

Clínica de Seguridad y Salud Ocupacional  
Actividades Realizadas  
Mayo 2023

**Objetivo:**

1-Dar un Diagnóstico y seguimiento de pacientes con enfermedades respiratorias.

2-La Espirómetros **Post COVID-19**, puede ayudarnos a evaluar la función pulmonar, ya que a pesar de haber tenido síntomas leves, los pulmones pueden estar afectados.

**Beneficios de la Espirómetros portátil**

El hecho de realizar a cabo las pruebas de Espirómetros en la Clínica de Seguridad y Salud Ocupacional nos permite realizar un seguimiento de la función respiratoria de nuestros trabajadores durante la fase aguda de la COVID-19 o una vez pasada la enfermedad. Asimismo, se identifica rápidamente a los pacientes que han contraído la COVID persistente, lo cual permite iniciar el tratamiento de inmediato. El equipo de Espirómetros portátil que contamos, nos permiten llevar a cabo pruebas pulmonares a los trabajadores, que presentan síntomas de EPOC o de otras enfermedades distintas de la COVID-19, que requieren un diagnóstico y un tratamiento rápidos y una supervisión constante.

**Propósito:**

El propósito de la Clínica de Salud y Seguridad Ocupacional es fortalecer los programas de prevención y evaluar mediante un abordaje práctico, que nos ayuda en el seguimiento y control del trabajador, nos acogemos al reglamento interno de la institución y a la Norma ISO 45001. Donde se hace referencia a: Solicitar al ingreso del trabajador un reconocimiento médico para comprobar que no padece enfermedades de ningún tipo que pueda llevar al detrimento de su salud y bienestar laboral, en la cual incluye a la Espirómetros como uno de los parámetros.

**Finalidad:**

Medir qué tan bien están funcionando los pulmones, y medir el flujo de aire que entra y sale de los pulmones.

**ACTIVIDADES DE PROMOCION Y PREVENCION**

Actividades realizadas	Total
Inducción Específica a los trabajadores del Gorgas	5
Cumplimiento de los Estilos de vida Saludable: Capacitación a Líderes por Departamentos de las Pausas Activas	12
Seguimiento de los informe de Valoración de Aptitud Laboral CSS	5
Captación de exámenes	15
consultas	38
Pruebas de Espirómetrías	15
Reintegro laboral	1
Evaluación Pre laboral	2
Accidente laboral	1
Docencias Y Orientación in situ	P R N
Apoyo al proyecto de nutrición	Colaboramos: personal Médico/Enfermería
Control de peso	6
Control de toma de presión arterial	15
I M C	2
Murales educativos	2
Reuniones administrativas	8
Planificación de actividades	5

Consulta por Morbilidad	5
Registros de accidente laboral	1
Lectura de Exámenes Médicos y Evaluación Médica	5
Toma de Hisopado	9
Casos positivos	5
Inmunizaciones ( reclutamiento, 1ra, 2da dosis, 3ra dosis y refuerzos)	10 dosis
Recetas Médica	6
Referencias médicas	3

## Acciones

### Prueba de Espirómetrías

- ✓ No requiere ayuno, puede comer liviano por lo menos una hora antes de la prueba.
- ✓ No tome bebidas con cafeína (té, café o cola)
- ✓ No use sus inhaladores el día de la prueba, tráigalos para utilizarlos durante la actividad bajo orientación de los profesionales.
- ✓ No fume en las horas previas a la realización de la prueba.
- ✓ No utilice ropa demasiado ajustada
- ✓ (Sostenes, corbatas, etc.)
- ✓ Asista con ropa y zapatos cómodos

**CUESTIONARIO PREVIO A LA REALIZACIÓN DE ESPIROMETRÍA**

NOMBRE \_\_\_\_\_ CED \_\_\_\_\_

EDAD \_\_\_\_\_ PESO \_\_\_\_\_ TALLA \_\_\_\_\_

**PREGUNTAS PARA TODOS LOS CANDIDATOS A ESPIROMETRÍA (RELACIONADAS A CRITERIOS DE EXCLUSIÓN)**

1. ¿Tuvo desprendimiento de retina o una operación de los ojos, tórax o abdomen en los últimos 3 meses? \_\_\_si \_\_\_no
2. ¿Ha tenido algún ataque cardiaco o infarto al corazón en los últimos 3 meses? \_\_\_si \_\_\_no
3. ¿Ha estado hospitalizado (a) por cualquier otro problema del corazón en los últimos 3 meses? \_\_\_si \_\_\_no
4. ¿Está usando medicamentos para la tuberculosis en este momento? \_\_\_si \_\_\_no
5. En caso de ser mujer: ¿está usted embarazada? \_\_\_si \_\_\_no

**OTRAS CONDICIONES**

- |                           |       |       |
|---------------------------|-------|-------|
| 6. HEMOPTISIS             | SI___ | NO___ |
| 7. NEUMOTÓRAX             | SI___ | NO___ |
| 8. TRAQUEOSTOMÍA          | SI___ | NO___ |
| 9. TUBO PLEURAL           | SI___ | NO___ |
| 10. ANEURISMAS            | SI___ | NO___ |
| 11. EMBOLIA PULMONAR      | SI___ | NO___ |
| 12. INFARTO RECIENTE      | SI___ | NO___ |
| 13. INESTABILIDAD CV      | SI___ | NO___ |
| 14. FIEBRE NAUSEAS VOMITO | SI___ | NO___ |

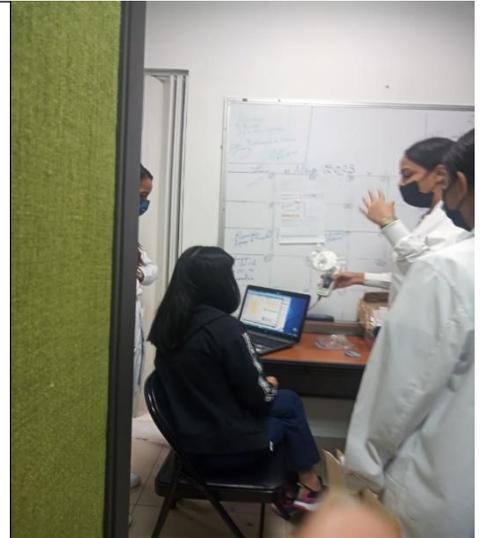
**PREGUNTAS PARA TODOS LOS ENTREVISTADOS QUE NO TIENEN LOS CRITERIOS DE EXCLUSIÓN Y QUE POR LO TANTO DEBEN HACER LA ESPIROMETRÍA**

1. ¿Tuvo una infección respiratoria (resfriado) en las últimas 3 semanas? SI\_\_\_ NO\_\_\_
2. ¿Tuvo una infección en el oído las últimas 3 semanas? SI\_\_\_ NO\_\_\_
3. ¿Usó inhaladores o nebulizaciones con broncodilatadores en las últimas 3 horas?
4. ¿Ha usado algún medicamento broncodilatador en las últimas 8 horas? SI\_\_\_ NO\_\_\_
5. ¿Fumó (cualquier tipo de cigarro), en las últimas 2 horas? SI\_\_\_ NO\_\_\_
6. Realizó algún ejercicio físico fuerte (¿gimnasia, caminata o trotar, en la última hora? SI\_\_\_ NO\_\_\_
7. ¿Comió en la última hora? SI\_\_\_ NO\_\_\_

## Actividades de promoción y Prevención Prueba de Espirometría



La Espirometría es la técnica de exploración de la función respiratoria que mide los flujos y los volúmenes respiratorios útiles para el diagnóstico y el seguimiento de patologías respiratorias



## Capacitación Pausas Activas Líderes por Departamentos



Las pausas activas por ejemplo son actividades o ejercicios cortos que nos ayudan en el ambiente laboral, aliviando la fatiga física y mental.

Cada colaborador debe destinar diariamente un espacio para relajarse, descansar de las posiciones repetitivas y liberar estrés, así podrá evitar todo tipo de enfermedades, mejorar su productividad y ser más Feliz en su labor diaria.

A continuación, mostramos algunos líderes, capacitándose de los diferentes estiramientos que se pueden realizar con las pausas, activas Disminución de riesgos que produzca Enfermedades profesionales.