pudiendo ser más seguido)
- Opcional la capacitación y tareas en el área cognitivo conductual

Para los casos con Categoría C:

- Evaluar a fondo la personalidad (solo línea base anual)
- Asesoría personalizada trimestral (pudiendo ser más seguido)
- Asignar tareas relacionadas a los hallazgos que requieren mejora. Las tareas deben ser cognitivo conductuales. Revisión trimestral.
- Participación en sesiones de capacitación, en especial en habilidades sociales.

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

ANEXO Nº 2: ESCALA "CHECKLIST INDIVIDUAL STRENGTH - CIS" CUESTIONARIO

Marque con un aspa "X" la opción que mejor indique su situación actual, considerando las últimas dos semanas incluido el día de hoy.

PREGUNTAS			1	2	3	4	5	6	7	
1	Me siento cansado	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
2	Me cuesta más pensar	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
3	Físicamente me siento exhausto	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
4	Me siento equilibrado, en armonía conmigo	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
5	Me concentro en lo que hago	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
6	Me siento débil	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
7	Olvido cosas importantes en muy poco tiempo (desde minutos a un par de días)	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
8	Me cuesta enfocar los ojos o fijar la vista	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
9	Me puedo concentrar bien	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
10	Tengo problemas para concentrarme	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
11	Me siento en mala condición física	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
12	Me canso rápidamente	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
13	Me encuentro distraído pensando en cosas	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero
14	Me siento en buena forma	Sí, totalmente verdadero								No, esto no es verdadero

En las últimas dos semanas, incluido el día de hoy ¿Se ha sentido fatigado?									
1		2		3		4		5	
No, nunca		Un poco		Moderadamente		Bastante		Completamente	



PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA

Código:
1700-SO-PLA-001

Ver.:
01

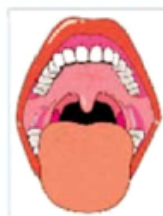
Fecha.:
28/03/2022

ANEXO N° 3: FICHA MÉDICA DEL COLABORADOR

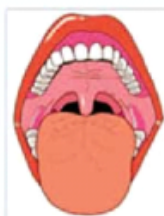
Ficha medica del Programa de prevención de fatiga y somnolencia

Lugar		Fecha	
Nombre de la empresa:			
Nombre y apellidos:			
Lugar de nacimiento:		Fecha de Nacimiento:	
Edad:	Sexo:	Estado Civil:	
Lugar de residencia (Dist, Prov, Dep):			
Dirección completa			
Teléfono de Casa:			
Celular:		RPM:	Otro:
Puesto de trabajo actual:		Tiempo de labor en el puesto:	
Peso del trabajador		Talla	IMC
Circunferencia del Cuello		Glucosa	PA

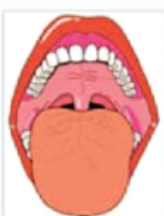
Evaluación del paladar
Test Mallampati



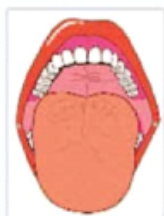
Grado I



Grado II



Grado III



Grado IV

CALIFICACION

Clase

DE ACUERDO A LA EVALUACIÓN CLÍNICA DEL TRABAJADOR LLENE EL PRESENTE CUADRO

N°	CONDICIONES DE SALUD	Categoría A		Categoría B		Categoría C	
		Criterio	Puntaje	Criterio	Puntaje	Criterio	Puntaje
1	Índice de Masa Corporal (IMC)	<28		28 a 30		>30	
2	Evaluación del paladar	1 ó 2		3		4	
3	Circunferencia del cuello	♂ <40 / ♀ <35		♂ 40-43 / ♀ 35-40		♂ >43 / ♀ >40	
4	Diabetes Mellitus (DM)	Sano		Controlado		No controlada	
5	Hipertensión Arterial (HTA)	Sano		Controlado		No controlada	
6	Otras enfermedades crónicas*	Sano		Controlado		No controlada	
7	Edad	<40		40-65		>65	
8	Sub Total de la Evaluación médica						

*Colagenopatías, Endocrinopatías y Osteomusculares

PUNTAJE	CATEGORIA	PUNTAJE DE CALIFICACIÓN
	Categoría A	Cuando en la evaluación se obtenga Cero (0)
	Categoría B	Cuando en la evaluación se obtenga un puntaje de 2 a 4.
	Categoría C	Cuando en la evaluación se obtenga un puntaje mayor o igual que 5.

	Bajo	Puntaje	Medio	Puntaje	Alto	Puntaje
Calificación final						

Nombres y apellidos del médico
N° de CMP: _____

Nombres y apellidos del Trabajador
N° de DNI: _____

Firma del médico:

Firma del Trabajador

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

ANEXO Nº 4: CHECKLIST DE FATIGA Y SOMNOLENCIA

CHECK LIST FATIGA Y SOMNOLENCIA

Nombre del trabajador observado: _____

Fecha: _____ Turno: _____

Observador/Supervisor: _____

A completar por el evaluador (Marcar sí o no con una cruz)

¿Evidencia en el trabajador los siguientes aspectos?	Si	No	OBSERVACIONES
Ojos Rojos			
Movimientos más lentos			
Dificultades para coordinar movimientos y habla			
Tiempo de respuesta más lento de lo normal (ej: Contacto por radio)			
Dificultades de atención y/o concentración			
Tareas sin finalizar			
Pérdida de memoria a corto plazo (Olvida instrucciones)			
Cabeceos			
Tiene antecedentes de incidentes o accidentes a causa de somnolencia o fatiga			
Irritabilidad o enojos infundados			

Evaluador le consulta al trabajador directamente: (Marcar sí o no con una cruz)

Preguntas	Si	No	OBSERVACIONES
Horas transcurridas desde el último sueño.			
Cuántas horas durmió antes del turno			Horas:
Siente parpados pesados			
Siente cansancio físico			
Presenta dolores de cabeza			
Bostezo en forma constante			
Ha bebido algún líquido o consumido alguna comida durante su turno			

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

Su periodo de descanso fue satisfactorio			
¿Tiene sueño o fatiga? ¿Qué factores han influido?			
Está tomando algún medicamento			¿Cuál?:
¿Requiere descansar más tiempo?			

Observaciones adicionales: _____

Firma Trabajador

Firma Evaluador

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

ANEXO N° 5: TIPS PARA EVITAR LA FATIGA Y SOMNOLENCIA

TIPS EN LOS HÁBITOS DIARIOS PARA EVITAR LA FATIGA Y SOMNOLENCIA:

- Mantenga horarios regulares para acostarse y levantarse. Esta forma ayuda a mantener y regularizar los ritmos biológicos.
- Evite usar la habitación para otras actividades como estudiar, mirar televisión, etc. No llevar el teléfono celular a la cama.
- Un baño tibio o cualquiera actividad rutinaria efectuada antes del sueño nos predispone a la relajación.
- Establezca rutinas diarias para todas sus actividades: trabajo, comida, ejercicio, ocio, relajación y sueño, y ajústese lo más estrechamente posible a ellas.
- Limite la cantidad de líquidos que bebe en la noche para no tener que despertar con la necesidad constante de ir al baño.
- Beba agua cada media hora entre dos o tres tragos durante el día para relajar el sistema digestivo.
- Si la noche anterior no ha dormido bien, reporte a su supervisor.

	PLAN DE CONTROL DE FATIGA Y SOMNOLENCIA	Código: 1700-SO-PLA-001	
		Ver.: 01	Fecha.: 28/03/2022

ANEXO N° 6: COMPROMISO "LEVANTAR LA MANO"

COMPROMISO "LEVANTAR LA MANO"  Yo,..... con DNI/Carné de Extranjería..... Trabajador de la empresa BIDDLE INC SAC; declaro asumir el compromiso de LEVANTAR LA MANO, frente a cualquier indicador de agotamiento, fatiga, somnolencia, cansancio u otra situación que me afecte y/o afecte a mi adecuado desempeño, para informar de inmediato a mi Supervisor, a fin de tomar las medidas pertinentes. Fecha: ____/____/____ _____ Firma y Huella digital del trabajador
--

