



BOLETÍN SSO

Seguridad y Salud en el Trabajo

Edición N° 55



CONTEXTO: Datos de Siniestralidad Laboral 2025 en Colombia
En 2025, Colombia registró 534.444 accidentes laborales
(1.464 por día) y 438 muertes. La prevención efectiva sigue
siendo el pilar fundamental para proteger a sus colaboradores.

Agosto
2026



TRASTORNOS DEL SUEÑO RELACIONADOS CON EL TRABAJO

Impacto en productividad, seguridad
y bienestar de sus trabajadores a turnos

¿QUÉ ES EL TRASTORNO DEL SUEÑO POR TRABAJO A TURNOS (TST)?

Es un trastorno del sueño y del ritmo circadiano caracterizado por insomnio y somnolencia excesiva en personas cuyos horarios de trabajo interfieren con el período de sueño típico. Clasificado en el CIE-10 bajo el código G47.26, es reconocido como enfermedad laboral en Colombia bajo la Ley 1562 de 2012.

Principales causas en el contexto laboral colombiano:

- Trabajo nocturno, rotativo y en madrugada (alteración del ritmo circadiano)
- Exposición prolongada a luz artificial durante la noche (inhibición de melatonina)
- Espacios de descanso inadecuados en sitios de trabajo
- Predisposición genética y factores de estilo de vida



Síntomas observables en sus colaboradores:

- Insomnio o dificultad para conciliar/mantener el sueño
- Somnolencia diurna excesiva y fatiga crónica
- Deterioro de concentración, memoria y tiempo de reacción
- Irritabilidad, cambios de humor y ansiedad laboral
- Reducción del rendimiento y aumento de errores operacionales



Impacto en la salud y productividad empresarial:

- Riesgo cardiovascular aumentado (hipertensión, cardiopatía isquémica 51% mayor)
- Trastornos metabólicos: obesidad, resistencia a insulina, diabetes tipo 2
- Mayor riesgo de depresión, ansiedad y abuso de sustancias
- Aumento de ausentismo laboral por enfermedad
- Incremento de accidentes y errores operacionales (especialmente en sectores críticos)





ERGONOMÍA EN EL LUGAR DE TRABAJO:

Reducción de lesiones musculoesqueléticas y mejora de la productividad

¿POR QUÉ LA ERGONOMÍA ES CRÍTICA PARA SU EMPRESA?

Las lesiones musculoesqueléticas (LME) causadas por malas posturas y movimientos repetitivos representan el 37% de las enfermedades laborales en Colombia. La implementación de medidas ergonómicas reduce LME en un 50-60% y mejora la productividad en 15-20%.

Beneficios concretos para su organización:

- Prevención de lesiones de espalda, cuello, muñeca y hombro
- Reducción del ausentismo laboral por dolor musculoesquelético
- Disminución de costos en tratamientos médicos y compensaciones
- Aumento de concentración y precisión en tareas
- Mejora de satisfacción y motivación del personal
- Cumplimiento de estándares mínimos SG-SST (Resolución 312/2019)

Cada empresa que invierte en ergonomía reduce accidentes y optimiza rendimiento. Es medible y rentable.





COMUNICACIÓN EFECTIVA EN PREVENCIÓN DE RIESGOS:

Estrategias para construir una verdadera cultura de seguridad

¿POR QUÉ FALLA LA COMUNICACIÓN EN SST?

Estudios del Consejo Colombiano de Seguridad indican que la falta de comunicación clara es factor en el 35-40% de los accidentes laborales. Los trabajadores no entienden los riesgos o no sienten que pueden reportarlos sin consecuencias.

Impacto en la salud y productividad empresarial:

- Información clara y accesible: ¿cuáles son los riesgos específicos de cada área?
- Señalización visible y comprensible (pictogramas, colores normalizados)
- Capacitaciones periódicas en idioma comprensible
- Buzones de reporte anónimo para sugerencias y peligros detectados
- Comunicación bidireccional: líderes que escuchan activamente

Empresas que comunican bien previenen mejor.
El silencio es el enemigo de la seguridad.





PREVENCIÓN DE CAÍDAS Y RESBALONES:

La causa más frecuente de lesiones laborales en Colombia

DATOS QUE DEBE CONOCER:

En 2025, las caídas fueron responsables de más del 30% de los accidentes laborales en Colombia. Los estudios muestran que caídas a nivel (no de altura) generan más incapacidad permanente que otros tipos de accidentes.

Plan de acción empresarial (Resolución 4272/2021):

- INSPECCIONES semanales de áreas de trabajo para identificar peligros
- LIMPIEZA inmediata de derrames; manejo seguro de residuos
- SEÑALIZACIÓN clara en áreas mojadas o peligrosas
- ILUMINACIÓN mínima de 200 lux en pasillos y escaleras
- CAPACITACIÓN sobre técnicas seguras de desplazamiento

Un piso limpio y bien iluminado es la defensa más económica contra accidentes.





OBLIGACIÓN DE DOTACIONES A TRABAJADORES:

Cumplimiento legal y fechas críticas en 2026

MARCO LEGAL:

La dotación laboral es una obligación establecida en los artículos 230-234 del Código Sustantivo del Trabajo y Decreto 1978 de 1989. No puede ser sustituida por dinero en efectivo; debe entregarse en especie (ropa y calzado de trabajo).

¿Quiénes tienen derecho a dotación en 2026?

- Trabajadores que devengan HASTA 2 SMMLV = Máximo \$3.501.810 mensuales
- Hayan cumplido MÍNIMO 3 MESES continuos de servicio en la fecha de entrega
- Estén en activo (vinculados) al momento de cada entrega obligatoria
- DESARROLLO: oportunidades de aprendizaje, carrera, reconocimiento

Empresas que cuidan la salud mental cosechan compromiso, innovación y resultados sostenibles.



CULTURA ORGANIZACIONAL Y BIENESTAR LABORAL:

Riesgos psicosociales y su impacto en la salud mental de sus colaboradores

¿CUÁL ES EL ESTADO DEL RIESGO PSICOSOCIAL EN SU EMPRESA?

La Resolución 2764 de 2022 es obligatoria desde el 31 de julio de 2026 para TODAS las empresas. Las evaluaciones de riesgo psicosocial deben ser aplicadas por psicólogos especializados en salud ocupacional con licencia vigente.

Componentes del Bienestar Integral:

- SALUD FÍSICA: entornos seguros, promoción de actividad física
- SALUD MENTAL: acceso a atención psicológica, manejo del estrés
- EQUILIBRIO VIDA-TRABAJO: flexibilidad horaria, respetar descansos
- DESARROLLO: oportunidades de aprendizaje, carrera, reconocimiento





ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP):

Selección técnica, certificación y uso correcto

¿POR QUÉ NO CUALQUIER EPP SIRVE?

El Código Sustantivo del Trabajo (Art. 57) obliga a empleadores a procurar elementos adecuados de protección. Un respirador para partículas es inútil contra gases tóxicos. Un casco convencional es insuficiente en ambiente con riesgos eléctricos. La selección DEBE estar técnicamente sustentada en matriz de peligros.

Marco regulatorio en Colombia:

- RESOLUCIÓN 2400 DE 1979: Base técnica para protección (visual, respiratoria, auditiva, mecánica)
- DECRETO 1072 DE 2015: Decreto Único Reglamentario Sector Trabajo (seguridad y salud)
- RESOLUCIÓN 312 DE 2019: Estándares Mínimos SG-SST (selección y provisión de EPP)
- NORMAS NTC COLOMBIANAS: Cascos (NTC 1523), guantes (NTC 2190), protectores (NTC 1825), respiradores (NTC 1584)

Certificaciones internacionales requeridas según riesgo:

- ANSI (USA): Cascos, gafas de seguridad, guantes, calzado
- NIOSH (USA): Respiradores certificados para partículas y gases
- NFPA (USA): Equipos para bomberos y personal de emergencias
- EN (Europa): Normas para guantes mecánicos (EN 388), ropa química (EN 14605)



FECHAS OBLIGATORIAS DE ENTREGA 2026:



Primera entrega:
30 DE ABRIL DE 2026 (Ya vencida)



Segunda entrega:
31 DE AGOSTO DE 2026 ⚠ INMINENTE



Tercera entrega:
20 DE DICIEMBRE DE 2026



¿Qué incluye dotación?

- 1 par de zapatos de labor con suela antideslizante
- 1 vestido (ropa) de labor apropiada para función y ambiente laboral



Responsabilidades empresariales:

- Mantener registro documentado de todas las entregas (fechas, elemento, firma del trabajador)
- Realizar seguimiento a trabajadores que cumplen 3 meses desde su vinculación
- Verificar que el trabajador use la dotación exclusivamente para labores
- Si el trabajador NO usa la dotación, documentar incumplimiento y respetar debido proceso



ATENCIÓN: Segunda entrega vence
31 DE AGOSTO 2026.
Verifique hoy su nómina de beneficiarios.





Proceso correcto de selección de EPP:

Cumplimiento legal y fechas críticas en 2026

- Identificar peligros específicos del puesto (matriz de peligros)
- Evaluar intensidad y duración de exposición
- Seleccionar EPP certificado según riesgo específico
- Verificar compatibilidad entre equipos (ej: gafas + casco, respirador + casco)
- Capacitar en uso, mantenimiento y reemplazo
- Documentar decisión técnica en archivo del SG-SST



EPP económico pero inadecuado = Gasto que no protege. Invertir en certificación correcta es inversión en vidas.



INTELIGENCIA ARTIFICIAL EN SALUD Y SEGURIDAD OCUPACIONAL

Herramienta de prevención moderna con responsabilidad empresarial

¿CÓMO PUEDE LA IA MEJORAR SU SST?

La IA analiza grandes volúmenes de datos ocupacionales (incidentes, salud, exposición a riesgos) para identificar patrones que el análisis manual no detecta. Permite predicción temprana de accidentes y enfermedades.

Aplicaciones concretas en empresas:

- ANÁLISIS PREDICTIVO: Identificar trabajadores en riesgo de LME o enfermedad ocupacional
- VIGILANCIA DE COMPORTAMIENTO: Detectar posturas inseguras en tiempo real (visión artificial)
- MONITOREO DE SALUD: Analizar datos de salud ocupacional para vigilancia epidemiológica
- GESTIÓN DE DOCUMENTOS: Automatizar análisis de reportes de accidentes e identificar tendencias
- CAPACITACIÓN ADAPTATIVA: Entrenamientos SST personalizados según riesgo del puesto

Beneficios empresariales medibles:

- Reducción de accidentes 20-30% mediante detección temprana
- Ahorro en costos de compensación y tratamientos médicos
- Mejor cumplimiento normativo (auditorías SG-SST)
- Ambiente laboral más seguro = mayor satisfacción y retención de talento



USO RESPONSABLE DE IA EN SST OBLIGACIONES EMPRESARIALES



Sesgo algorítmico y equidad:

- Auditar regularmente modelos IA para detectar sesgos contra grupos específicos
- Asegurar que decisiones sobre trabajadores (retiros, cambios de rol) sean justas
- No discriminar basándose en predicciones IA de "riesgo laboral futuro"

Intervención humana y control:

- Las decisiones sobre salud y seguridad SIEMPRE requieren validación de profesional SST
- Mantener sistemas de reporte manual paralelos (trabajadores pueden reportar directamente)
- Capacitar a supervisores sobre interpretación correcta de alertas IA



Transparencia y privacidad de datos:

- Informar a los trabajadores sobre sistemas de IA en monitoreo (cámaras, sensores)
- Proteger datos de salud ocupacional con cifrado y acceso restringido
- NO usar IA para vigilancia discriminatoria o represalias contra trabajadores
- Cumplir regulación de protección de datos personales (Decreto 1377 de 2013)

Consentimiento informado:

- Los trabajadores deben conocer y aceptar monitoreo con IA en su puesto
- Explicar claramente QUÉ datos se recopilan y CÓMO se usan
- Derecho del trabajador a acceder a datos sobre sí mismo recopilados por IA



IA es un aliado poderoso en prevención SOLO si se implementa con transparencia, ética y respeto a derechos fundamentales de trabajadores.





FECHAS CONMEMORATIVAS AGOSTO 2026

12 DE AGOSTO DÍA INTERNACIONAL DE LA JUVENTUD



Jóvenes enfrentan desempleo 20 puntos porcentuales mayor que adultos. Cuando se emplean, frecuentemente en condiciones precarias.

Responsabilidad: Inducción reforzada, mentoría en seguridad, contratos formales desde día 1, evaluación médica (Res. 1843/2025)

19 DE AGOSTO DÍA MUNDIAL DE LA ASISTENCIA HUMANITARIA



En 2024, más de 380 trabajadores humanitarios perdieron la vida. Personal de emergencias, sanitarios, rescate: trabajan en riesgos permanentes.

Responsabilidad: EPP certificado, capacitación continuada, apoyo psicológico post-trauma, aseguramiento total ARL

21 DE AGOSTO DÍA DE CONMEMORACIÓN A LAS VÍCTIMAS DEL TERRORISMO



Colombia honra a víctimas. Muchos trabajadores y sus familias se ven afectados. SST es también acto de justicia social.

Responsabilidad: Espacios psicológicamente seguros, inclusión de víctimas en empleo formal, atención a traumas



SERVICIOS ESPECIALIZADOS PARA SU EMPRESAS

- ✓ Valoraciones Médicas Ocupacionales
- ✓ Centro de Reconocimiento para Conductores (CRC)
- ✓ Evaluaciones Riesgo Psicosocial (Res. 2764/2022)
- ✓ Asesoramiento SST y Cumplimiento Normativo
- ✓ Análisis de Dotaciones y EPP
- ✓ Políticas de Uso Responsable de IA



Juntos construimos
*entornos seguros,
personas que prosperan.*



SSO – CRC
Servicios de Salud Ocupacional S.A.S