INSDEPORTES CAJICÁ	SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CAJICÁ SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO PLAN ANUAL DE TRABAJO		
CÓDIGO ADM-SST-PLA-001	VERSIÓN 4	FECHA 8/01/2026	PÁGINA 1 de 4

OBJETIVOS	METAS	DOCUMENTACIÓN	ACTIVIDAD	RESPONSABLE	RECURSOS	EVIDENCIA	ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE			
							1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
							P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E
POLITICA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO																																																						
Comunicar la Politica del SG-SST a los Colaboradores	Socializar la Politica del SG-SST y a los Colaboradores	Politica del SG-SST firmada por Representante Legal	Socializar la Politica del SG-SST con los colaboradores	Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	Registro de Asistencia							1																																										
IDENTIFICACIÓN DE PELIGROS, VALORACIÓN DE RIESGOS Y DETERMINACIÓN DE CONTROLES																																																						
• Identificar los peligros y valorar los riesgos presentes en las diferentes áreas, procesos y actividades del Instituto antes y después de las medidas de intervención y control. • Analizar las consecuencias y probabilidad antes de que los riesgos identificados se materialicen. • Priorizar los riesgos para implementar sistemas de control encaminados a su mitigación y mejora continua.	Identificar, evaluar y priorizar el 100 % de los peligros y riesgos presentes en las áreas, procesos y actividades del Instituto, actualizando anualmente la Matriz de Peligros y Valoración de Riesgos, socializando los peligros y controles a los colaboradores, e implementando medidas de intervención que permitan reducir los riesgos significativos a niveles aceptables, promoviendo la prevención, el control operativo y la mejora continua del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.	Guía de Gestión de Riesgos GTC 45 - Identificación de peligros, valoración y evaluación de riesgos	Actualización de la Matriz de Peligros y Valoración de Riesgos y Determinacion de controles	Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	Matriz de Peligros y Valoración de Riesgos y Determinacion de controles				1																																												
			Socializar los peligros a los colaboradores por procesos			Informe con registro fotografico, Registro de Asistencia						1																																											
			Socializar los controles operacionales de los peligros significativos SST a los colaboradores			Informe con registro fotografico, Registro de Asistencia								1																																								
INSTRUMENTO DE VERIFICACIÓN DE REQUISITOS LEGALES																																																						
Definir la metodología para identificar, registrar, acceder, actualizar, evaluar y comunicar al personal y demás partes interesadas, los requisitos legales aplicables al Sistema Integrado de Gestión de INSDEPORTES, y los requeridos para la planificación, derivados de la legislación y	Instrumentos actualizados para la identificación y evaluación de requisitos legales	Procedimiento Identificación y Evaluación de Requisitos Legales	Actualización de la Matriz Legal	Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	Matriz legal			1																																													
			Actualización del instrumento de verificación de requisitos legales.			Instrumentos de verificación de requisitos legales				1																																												
			Plan de acción, requisitos legales incumplidos (acciones de mejora)			Plan de acción con responsables, fechas de ejecución y seguimiento					1																																											
INSPECCIONES DE SEGURIDAD																																																						
Establecer un programa de inspecciones de vigilancia y control (inspecciones generales, a partes criticas, especiales)	90% de Inspecciones realizadas de acuerdo a la periocidad del Programa de Inspecciones de vigilancia y control	Programa de Inspecciones de Vigilancia y Control	Realizar las inspecciones de acuerdo a la periocidad del Programa (Mensual: Extintores y Gabinetes - bimestral: Botiquines y estaciones de emergencia, - Trimestral: condiciones de seguridad, - Cuatrimestral: vehiculos).	Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	Inspecciones de Vigilancia y Control (condiciones de seguridad, Botiquines y estaciones de emergencia Extintores, Gabinetes y Vehiculos)				1				1				1				1				1				1				1				1				1				1				1				1				1
			Verificación y actualizacion de la matriz de seguimiento a inspecciones			Matriz de seguimiento a inspecciones				1																					1																							1	
COMITÉ DE CONVIVENCIA LABORAL																																																						
Definir los pasos a seguir, para la Conformación y Funcionamiento del CCL	Conformación del CCL 4 actas de reunion/ año.	Guía de Conformación del Comité de Convivencia Laboral	Realizar convocatoria, elección y conformacion del CCL	Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	Resolución de conformacion del CCL						1																																										
			Realizar reuniones y reportar el acta trimestral			Acta de Reunión trimestral firmada por los integrantes del CCL										1											1													1											1				
			Participar en Investigaciones de quejas siobre acoso laboral.			Informes / Actas de reunion / Correos electronicos				1				1				1				1				1				1				1				1				1				1				1				1
PLAN DE PREPARACIÓN Y RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS																																																						
Definir procedimientos claros, precisos y únicos que junto con los planes de acción, permitan dar una respuesta oportuna ante cualquier amenaza que ponga en riesgo a los colaboradores y demás personas involucradas que se encuentren en las instalaciones del Instituto	*Planes de Emergencias *Simulacro anual *Brigaditas capacitados. *Trabajadores sensibilizados	Plan de Emergencias y Contingencia	Realizar un simulacro anual	Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	Plan de trabajo y evaluación del simulacro											1																									1												
			Capacitación a brigadistas			Informe con registro fotografico Formato Registro de Asistencia														1																																			
			Socialización del Plan de Emergencias y Contingencias a los Trabajadores			Informe con registro fotografico Formato Registro de Asistencia												1																																				
			Realizar prácticas en campo			Informe con registro fotografico Formato Registro de Asistencia																													1																				
INCIDENTES Y ACCIDENTES DE TRABAJO																																																						
Reportar e investigar incidentes y accidentes de trabajo, por medio de la implementación de planes de acción que permitan la eliminación de las causas evitando la repetición de accidentes de trabajo bajo las mismas circunstancias	Investigar el 100% de los accidentes e incidentes de trabajo que ocurran, de acuerdo a lo estipulado en el procedimiento para el reporte e investigación de incidentes y accidentes de trabajo.	Procedimiento para el reporte e Investigación de Incidentes y Accidentes de Trabajo.	Reporte e Investigación de Incidentes y Accidentes.	Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	FURAT, Formato de Investigacion de Incidentes y Accidentes de Trabajo				1				1				1				1				1				1				1				1				1				1				1				1
			Divulgación de lecciones aprendidas del incidente o accidente de trabajo ocurrido.			Informe con registro fotografico Formato Registro de Asistencia																									1																								
			Campañas de sensibilización y autocuidado según la matriz de identificación de peligros y la evaluación y valoración de riesgos y a la medición de los indicadores			Informe con registro fotografico Formato Registro de Asistencia																										1																						
			Reportar información para los indicadores de Accidentalidad (TA,IF,IS,ILI) y Condiciones inseguras.			Consolidado de Accidentes de Trabajo Reportados vs. Formato Consolidado de Condiciones Inseguras Reportadas																													1																				
			Generación de Acciones (AP y AC)			Informe con registro fotografico Matriz de seguimiento a planes de acción																																	1																
MEDICINA PREVENTIVA Y DEL TRABAJO																																																						
			Realizar programación de Exámenes médicos ocupacionales.	Responsable de RRHH		Contrato Proveedor																																																

Objetivo	Meta	Programa	Actividad	Responsable	Recursos	Evidencia
Prevenir y disminuir la ocurrencia de enfermedades laborales y/o enfermedades de origen común que puedan verse agravadas por la exposición a los peligros ocupacionales contribuyendo a la calidad de vida laboral y extralaboral de todos los trabajadores	Conocer las condiciones de salud y establecer la aptitud física y mental del 100% los trabajadores	Programa de Medicina Preventiva y del Trabajo	Realizar exámenes médicos ocupacionales (ingreso, egreso, periódicos, postincapacidad, valoraciones deportivas, Brigadistas).	Médico Laboral Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	Concepto Médico ocupacional de aptitud laboral
			Revisar de Conceptos médicos de Aptitud Laboral.	Responsable del SGSST		Conceptos Medicos de Aptitud Laboral / Acta de aplicación de recomendaciones
			Investigar y realizar seguimiento de casos de trabajadores que ingresan a procesos de calificación.			Matriz de Enfermedad Laboral y seguimiento de casos
			Análizar y realizar seguimiento a casos de Ausentismo por incapacidad Médica			Ausentismo Laboral / Informe de indicadores
			Seguimiento de casos de trabajadores que se encuentren con recomendaciones médico laborales y actualización de bases de datos.			Matriz de trabajadores con recomendaciones laborales y/o restriccciones /Acta de aplicación de recomendaciones
ACTIVIDADES DE PROMOCION Y PREVENCIÓN						
Promover la salud y prevenir la enfermedad en trabajadores	Realizar actividades de PyP relacionadas con las condiciones de salud de los trabajadores	Informe de condiciones de Salud y Programas de Vigilancia Epidemiològicos D.M.E, Psicosocial y Cardiovascular.	Definir Programas de PyP de acuerdo con los resultados y recomendaciones de los Informes de diagnóstico de salud.	Médico Laboral Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	Análisis Informe de Recomendaciones de Informe de Condiciones de Salud
			Implementar Programas de Vigilancia Epidemiológica Prevención de D.M.E-PSICOSOCIAL y CARDIOVASCULAR	Responsable del SGSST		Indicadores SG-SST
PVE PARA LA PREVENCIÓN DE DESORDENES MUSCULO ESQUELETICOS						
SITUACIONES DE TRABAJO						
CONDICIONES DE SALUD OSTEOMUSCULAR						
Identificar precozmente efectos hacia la salud derivados de la exposiciòn a Peligro Biomecánico en los ambientes de trabajo y evaluar la eficacia de las medidas de prevención y control y desarrollar acciones de vigilancia de la salud de los trabajadores.	Desarrollar actividades de Intervención que prevengan Desórdenes Osteomusculares al 100% de la población trabajadora	Programa Vigilancia Epidemiológico para la Prevención de Desordenes Musculoesqueléticos.	Realizar seguimiento a Controles en Puesto de Trabajo.	Asesor POSITIVA ARL Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	Inspeccion e Indicadores SG-SST
			Realizar Gestión a recomendaciones controles I.P.T			Correo electrónico
			Actualizar Base de Recomendaciones Controles I.P.T			Base de datos
			Flayer Higiene Postural			Programación e invitación - Registro de Asistencia
			Flayer Manejo seguro de cargas			
			Pausas Activas Fisicas y cognitivas			
			Realizar talleres ATM y Cuello			
			Realizar Talleres MMSS			
			Realizar Talleres Espalda			
			Realizar Talleres MMII			
			Realizar medicion del desempeño del Programa.	Responsable del SGSST		Informe - Indicadores del PVE
PVE PARA LA PREVENCION DE RIESGO PSICOSOCIAL						
PSICOSOCIAL (INTERVENCIONES GRUPALES E INDIVIDUALES)						
Identificar, evaluar, prevenir y controlar los factores de riesgo psicosocial que se presenten durante ejecución de las labores de todos los rabajadores. Con el fin de mitigar el impacto en la salud mental y física de los colaboradores.	Óptimos resultados por medidas de intervención y control	Programa de Vigilancia Epidemiologica Ocupacional de Prevención del Riesgo Psicosocial	Realización de talleres de intervención grupal por áreas: Inteligencia Emocional, Manejo del tiempo y comunicación.	Asesor POSITIVA ARL Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	Registro de Asistencia
			Realización de talleres de intervención grupal por áreass: Resiliencia, Bournot y desarrollo de la autoeficacia.			Registro de Asistencia
			Realización de intervenciones psicosociales individuales identificadas por nivel de riesgo			Registro de Asistencia
			Seguimiento y acompañamiento a casos particulares: diagnosticados, voluntarios, casos de seguimiento recomendaciones médico laborales de origen mental			Registro de Asistencia
			Realizar medicion del desempeño del Programa			Informe final
PREVENCION DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y OTRAS SUSTANCIAS PSICOACTIVAS						
Establecer directrices para prevenir y controlar el consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas en la población trabajadora, evitando efectos negativos en la salud y el entorno laboral de los colaboradores	Trabajadores Sensibilizados	Programa de Prevención de Consumo de Alcohol, Tabaco y otras Sustancias Psicoactivas	Realizar sensibilizaciones en Prevención de Consumo de Alcohol, Tabaco y Otras Sustancias Psicoactivas.	Responsable del SGSST	Recursos humanos, técnicos y financieros necesarios para la ejecución de cada actividad.	Informe con registro fotografico Formato Registro de Asistencia

Programación (S = semana):

Actividad	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
Realizar exámenes médicos ocupacionales												
Revisar de Conceptos médicos de Aptitud Laboral	S2: 1; S4: 1											
Investigar y realizar seguimiento de casos		S2: 1										
Ausentismo por incapacidad Médica			S1: 1			S1: 1			S1: 1			S1: 1
Seguimiento de casos con recomendaciones				S1: 1								
Definir Programas de PyP		S1: 1										
Implementar Programas de Vigilancia Epidemiológica			S2: 1									
Realizar seguimiento a Controles en Puesto de Trabajo					S1: 1							
Realizar Gestión a recomendaciones controles I.P.T					S3: 1							
Actualizar Base de Recomendaciones Controles I.P.T					S4: 1							
Flayer Higiene Postural		S2: 1										
Flayer Manejo seguro de cargas				S2: 1								
Pausas Activas Fisicas y cognitivas		S1–S4: 1 1 1 1	S1–S4: 1 1 1 1	S1–S4: 1 1 1 1	S1–S4: 1 1 1 1	S1–S4: 1 1 1 1	S1–S4: 1 1 1 1	S1–S4: 1 1 1 1	S1–S4: 1 1 1 1	S1–S4: 1 1 1 1	S1–S4: 1 1 1 1	S1–S4: 1 1 1 1
Realizar talleres ATM y Cuello						S2: 1						
Realizar Talleres MMSS								S2: 1				
Realizar Talleres Espalda										S2: 1		
Realizar Talleres MMII												S2: 1
Realizar medicion del desempeño del Programa (PVE DME)												S2: 1
Talleres: Inteligencia Emocional, Manejo del tiempo y comunicación		S4: 1										
Talleres: Resiliencia, Bournot y autoeficacia				S4: 1								
Intervenciones psicosociales individuales						S4: 1						
Seguimiento y acompañamiento a casos particulares		S4: 1	S4: 1	S4: 1	S4: 1	S4: 1	S4: 1	S4: 1	S4: 1	S4: 1	S4: 1	
Realizar medicion del desempeño del Programa (Psicosocial)											S4: 1	
Realizar sensibilizaciones en Prevención de Consumo de Alcohol, Tabaco y Otras Sustancias Psicoactivas				S3: 1								
% CUMPLIMIENTO	0 0 / 1 0 / 1 0 / 7 0 — 0% 0% 0% 0%	4 0 / 5 0 / 2 0 / 6 0 — 0% 0% 0% 0%	2 0 / 3 0 / 2 0 / 6 0 — 0% 0% 0% 0%	3 0 / 2 0 / 2 0 / 6 0 — 0% 0% 0% 0%	2 0 / 1 0 / 2 0 / 6 0 — 0% 0% 0% 0%	2 0 / 3 0 / 1 0 / 8 0 — 0% 0% 0% 0%	2 0 / 1 0 / 1 0 / 5 0 — 0% 0% 0% 0%	3 0 / 2 0 / 1 0 / 5 0 — 0% 0% 0% 0%	3 0 / 2 0 / 1 0 / 5 0 — 0% 0% 0% 0%	2 0 / 2 0 / 1 0 / 5 0 — 0% 0% 0% 0%	1 0 / 1 0 / 1 0 / 6 0 — 0% 0% 0% 0%	2 0 / 4 0 / 1 0 / 5 0 — 0% 0% 0% 0%
TOTALES	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%

CONTROL DE CAMBIOS

CONTROL DE CAMBIOS

Fecha	Versión	Tipo de Cambio
2/06/2021	1	Cambio en la firma de REVISÓ, por cambio del area administrativa
23/01/2024	2	Cambio cuadro de firmas por cambio de administración
21/01/2025	3	Actualización donde se incluye el PESV
8/01/2026	4	Actualización del plan de capcitaciones y cambio en el formato con indicadores incluidos

TABLA DE CONTROL DOCUMENTAL

Proyectó	Tania Valentina Paz Romero	Seguridad y Salud en el Trabajo
Revisó	Roxan Elena Gonzalez Tapia	Gestión Jurídica
Revisó	Laura Daniela Ballén Moreno	Gestión Administrativa
Revisó	Duvan Alejandro Lopez Calderon	Director

LOS FIRMANTES, MANIFESTAMOS EXPRESAMENTE QUE HEMOS ESTUDIADO Y REVISADO EL PRESENTE DOCUMENTO, Y POR ENCONTRARLO AJUSTADO A LA DISPOSICIONES CONSTITUCIONALES, LEGALES Y REGLAMENTARIAS VIGENTES, LO PRESENTAMOS PARA SU FIRMA BAJO NUESTRA RESPONSABILIDAD.