

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 20
---	--	--	---

I. INTRODUCCIÓN

Para DHAR SOLUTION SAC es elemento prioritario, dentro de su política empresarial, el cuidado y protección de su potencial humano. Por ello, concede especial importancia a la Seguridad y Salud de sus trabajadores, así como a su bienestar profesional.

Por ello ha puesto en marcha una serie de acciones potenciadoras de la buena SALUD OCUPACIONAL que, simultáneamente contribuyan a constituir indicadores satisfactorios para su gestión de mejora continua.

Por este motivo el PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL contiene procedimientos que garantizaran una continuidad de las buenas acciones estableciendo también un sistema de revisión y mejora en todas sus actividades, incluyendo la prevención frente a la pandemia de COVID-19.

Por estos motivos los Gobiernos llevan adelante una política más estricta en relación a la Seguridad y Salud en el Trabajo. Las estadísticas demuestran que un gran número de inspecciones laborales, acaban en sanciones por incumplir las medidas de seguridad y salud en el trabajo

Durante el **año** seguiremos realizando todos los procedimientos necesarios para la seguridad y salud de los trabajadores, pero, además, deseamos involucrar y concientizar a nuestros colaboradores en el cuidado de la salud, la propia y la de sus compañeros, cumpliendo la Normativa interna de DHAR SOLUTION SAC.

La exposición al Virus SARS-CoV2 que produce la enfermedad COVID-19 representa un riesgo biológico por su comportamiento epidémico y alta transmisibilidad. Siendo que los centros laborales constituyen espacios de exposición y contagio, se deben considerar medidas para su vigilancia, prevención y control

Por tal motivo, resulta fundamental la incorporación de todas las medidas de prevención necesarias para frenar y disminuir la prevalencia en los colaboradores dentro del presente plan

Actividad Económica: Gestión en los sectores de telecomunicaciones, energía, construcción, comercio y servicios.

Datos de Identificación de las Empresas

DATOS	DESCRIPCION
Razón Social	DHAR SOLUTION SAC.
RUC	20604704163
Rubro (CIIU:)	74927
Domicilio Legal	Jr. Pariahuanca 879 – Los Olivos - Lima
Representante Legal	Lupe Minchan Estacio

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 2 de 20
---	--	--	---

II. PROPÓSITO

De acuerdo con la OMS, la salud ocupacional es una actividad multidisciplinaria dirigida a promover y proteger la salud de los trabajadores mediante la prevención y control de enfermedades y accidentes eliminando los factores y condiciones que ponen en peligro la salud y la seguridad en el trabajo.

Considerando que la salud de nuestros trabajadores, es un elemento primordial e imprescindible para llevar a cabo nuestras labores, para el desarrollo de nuestra organización, DHAR SOLUTION SAC está comprometido, profesional, social y personalmente, con el control de los riesgos inherentes a las actividades propias de la empresa, cumpliendo con las normas legales vigentes y en continua evolución para la mejora de nuestros procedimientos y procesos.

Para tal fin se dispondrá de los recursos necesarios, promoviendo la participación activa de todos los miembros de la Empresa e involucrando en el proceso a todos los niveles jerárquicos de la misma.

III. FINALIDAD

Establecer estrategias de salud ocupacional para la prevención de accidentes laborales y Enfermedades ocupacionales causadas por las condiciones de trabajo, en la empresa DHAR SOLUTION SAC. en cumplimiento de la ley de seguridad y salud en el trabajo, su reglamento y modificatorias.

IV. ALCANCE

Aplica a todos los trabajadores de la Empresa **DHAR SOLUTION SAC.**, asimismo a los trabajadores de las contratas que colaboran con los procesos de la empresa y además aquellas personas que ingresan en calidad de visita con autorización previa.

V. OBJETIVOS

5.1. OBJETIVO GENERAL

- Promover el buen estado de salud de los trabajadores a través de la Gestión de Salud Ocupacional de la empresa DHAR SOLUTION SAC.

5.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar Factores de Riesgo Ocupacionales, con la finalidad de poner en práctica las medidas de control pertinentes para evitar efectos en la salud de los colaboradores.
- Gestionar la Monitoreos Ocupacionales anuales que identifiquen los factores de riesgo a los cuales están expuesto los colaboradores durante sus actividades e implementar acciones para mitigar los mismos.
- Desarrollar actividades de Vigilancia Médico Ocupacional a través de la realización y entrega de exámenes ocupacionales de ingreso, periódicos y de retiro, preservando la Confidencialidad del Acto Médico.

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

- Gestionar y desarrollar actividad educativa en temas relacionados a salud ocupacional que contribuyan en la formación preventiva de los colaboradores, fomentando su participación activa y puesta en práctica.
- Gestionar programas de salud de acuerdo a los resultados de los exámenes Médicos ocupacionales y otras actividades propias del área.
- Detectar daños según enfermedades profesionales relacionado con el trabajo.

VI. ASPECTOS LEGALES

- Ley N° 26842 “Ley General de Salud”
- Ley N° 26644 “Precisan el goce del derecho de descanso pre y post natal”
- Ley N° 29783 “Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo”.
- Ley N° 30222 “Ley que modifica la Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo”
- LEY N°31246 Ley que modifica la Ley 29783 Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo para garantizar el derecho de los trabajadores a la seguridad y la salud en el trabajo ante riesgo epidemiológico y sanitario.
- Ley N° 26790 “Ley de Modernización de Seguridad Social”
- Ley N° 27050 “Ley General de Persona con Discapacidad”
- Ley N° 28048 “Ley de Protección de la Mujer Gestante que realiza labores que pongan en riesgo su salud y/o el desarrollo normal del embrión y el feto”.
- Ley N° 28705, “Ley General para la Prevención y control de los riesgos del consumo del tabaco”
- Ley N° 31336, “Ley Nacional del Cáncer”
- Ley N° 30102 “Ley que dispone medidas preventivas contra los efectos nocivos para la salud por la exposición solar prolongada”
- D.S. 009-1997-SA “Reglamento de la Ley de Modernización de Seguridad Social”
- D.S. 005-2012-TR “Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo”.
- DS. N° 011-2019-TR, Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo para el Sector Construcción.
- D.S. N° 018-2022-TR, a aprueba los protocolos específicos para la vigilancia de la salud de los/las trabajadores/as del sector construcción
- R.M. N° 312-2011/MINSA “Protocolos de Exámenes Médico Ocupacionales y Guías de Diagnóstico de los Exámenes Médicos Obligatorios por Actividad”.
- R.M. N° 375-2008-TR “Norma Básica de Ergonomía y de Procedimiento de Evaluación de Riesgo Disergonómico”.
- R.M. 374-2008-TR “Listado de los agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales que generan riesgos para la salud de la mujer gestante y/o el desarrollo normal del embrión y el feto, sus correspondientes intensidades, concentraciones o niveles de presencia y

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

los períodos en los que afecta el embarazo; el listado de actividades, procesos, operaciones o labores, equipos o productos de alto riesgo; y los lineamientos para que las empresas puedan realizar la evaluación de sus riesgos”.

- NTS No. 068-MINSA/DGSP-V.1 “Norma técnica de Salud – Listado de Enfermedades Profesionales. Aprobado por Resolución Ministerial No.048-2008”
- RM 050-2013-TR. “Formatos referenciales del Sistema de Gestión”
- RM. N°159–2013–TR. “Guía de buenas prácticas en materia de igualdad y no discriminación en el acceso al empleo y la ocupación”.
- RM N° 111-2013-MEM-DM, Aprueban Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo con Electricidad – 2013
- RM N° 055-2020-TR Aprueban el documento denominado “Guía para la prevención del Coronavirus en el ámbito laboral”.
- RM N° 072-2020-TR Aprueban documento denominado “Guía para la aplicación del trabajo remoto”.
- RM N° 095-2020-MINAM Aprueban la actualización del Protocolo sanitario para la operación ante el COVID-19 del Servicio de Reciclaje.
- RM 0389-2020-MTC/01 Modifican Anexo I “Protocolo Sanitario Sectorial para la prevención del COVID-19, para los servicios de telecomunicaciones”.
- RD N°035-2020-INACAL/DN Aprueban Guía Peruana para medidas preventivas y de control para la protección ante el riesgo de exposición a COVID-19 en los lugares de trabajo. Directrices. 1ª Edición.
- ***RM N° 349-2024-MINSA, Directiva administrativa que establece las disposiciones para la Vigilancia, Prevención y Control de la Salud de los Trabajadores con riesgo de exposición al SARS-CoV-2.***
- RM N° 018-2022-MINSA Modificación del Documento Técnico: Manejo Ambulatorio de personas afectadas por la COVID-19 en el Perú, aprobado por Resolución Ministerial N° 834-2021-MINSA.

VII. DEFINICIONES

1) **Accidente de Trabajo:** Todo suceso repentino que sobrevenga por causa o como consecuencia del trabajo, y que produzca en el trabajador una lesión orgánica, una perturbación funcional, una invalidez o la muerte. Puede catalogarse como:

- **Accidente Leve:** Como resultado de la evaluación médica, el accidentado debe volver máximo al día siguiente a sus labores habituales.
- **Accidente Grave o Incapacitante:** Como resultado de la evaluación médica se determina que el accidente no es leve y recomienda que, el accidentado al día siguiente no asista al trabajo y continúe el tratamiento. El día de la ocurrencia de la lesión no se tomará en cuenta, para fines de información estadísticas. Los accidentes incapacitantes pueden ser:

Prohibida la Reproducción Total o Parcial de este documento sin la autorización de la Gerencia
TODA COPIA IMPRESA ES CONSIDERADA UNA COPIA NO CONTROLADA

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

- **Total Temporal:** Donde la lesión genera la imposibilidad de utilizar una determinada parte del organismo humano, hasta finalizar el tratamiento médico y volver a las labores habituales totalmente recuperado.
 - **Parcial Permanente:** Donde la lesión genera la pérdida parcial de un miembro o de las funciones del mismo.
 - **Total Permanente:** Donde la lesión genera la pérdida anatómica total de un miembro; se considera a partir de la pérdida del dedo meñique.
 - **Accidente Mortal:** Donde la lesión genera la muerte del trabajador, sin tomar en cuenta el tiempo transcurrido entre la fecha del accidente y el deceso. Para efecto de la estadística se debe considerar la fecha en que fallece.
- 2) **Auditoria:** Procedimiento sistemático, independiente y documentado para evaluar un Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.
 - 3) **Capacitación:** Actividad que consiste en instruir conocimientos teóricos y prácticos del trabajo a los participantes.
 - 4) **Cáncer:** Enfermedad que se presenta cuando las células se multiplican sin control, caracterizada por Tumor maligno, duro o ulceroso, que tiende a invadir y destruir los tejidos orgánicos circundantes.
 - 5) **Causas de los Accidentes:** Criterios que permiten comprender las razones por las cuales ocurre un accidente. Se dividen en:
 - 6) **Falta de control:** Debido a fallas o debilidades en el control administrativo de la empresa.
 - 7) **Causas Básicas:** Debidas a factores personales y factores de trabajo:
 - 8) **Factores Personales.** - Todo lo relacionado al trabajador como persona (conocimientos experiencia, grado de fatiga o tensión, problemas físicos, fobias, etc.)
 - 9) **Factores del Trabajo.** - Todo lo relacionado al entorno del trabajo (equipos, materiales, ambiente, procedimiento comunicación, etc.)
 - 10) **Causas Inmediatas.** - Debidas a los actos y/o condiciones sub estándares:
 - 11) **Actos Sub estándares:** Toda acción o práctica incorrecta ejecutada por el trabajador que puede causar un accidente.
 - 12) **Condiciones Sub estándares:** Toda condición física en el entorno del trabajo que puede causar un accidente.
 - 13) **Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo:** Órgano paritario constituido por representantes del empleador y los trabajadores, con las facultades y obligaciones previstas por las normas vigentes, destinado a la consulta regular y periódica de las actuaciones de la empresa.
 - 14) **Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo:** Aquellos elementos, agentes o factores que tienen influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores. **Quedan específicamente incluidos en esta definición:**

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

- 15) **Condiciones de Salud:** El conjunto de variables objetivas de orden fisiológico, psicológico y sociocultural que determinan el perfil sociodemográfico y de morbilidad de la población trabajadora.
- 16) **Contaminación del Ambiente de Trabajo:** Es toda alteración del ambiente de trabajo, calidad del suelo, agua o aire a un nivel que puede afectar la salud y la integridad física de los trabajadores.
- 17) **Contratista:** Persona o empresa que presta servicios remunerados a un empleador con especificaciones, plazos y condiciones convenidos.
- 18) **Control de Riesgos:** Es el proceso de toma de decisión, mediante la información obtenida en la evaluación de riesgos, para tratar y/o reducir los riesgos, para implantar las medidas correctoras, exigir su cumplimiento y la evaluación periódica de su eficacia.
- 19) **Cultura de Seguridad o Cultura de Prevención:** Conjunto de valores, principios y normas de comportamiento y conocimiento que comparten los miembros de una organización, con respecto a la prevención de incidentes, accidentes de trabajo y enfermedades ocupacionales.
- 20) **Emergencia:** Evento no deseado que se presenta debido a factores naturales o como consecuencia de accidentes de trabajo, tales como: incendios, explosiones, sismos, deslizamientos, accidentes de tránsito, entre otros.
- 21) **Enfermedad Profesional:** Todo estado patológico temporal o permanente que resulte como consecuencia directa y obligada de la clase de trabajo que desempeña el trabajador, o el medio en que se ha visto obligado a trabajar, y que haya sido determinada como Enfermedad Profesional por el Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo.
- 22) **Empleador:** Toda persona natural o jurídica que emplea a uno o varios trabajadores.
- 23) **Entidades Públicas competentes en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo:** Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo, Salud, Energía y Minas, Producción, Transportes y Comunicaciones, Vivienda y Construcción, Agricultura, Es Salud y otras que la Ley señale.
- 24) **Equipos de Protección Personal:** Los dispositivos específicos destinados a ser utilizados adecuadamente por el trabajador para que le protejan de uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad o salud en el trabajo.
- 25) **Ergonomía:** Llamada también ingeniería humana, es la ciencia que busca optimizar la interacción entre el trabajador, máquina y ambiente de trabajo con el fin de adecuar los puestos, ambientes y la organización del trabajo a las capacidades y limitaciones de los trabajadores, con el fin de minimizar el estrés y la fatiga y con ello incrementar el rendimiento y la seguridad del trabajador.
- 26) **Evaluación de riesgos:** Proceso mediante el cual se establece la probabilidad y la gravedad de que los peligros identificados se manifiesten, obteniéndose la información necesaria para que la empresa esté en condiciones de tomar una decisión apropiada sobre la oportunidad y el tipo de acciones preventivas que deben adoptarse.
- 27) **Exámenes Médicos Ocupacionales:**
 - **Ingreso:** Son evaluaciones médicas que se realizan al trabajador antes de que éste sea admitido en un puesto de trabajo que entrañe riesgos para su salud. Tiene por objeto

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

determinar el estado de salud al momento del ingreso y su aptitud para el puesto de trabajo.

- **Periódicos:** Son evaluaciones médicas que se realizan al trabajador durante la vigencia del vínculo laboral. Estos exámenes tienen por objeto la detección precoz de patologías ocupacionales y la promoción de la salud. Asimismo, permiten definir la eficiencia de las medidas preventivas y de control que se toman y el impacto de éstas, así como la reorientación de dichas medidas.
- **De Retiro:** Son evaluaciones médicas realizadas al trabajador una vez concluido el vínculo laboral. Mediante estos exámenes se busca detectar enfermedades ocupacionales y comunes, secuelas de accidentes de trabajo y en general lo agravado por el trabajo.

28) **Exposición:** Interacción del trabajador y las condiciones de trabajo en un determinado Puesto y/o Área Laboral.

29) **Factor de Riesgo:** Se denomina factor de riesgo a la existencia de elementos, fenómenos, acciones ambientales o humanas, que conllevan una capacidad potencial de producir lesiones o daños materiales, y cuya probabilidad de ocurrencia depende del control o eliminación del elemento agresor.

Los factores de riesgo se agrupan principalmente en:

- **Físicos:** Vibraciones, ruido, temperaturas extremas, humedad, radiaciones ionizantes y no ionizantes, iluminación inadecuada.
- **Químicos:** Gases, humos, rocíos, neblinas, aerosoles, vapores, fibras o polvos
- **Biológicos:** Bacterias, virus, hongos, etc.
- **Disergonómicos:** Posturas inadecuadas, sobreesfuerzos físicos, movimientos inapropiados, mobiliario inadecuado, pantallas de visualización mal ubicadas, trabajos prolongados de pie.
- **Psicosociales:** Horarios de trabajo inadecuados, turnos de trabajo, fallas de inducción o entrenamiento, incentivos por producción, cargas de trabajo excesivo, falta de autonomía en el trabajo, organización defectuosa del trabajo.
- **Locativos:** Se dividen en: Mecánicos, Eléctricos, Estructurales

30) **Gestión de Riesgos:** Es el procedimiento, que permite una vez caracterizado el riesgo, la aplicación de las medidas más adecuadas para reducir al mínimo los riesgos determinados y mitigar sus efectos, al tiempo que se obtienen los resultados esperados. En orden de priorización de controles se tiene:

- Eliminación
- Sustitución
- Controles de Ingeniería
- Controles Administrativos
- Equipos de Protección Personal

31) **Higiene Ocupacional:** La Higiene Industrial es la rama de la ciencia que tiene como finalidad la identificación, evaluación, reconocimiento y control de los factores de riesgo presentes en el ambiente laboral, con la finalidad de evitar el desarrollo de enfermedades Ocupacionales.

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

32) **Identificación de Peligros:** Proceso mediante el cual se reconoce que existe un peligro y se definen sus características.

33) **Incidente:** Suceso acaecido en el curso del trabajo o en relación con el trabajo, en el que la persona afectada no sufre lesiones corporales, o en el que éstas sólo requieren cuidados de primeros auxilios.

34) **Incidente Peligroso:** Toda contingencia fácilmente reconocible, que puede causar lesiones o enfermedades a las personas en su trabajo, o a la población.

35) **Indicadores de Accidentes de Trabajo:**

- **Índice de Frecuencia (IF):** Número de accidentes fatales e incapacitantes por cada millón de horas-hombre trabajadas. Se calculará con la fórmula siguiente:

$$IF = \frac{N^{\circ} \text{ de accidentes} \times 1000000}{\text{Horas} - \text{hombre trabajadas}}$$

- **Índice de Gravedad (IG):** Número de días perdidos o su equivalente por cada millón de horas-hombre trabajadas. Se calculará con la fórmula siguiente:

$$IG = \frac{N^{\circ} \text{ de días perdidos} \times 1000000}{\text{Horas} - \text{hombre trabajadas}}$$

- **Índice de Accidentalidad (IA):** cantidad de accidentes incapacitantes y fatales por trabajador.

$$IA = \frac{IF \times IG}{1000}$$

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

- 36) **Inspección:** Proceso de observación metódica para identificar no conformidades con los estándares establecidos en relación a la Seguridad y Salud en el Trabajo.
- 37) **Lesión:** Daño físico u orgánico que sufre una persona como consecuencia de un accidente de trabajo o enfermedad ocupacional.
- 38) **Mapa de Riesgos:** Compendio de información organizada y sistematizada de una empresa sobre las amenazas, incidentes o actividades que son valoradas como riesgos para la operación segura de la empresa u organización.
- 39) **Medidas de Prevención:** Las acciones que se adoptan con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo, dirigidas a proteger la salud de los trabajadores contra aquellas condiciones de trabajo que generan daños que sean consecuencia, guarden relación o sobrevengan durante el cumplimiento de sus labores, medidas cuya implementación constituye una obligación y deber de parte de los empleadores
- 40) **Peligro:** Propiedad o característica intrínseca de algo capaz de ocasionar daños a las personas, equipo, procesos y/o medio ambiente.
- 41) **Persona con Discapacidad:** Es aquella que tiene una o más deficiencias evidenciadas con la pérdida significativa de alguna o algunas de sus funciones físicas, mentales o sensoriales, que impliquen la disminución o ausencia de la capacidad de realizar una actividad dentro de formas o márgenes considerados normales limitándola en el desempeño de un rol, función o ejercicio de actividades y oportunidades para participar equitativamente dentro de la sociedad.
- 42) **Productos de tabaco:** Productos preparados totalmente o en parte utilizando como materia prima hojas de tabaco y que están destinados a ser fumados, chupados, masticados o utilizados como rapé.
- 43) **Riesgo:** Probabilidad de que un peligro – bajo determinadas condiciones – produzca daños a las personas, equipos y al medio ambiente.
- 44) **Salud Ocupacional:** Rama de la Salud Pública que tiene como finalidad promover y mantener el mayor grado de bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las ocupaciones; prevenir todo daño a la salud causado por las condiciones de trabajo y por los factores de riesgo; y adecuar el trabajo al trabajador, atendiendo a sus aptitudes y capacidades.

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

- 45) **Servicio de Salud en el Trabajo:** Conjunto de dependencias de una empresa que tienen funciones esencialmente preventivas y que están encargadas de asesorar a los trabajadores y a los representantes de la empresa acerca de:
- Los requisitos necesarios para establecer y conservar un medio ambiente de trabajo seguro y sano que favorezca una salud física y mental óptima en relación con el trabajo.
 - La adaptación del trabajo a las capacidades de los trabajadores, habida cuenta de su estado de salud física y mental.
 - La vigilancia activa en salud ocupacional que involucra el reconocimiento de los riesgos, las evaluaciones ambientales y de salud del trabajador (médico, toxicológico, psicológico, etc.), y los registros necesarios (enfermedades, accidentes, ausentismo, etc.) entre otros.
 - Atención de urgencias y emergencias médicas
- 46) **Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo:** Conjunto de elementos interrelacionados o interactivos que tienen por objeto establecer una política y objetivos de seguridad y salud en el trabajo, y los mecanismos y acciones necesarios para alcanzar dichos objetivos, estando íntimamente relacionado con el concepto de responsabilidad social empresarial, en el orden de crear conciencia sobre el ofrecimiento de buenas condiciones laborales a los trabajadores.
- 47) **Trabajador:** Toda persona, que desempeña una actividad de manera regular o temporal por cuenta ajena y remunerada o de manera independiente o por cuenta propia.
- 48) **Vigilancia en Salud Ocupacional:** Conjunto de usuarios, normas, procedimientos y recursos organizados para la recopilación, análisis, interpretación y divulgación sistemática y oportuna de información sobre eventos de salud ocupacional.

VIII. ACTIVIDADES Y METAS

1.- Prevenir enfermedades ocupacionales y estados pre-patológicos

OBJETIVO ESTRATÉGICO	OBJETIVO ESPECIFICO	META	INDICADORES	RESPONSABLE
Promover el buen estado de salud de los trabajadores a través de la Gestión de Salud Ocupacional de la empresa DHAR SOLUTION SAC.	Identificar Factores de Riesgo Ocupacionales	100%	$\frac{N^{\circ} \text{ de IPER actualizadas}}{N^{\circ} \text{ de IPER programadas para act.}} \times 100$	Salud Ocupacional
	Gestionar Monitoreos ocupacionales anuales	80%	$\frac{N^{\circ} \text{ de monitoreos ejecutados}}{N^{\circ} \text{ de monitoreos programados}} \times 100$	SSOMA / SIG / Salud Ocupacional
	Desarrollar Actividades de Vigilancia Ocupacional mediante la Realización y Entrega de Informe Médico Ocupacional	90%	$\frac{N^{\circ} \text{ de EMOs realizados}}{N^{\circ} \text{ de EMOs programados}} \times 100$ $\frac{N^{\circ} \text{ de registro de entregas EMOs}}{N^{\circ} \text{ de EMOs realizados}} \times 100$	Salud Ocupacional
	Gestionar y Desarrollar actividad educativa en temas relacionados a salud ocupacional	90%	$\frac{N^{\circ} \text{ de Inducciones ejecutadas}}{N^{\circ} \text{ de colaboradores ingresantes}} \times 100$ $\frac{N^{\circ} \text{ de capacitaciones ejecutadas}}{N^{\circ} \text{ de capacitaciones programadas}} \times 100$	Salud Ocupacional
	Gestionar programas de Salud Ocupacional	80%	$\frac{N^{\circ} \text{ de actividades ejecutadas}}{N^{\circ} \text{ de actividades programadas}} \times 100$	Salud Ocupacional
	Detectar daños según enfermedades profesionales relacionado con el trabajo	100%	$\frac{N^{\circ} \text{ de enfermedades ocupacionales}}{N^{\circ} \text{ de registro enfermedad ocupacional}} \times 100$	Salud Ocupacional

Nota: CSST: Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo

Prohibida la Reproducción Total o Parcial de este documento sin la autorización de la Gerencia
TODA COPIA IMPRESA ES CONSIDERADA UNA COPIA NO CONTROLADA

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

IX. CAPACITACIÓN EN TEMAS RELACIONADOS A SALUD OCUPACIONAL

El objetivo principal, es sensibilizar a los trabajadores sobre los riesgos a los que están expuestos durante el desarrollo de sus actividades y brindar las herramientas/medios necesarios para hacer frente a estos. Cumplir con la Ley N° 29783 de Seguridad y Salud en el Trabajo, y su Reglamento D.S N° 005-2012-TR y demás modificatorias.

Nro	ACTIVIDADES	OBJETIVO ESPECIFICO	DIRIGIDA	FECHA DE EJECUCIÓN
1	Inducción en Salud ocupacional	Sensibilizar al trabajador ingresante sobre la prevención de riesgos laborales.	A todo el personal ingresante	Mensual
2	Capacitación General: Prevención de COVID-19	Desarrollar actividad educativa preventivo promocional en temas relacionados a salud ocupacional.	Todos los Colaboradores	Febrero
3	Capacitación General: Importancia de la Vacunación contra COVID-19		Todos los Colaboradores	Febrero
4	Capacitación General: Hábitos de Vida saludables y/o Campaña de vida saludable		Todos los Colaboradores	Abril
5	Capacitación sobre Hipertensión y sus complicaciones		Todos los Colaboradores	Mayo
6	Capacitación General: Prevención de Salud Mental y Manejo de Estrés		Todos los Colaboradores	Octubre
7	Capacitación en Primeros Auxilios		Todos los Colaboradores	Abril
8	Capacitación en Gestación y Lactancia Materna		Mujeres en edad Fértil	Agosto
9	Capacitación en Prevención de trastorno músculo-esquelético		Todos los Colaboradores	Junio Setiembre
10	Capacitación en Prevención Solar		Todos los Colaboradores	Enero Febrero Marzo Diciembre
11	Capacitación en Prevención Auditiva		Todos los Colaboradores	Marzo
12	Capacitación en Prevención Oftalmológica		Todos los Colaboradores	Octubre

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

13	Capacitación en Diabetes y sus complicaciones		Todos los Colaboradores	Noviembre
Nro	ACTIVIDADES	OBJETIVO ESPECIFICO	DIRIGIDA	FECHA DE EJECUCIÓN
1	Tríptico sobre Actualización sobre COVID-19	Información de salud preventivo promocional en temas relacionados a salud ocupacional.	Todos los Colaboradores	Enero
2	Tríptico sobre Prevención Cáncer de mama		Colaborador sexo femenino	Octubre
3	Tríptico sobre Prevención Cáncer de Cuello Uterino		Colaborador sexo femenino	Marzo
4	Tríptico sobre Prevención Cáncer de Próstata		Colaborador sexo masculino	Noviembre
5	Tríptico sobre sobre Riesgos de Consumo de Tabaco		Todos los Colaboradores	Junio
6	Tríptico sobre sobre Personas con Discapacidad		Todos los Colaboradores	Octubre

X. PROGRAMAS DE SALUD OCUPACIONAL

Como parte de las actividades de prevención, se desarrollarán actividades específicas para mejorar el bienestar del personal, de acuerdo con las actividades y el desempeño de los trabajadores. Las actividades de los programas se establecerán dentro del Programa Anual de Salud Ocupacional, se realizará el seguimiento respectivo, con el uso de indicadores para la mejora de la gestión.

	ACTIVIDADES	OBJETIVO	DIRIGIDA	Frecuencia
1	Programa de Vida Saludable	Sensibilizar al colaborador para que lleve una vida saludable previniendo enfermedades crónicas	A todo los colaboradores con obesidad y/o dislipidemia	Anual
2	Programa Ergonomía Laboral	Sensibilizar sobre la importancia de la protección de patologías musculoesquelético	A todo el personal	Anual
3	Programa de Protección a la Mujer Gestante y Lactante	Sensibilizar a toda mujer en edad fértil sobre la gestación e importancia de la lactancia materna	A todo mujer en edad fértil	Anual

4	Programa de Prevención de Riesgo de Exposición Solar	Sensibilizar la importancia en temas de prevención por radiación solar	A todo el personal	Anual
5	Programa de Protección Auditiva	Sensibilizar la importancia en temas de prevención y conservación auditivo	A todo el personal	Anual
6	Programa de Protección Visual	Sensibilizar la importancia en temas de prevención y conservación visual	A todo el personal	Anual

XI. PRESUPUESTO

PRESUPUESTO ACTIVIDADES EN SALUD OCUPACIONAL 2024							
NRO.	DESCRIPCION / PROGRAMA	ACTIVIDAD	MATERIAL SOLICITADO	FECHA	PRECIO UNITARIO S/	CANTIDAD	PRECIO TOTAL S/
1	Programas Vida Saludable: Dislipidemia y Obesidad	Copias de tríptico	Tríptico	ABRIL	S/0.20	2000	S/400.00
2	Programas Vida Saludable: Dislipidemia y Obesidad	Realización de toma de pruebas	Tiras reactivas	ABRIL	S/500	3	S/1,500.00
3	Campaña de Vacunación	Campaña	Movilización de personal de salud	ABRIL	S/60	2	S/120.00
2	Programas Vida Saludable: Hipertensión	Copias de tríptico	Tríptico	MAYO	S/0.30	2000	S/600.00
3	Programa de Ergonomía: Pausas Activas	Copias de tríptico	Tríptico	MARZO	S/0.30	2000	S/600.00
4	Programa Protección Solar	Copias de tríptico	Tríptico	ENERO	S/0.30	2000	S/600.00
5	Programa Mujer Gestante y Lactante	Copias de tríptico	Tríptico	AGOSTO	S/0.30	2000	S/600.00
6	Programa Cáncer de mama	Copias de tríptico	Tríptico	OCTUBRE	S/0.30	2000	S/600.00
7	Programas Prevención Auditiva	Copias de tríptico	Tríptico	MARZO	S/0.30	2000	S/600.00
10	Campaña de Vida Saludable	Capacitación sobre Hipertensión	Compra de Frutas	ABRIL	S/0.50	100	S/50.00
11	Programa Ergonomía Laboral	Pausas Activas	Clowns para Dinámicas	SETIEMBRE	S/350.00	2	S/700.00
12	Prevención de Salud Mental	Capacitación	Pelotas Anti-Estrés	OCTUBRE	S/3.00	200	S/600.00
TOTAL							S/6,970.00

Prohibida la Reproducción Total o Parcial de este documento sin la autorización de la Gerencia
TODA COPIA IMPRESA ES CONSIDERADA UNA COPIA NO CONTROLADA

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

XII. RESPONSABILIDADES

Gerencia de la Empresa

- Asegurar todos los recursos necesarios, humanos y materiales, que posibiliten la implementación y ejecución de todas las actividades contenidas en el Plan Anual de salud Ocupacional.
- Liderar y hacer cumplir el contenido del programa, manifestando un compromiso visible con La prevención de enfermedades Ocupacionales.
- Garantizar la seguridad y la salud de los trabajadores en el desempeño de todos los aspectos relacionados con su labor

Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo

- Conocer los documentos e informes relativos a las condiciones de trabajo que sean necesarios para el cumplimiento de sus funciones, así como los procedentes de la actividad del servicio de seguridad y salud en el trabajo.
- Aprobar el Reglamento Interno de Seguridad y Salud del empleador.
- Aprobar el Programa Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Conocer y aprobar la Programación Anual del Servicio de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Participar en la elaboración, aprobación, puesta en práctica y evaluación de las políticas, planes y programas de promoción de la seguridad y salud en el trabajo, de la prevención de accidentes y enfermedades ocupacionales.
- Aprobar el plan anual de capacitaciones de los trabajadores sobre seguridad y salud en el trabajo.
- Promover que todos los nuevos trabajadores reciban una adecuada formación, instrucción y orientación sobre prevención de riesgos.
- Vigilar el cumplimiento de la legislación, las normas internas y las especificaciones técnicas del trabajo relacionadas con la seguridad y salud en el trabajo; así como el Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Realizar inspecciones periódicas en las áreas administrativas, áreas operativas, instalaciones, maquinaria y equipos, a fin de reforzar la gestión preventiva.
- Considerar las circunstancias e investigar las causas de todos los incidentes, accidentes y de las enfermedades ocupacionales que ocurran en el lugar de trabajo, emitiendo las recomendaciones respectivas para evitar la repetición de éstos.

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

- Verificar el cumplimiento y eficacia de sus recomendaciones para evitar la repetición de los accidentes y la ocurrencia de enfermedades profesionales.
- Dar recomendaciones apropiadas para el mejoramiento de las condiciones y el medio ambiente de trabajo, velar porque se lleven a cabo las medidas adoptadas y examinar su eficiencia.
- Analizar y emitir informes de las estadísticas de los incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales ocurridas en el lugar de trabajo, cuyo registro y evaluación deben ser constantemente actualizados por la unidad orgánica de seguridad y salud en el trabajo del empleador.
- Colaborar con los servicios médicos y de primeros auxilios.
- Supervisar los servicios de seguridad y salud en el trabajo y la asistencia y asesoramiento al empleador y al trabajador.
- Reportar a la máxima autoridad del empleador la siguiente información:
 - El accidente mortal o el incidente peligroso, de manera inmediata.
 - La investigación de cada accidente mortal y medidas correctivas adoptadas dentro de los diez (10) días de ocurrido.
 - Las estadísticas trimestrales de accidentes, incidentes y enfermedades ocupacionales.
 - Las actividades trimestrales del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Llevar en el libro de actas el control del cumplimiento de los acuerdos.

Trabajadores

- Cumplir con las normas de seguridad y salud establecidas en el Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo de DHAR SOLUTION SAC.
- Usar adecuadamente los equipos de protección personal que le fueren suministrados, los mismos que deberá cuidar y realizar el mantenimiento que tuviera lugar
- Realizarse los exámenes médicos ocupacionales que estén obligados por norma expresa, siempre y cuando, se garantice la confidencialidad del acto médico.
- Recoger los resultados del Examen Médico Ocupacional practicado y poner en práctica las recomendaciones establecidas en éste.
- Informar y/o reportar sobre los accidentes e incidentes que pudiera sufrir durante sus actividades laborales.
- Informar los peligros existentes en los lugares de trabajo y aportar sugerencias para su control.

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

- Realizar sus tareas de acuerdo a los procedimientos de trabajo establecidos, cuidando su salud y la de sus compañeros de trabajo.
- Participar activamente en las capacitaciones programadas.

Jefe de Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente

- Efectuar un acompañamiento permanente e intensivo, mediante el asesoramiento y la capacitación del personal sobre las actividades asociadas a los servicios, así como monitorear y realizar un seguimiento de la implementación del presente programa.
- Coordinar adecuada y oportunamente con el Servicio de Salud Ocupacional sobre las acciones Preventivo Promocionales que pudieran requerir dicha participación.

Médico Ocupacional

- Establecer, controlar y dirigir la realización de todos los procesos relacionados con la implementación y cumplimiento del PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL de la Empresa
- Realizar y/o coordinar el desarrollo de las actividades de Vigilancia Médico Ocupacional de los trabajadores de la Empresa.
- Desarrollar el Programa Anual de Salud Ocupacional, en coordinación con las áreas respectivas.
- Seguimiento permanente a los diagnósticos, recomendaciones y observaciones encontrados en la evaluación médica ocupacional realizada a los trabajadores.
- Realizar la evaluación médico ocupacional en los casos considerados como sospechoso, probable o confirmado de COVID-19
- Coordinar con el área respectiva sobre los casos que requieran controles específicos.
- Realizar la custodia de toda documentación del Programa de Vigilancia (incluye Exámenes Médico Ocupacionales) y mantener informada a la empresa sobre las conclusiones y recomendaciones necesarias de implementación de medidas preventivas.
- Coordinar las Capacitaciones en promoción de la salud y salud ocupacional.
- Realizar el Informe mensual con los resultados y avances del Programa de Salud Ocupacional en la empresa.
- Elaborar el Informe anual del Programa de Salud Ocupacional en la empresa.

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

- Participar en la valoración médica de los accidentes de trabajo, cuando corresponda.
- Elaborar los Protocolos de Examen Médico Ocupacional en base a la exposición laboral a los diferentes agentes ocupacionales
- Auditoría de exámenes médico ocupacionales

Enfermeras Ocupacionales

- Realizar las Inducciones de salud ocupacional
- Realizar actividades educativas presencial y/o virtualmente relacionadas a salud en general y generar las evidencias necesarias.
- Registro y seguimiento interdiario de los casos confirmados por COVID-19
- Ingresar el seguimiento y alta epidemiológica para la reincorporación al trabajo post COVID-19 al aplicativo SISCOVID
- Programar y Registrar los Exámenes Médicos Ocupacionales y
- Implementación de los programas ocupacionales
- Realizar el Triage a los colaboradores que requieran atención médica
- Acompañamiento en casos de accidentes o enfermedades ocupacionales cuando la asistente social no pueda realizarlo o el caso lo amerite.
- Apoyo al médico ocupacional y coordinaciones con SSOMA
- Enviar correos electrónicos para informar oportunamente de alguna información relevante en relación a salud ocupacional
- Seguimiento de las vacunas por COVID-19
- Otras indicado por el Médico Ocupacional

XIII. DESCRIPCIÓN DE LA ESTRATEGIA DE ACTIVIDADES

13.1. ESTRATEGIA ADMINISTRATIVA

	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	CODIGO VERSION FECHA PAGINA	SIG-PL-007 05 02/02/2024 1 de 19
---	--	--	---

Se identificará las patologías de alta y mediana complejidad para la referencia correspondiente, así como la atención de accidentes de trabajo, para lo cual se trabajará en equipo con los médicos Ocupacionales de los Proveedores de Salud.

Actualizar la base ocupacional de datos en un sistema electrónico (Macros).

Desarrollar y mantener actualizados los registros de enfermedades ocupacionales, accidentes de trabajo, descansos médicos y ausentismos por enfermedades en un sistema electrónico.

Elaborar indicadores con el objetivo de evaluar el sistema de gestión.

13.2. TIEMPO DE APLICACIÓN:

El presente plan de trabajo, a llevarse a cabo durante el año 2024 estará sujeto a variaciones propias de su aplicación y será evaluado al término del período.

13.3. RECURSO HUMANO PARA EL AREA DE SALUD OCUPACIONAL:

- Médico Ocupacional: 01
- Trabajadora Social: 01

APROBADO POR: GERENCIA GENERAL



DHAR SOLUTION SAC
LUPE MINCHAN ESTACIO