

Clínica de Salud y Seguridad Ocupacional

Informe agosto 2025

Priorizando la Lactancia Materna en el ICGES: Hacia sistema de apoyo.

Todos los de agosto, actividades está sensibilizar relevancia buena garantizar niñas a este



años, durante la primera semana Continuamos fortaleciendo las de promoción. Nuestro objetivo encaminado de informar y a la comunidad Gorgas, sobre la de esta práctica como parte de una nutrición, en las acciones para el derecho de mujeres, niños y acceder al ejercicio saludable de alimento universal

La lactancia

materna salva vidas

Las madres lactantes tienen derechos garantizados por Ley y por el Código de Trabajo. La Ley 135 del 23 de marzo de 2020, reformó la Ley 50 de 1995 que protege y fomenta la lactancia materna:

1. La leche materna es el mejor y único alimento que debe recibir todo bebé durante sus primeros 6 meses de vida.
2. Damos a conocer los derechos; reciben la debida orientación antes de salir de licencia
3. Toda madre en período de lactancia deberá disponer de un espacio adecuado en su lugar de trabajo público o privado para la extracción, conservación de la leche materna, o si fuera posible, para que pueda amamantar a su hijo hasta los doce meses de edad.
4. Contamos con una sala de lactancia que permita extraer su leche materna cómodamente y conservarla bajo las condiciones óptimas hasta el final de su jornada de laboral.
5. Toda madre que amamante y que trabaje tiene derecho a tiempo dentro de su jornada laboral para extraerse leche materna y almacenarla adecuadamente.



¿Sabías que un bebé que se alimenta exclusivamente de leche materna durante sus primeros seis meses de vida tiene mayores probabilidades de sobrevivir que uno que no es amamantado?



TAREAS	TOTAL
Vacunas aplicadas	
<ul style="list-style-type: none"> • Td • Hep A • Tdap (embarazadas y los cuidadores del BB) 	<p>10</p> <p>5</p> <p>8</p>
Cierre de no conformidad (Auditados)	Pendiente el cintillo
Evaluación Pre Laboral	3
Control de Cita	8
Cifras de morbilidad	33
Control de peso (citados cada 15 días) y meta de peso	35
Control de toma de presión arterial	46
Aplicación de terapia	3
<ul style="list-style-type: none"> • compresas frías • compresa de calor 	2

<ul style="list-style-type: none"> Inhaloterapias inyectables I.M 	<p>1</p> <p>5</p>
Toma de EKG	3
Toma de Glicemia Capilar	15
Consejería	P R N
Entrega de solicitudes de laboratorios	10
Reuniones Administrativa	0
Evaluación de exámenes	10
impulsamos la Lactancia Materna / actores y apoyo Institucional	P R N
Referencia médica: (trabajadores)	
Optometría	N/A
Oftalmología	
Mamografía	
P S A	
Urgencia	
Audiometría	
Entrega de Solicitud de Rx	3
Lavado de manos	Trabajando en adquirir una cultura

Reuniones de seguimiento :

- ✓ Acciones correctivas de los registros de vacunas aplicadas a los trabajadores

diarias /semanales

- ✓ Revisión del Programa de Inmunización en los protocolos de SSO

- ✓ Revisión del plan de SST

P R N

Buscamos mejorar el bienestar de los trabajadores, enfocado en la prevención médica y el programa se enfoca en la prevención de accidentes y enfermedades laborales

Rondas de Estilos de vida Saludables :

- Loncheras
- zumos
- frutas

estas actividades son realizadas en actividad realizada en el edificio principal, puesto de trabajo

Fortaleciendo una cultura en el entorno laboral

ACTUACIONES PREVENTIVAS aplicadas en el entorno Laboral:

Me dirijo a usted para destacar la importancia de las actuaciones preventivas en nuestro entorno, las cuales son fundamentales para anticipar, identificar, eliminar o reducir riesgos y peligros antes de que causen accidentes, enfermedades o daños. Estas medidas se aplican en diversos ámbitos, especialmente en el laboral, para proteger la salud de todos nuestros trabajadores.

En línea con esto, se ha estado trabajando en diversas iniciativas clave:

- Planificación y seguimiento de las actividades preventivas: **PASAPORTE PARA UNA VIDA SALUDABLE**. Este programa busca fomentar hábitos saludables y promover la conciencia sobre la prevención en el día a día.
- Acciones en la atención de los trabajadores, unidos al plan de acción de la OPS contrayendo puentes para detener la **obesidad**.
- Estamos implementando acciones específicas para abordar la obesidad, en colaboración con las directrices de la OPS.
- . Prevención y control de la obesidad en el ICGES. Se están desarrollando estrategias y programas dedicados a la prevención y el control de la obesidad dentro de nuestra institución.
- Continuamos promoviendo: Incentivando los hábitos de Estilos de Vida Saludables, Rondas y viernes Saludables entre todos.

CAPACITACIÓN:

**Participación
Ministerio de
Territorial**
Activas en los

para la
Atención

Simposio



**como facilitadora al
Vivienda y Ordenamiento**
“Importancia de las Pausas
Puestos de Trabajo”

1. Herramienta informada evidencia para **Mejorar de las ENT**
2. Participación del 4to “Administrativo y de Recursos Humanos, Gorgas 2025”
3. Participación en el Lanzamiento de la campaña de vacunación contra el Virus Sincitial Respiratorio, nos mantenemos

actualizado en el Programa Ampliado de Inmunización

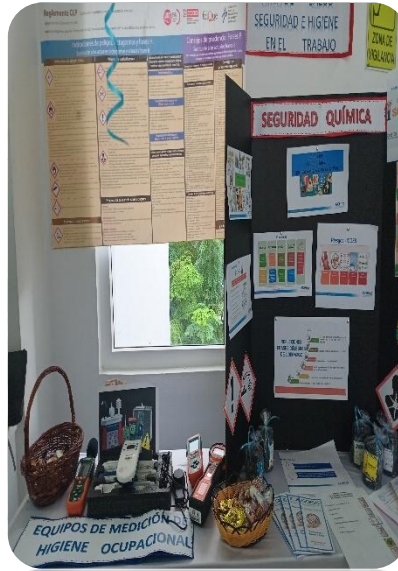
ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD EN EL ENTORNO LABORAL:

PROGRAMA ESTILO DE VIDA SALUDABLE, llevado en la Clínica de Seguridad y Salud Ocupacional, Promovemos el autocuidado, en los trabajadores del Gorgas, significa que los trabajadores adquieran conocimientos, desarrollen herramientas y estrategias que les permitan resolver los problemas cotidianos, controlar el estrés e identificar señales que pueden desencadenar una crisis de salud mentales **ofrecemos consejos para Auto cuidarse:**

- Control de IMC
- Plato saludables
- Gimnasia Laboral
- Ejercicios
- Dormir 8 horas

Participar en las actividades Docente y Aniversario llevada por la Clínica de SSO

Dinámicas para promover un estilo



de vida se realizan



actividades como fomentar la actividad física (caminar, bailar, jugar), promover una alimentación balanceada (frutas, verduras, fibra), asegurar un adecuado descanso, controlar el consumo de sustancias nocivas como

alcohol y tabaco, y cuidar la salud mental limitando el uso de pantallas y fomentando el contacto social.



- **Pausas activas:** actividad física diario, como estiramientos, Tomar micro descansos para proteger los ojos y reducir la fatiga visual,

a

