



SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



EQUIPO RESPONSABLE DE LA IMPLEMENTACIÓN, FUNCIONALIDAD Y OPERATIVIDAD DEL SGSST
OFICINA DE RECURSOS HUMANOS

PRE-EVALUACIONES MÉDICAS SE REALIZARON CON ÉXITO

El Equipo de Seguridad y Salud en el Trabajo, llevó a cabo con éxito la jornada de pre evaluaciones médicas ocupacionales, dirigida a los servidores del Programa de Apoyo Social, Desarrollo Social y Aldeas Infantiles: San Miguel - Piura y Señor de la Exaltación- Huarmaca.



Esta importante actividad se desarrolló con el objetivo de velar por el bienestar integral de los trabajadores, quienes fueron atendidos en tres aspectos clave como son: Medicina general, Psicología y socioeconómica.



Cabe resaltar que estas evaluaciones ya se han realizado en las siguientes oficinas:

CENTRO DE ABASTECIMIENTO AGUA BAYÓVAR	09 SERVIDORES
DIRECCIÓN DE ESTUDIOS Y PROYECTOS	09 SERVIDORES
SUB GERENCIA REGIONAL DE NORMAS MONITOREO Y SUPERVISIÓN GRI	03 SERVIDORES
SUB GERENCIA REGIONAL DE MONITOREO Y EVALUACIÓN GRI	05 SERVIDORES
GERENCIA REGIONAL DE INFRAESTRUCTURA	04 SERVIDORES

¡CUIDAMOS LA SALUD DE NUESTROS TRABAJADORES!



Como parte de las actividades de Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, personal técnico del ERIFO realizó monitoreos de presión arterial preventiva a los servidores de las oficinas de Trámite Documentario, Archivo Central y la Unidad Formuladora.



Esta intervención preventiva se llevó a cabo durante cinco días consecutivos, con el objetivo de recopilar información precisa y obtener resultados concretos sobre el estado de salud cardiovascular del personal. Esta acción busca promover el bienestar, la prevención y el cuidado de la salud en el entorno laboral.

Seguimos comprometidos con una cultura de prevención, promoviendo entornos laborales seguros y saludables para todos.



PAUSAS ACTIVAS PARA UNA MEJOR SALUD LABORAL



El Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SGSST), realizó una jornada de pausas activas en la Dirección Regional de Vivienda del Gobierno Regional Piura. Esta actividad tuvo como objetivo fomentar la salud, el bienestar físico y mental de los trabajadores, a través de ejercicios breves que ayudan a reducir el estrés y prevenir lesiones musculares.



Recordatorio para todas las direcciones y oficinas:
Practicar pausas activas es una herramienta sencilla y efectiva para cuidar de nuestra salud en el entorno laboral. Desde la Oficina de Seguridad y Salud en el Trabajo, los animamos a programar estas pausas durante la jornada.

¡Tu bienestar también es parte de tus responsabilidades laborales!



Día Mundial de la SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



En el marco del Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo, conmemorado cada 28 de abril, el Equipo Responsable de la Implementación, Funcionalidad y Operatividad (ERIFO), como instancia encargada de implementar el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST) en la sede del Gobierno Regional Piura, desarrolló una jornada de inducción orientada a fortalecer la cultura preventiva entre los servidores públicos.

Las charlas informativas estuvieron dirigidas a los trabajadores de las oficinas de Administración, Gerencia Regional de Recursos Naturales y Gestión del Medio Ambiente y Gerencia de Desarrollo Social, quienes participaron activamente en la capacitación.

Durante estas sesiones, los profesionales del ERIFO abordaron temas clave sobre la importancia, rol y responsabilidades de los trabajadores en el sistema de SST, haciendo énfasis en el proceso de elección de los representantes de los trabajadores en el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo (CSST).

Esta actividad reafirma el compromiso conjunto del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SGSST) y el ERIFO, de proteger el bienestar y garantizar la integridad de todos los servidores que laboran en la sede central del Gobierno Regional Piura.



Integrantes del ERIFO participaron EN JORNADA TÉCNICA SOBRE IA Y DIGITALIZACIÓN EN SEGURIDAD LABORAL

Los integrantes del Equipo Responsable de la Implementación, Funcionalidad y Operatividad (ERIFO) del Gobierno Regional Piura, participaron activamente en la jornada técnica denominada “Revolucionar la Salud y la Seguridad: El papel de la IA y la digitalización en el trabajo”, organizada por el Centro de Prevención de Riesgos del Trabajo (CEPRIT) de EsSalud Piura, y desarrollada en el auditorio de la Municipalidad Provincial de Paita.

Esta actividad reunió a 49 participantes entre empresarios, trabajadores e integrantes de Comités de Seguridad y Salud en el Trabajo de las provincias de Piura y Paita, con el objetivo de promover la prevención de accidentes laborales y enfermedades profesionales a través del uso de tecnologías emergentes como la inteligencia artificial y la digitalización de procesos.

Durante la jornada, se compartieron experiencias, casos de éxito y herramientas tecnológicas aplicadas a la gestión de la seguridad y salud en el trabajo, fomentando entornos laborales más seguros, eficientes y sostenibles.



INSUFICIENCIA VENOSA CRÓNICA: VENAS VARICOSAS

Las venas varicosas son dilataciones anormales de las venas, especialmente en las piernas, provocadas por un mal retorno de la sangre hacia el corazón.

Son comunes en trabajadores que permanecen mucho tiempo de pie o sentados, como:

- ✓ Docentes
- ✓ Oficinistas Enfermeros
- ✓ Cajeros
- ✓ Choferes

! FACTORES LABORALES DE RIESGO

- ✓ Permanecer mucho tiempo en la misma posición (de pie o sentado)
- ✓ Uso de calzado inadecuado o ropa muy ajustada
- ✓ Trabajar en ambientes calurosos o



! SÍNTOMAS MÁS COMUNES

- ✓ Sensación de pesadez, dolor o calambres en las piernas.
- ✓ Hinchazón en tobillos y venas prominentes.
- ✓ Picazón, ardor o cambios en el color de la piel.

✓ CUIDADOS Y PREVENCIÓN EN EL TRABAJO

- 💡 Realiza pausas activas cada 2 horas
- Alterna posturas y eleva las piernas en los descansos
- Usa medias de compresión si están indicadas
- 👟 Prefiere calzado cómodo y ropa holgada

LA AFASIA



¿QUÉ ES?

La afasia es una alteración del lenguaje provocada por una lesión en el cerebro. No afecta la inteligencia ni los órganos fonatorios, pero dificulta la comunicación oral, escrita o por señas.

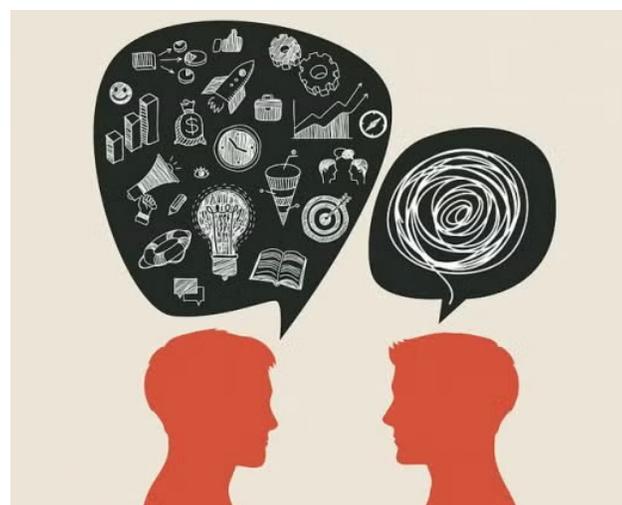
TIPOS DE AFASIA

- ◆ **Expresiva (de Broca):** Sabes lo que quieres decir, pero no logras expresarlo con palabras o escritura.
- ◆ **Receptiva (de Wernicke):** Escuchas o lees, pero no comprendes el significado.
- ◆ **Anómica:** Te cuesta encontrar las palabras adecuadas para nombrar objetos, lugares o eventos
- ◆ **Global:** Grave. No puedes hablar, comprender, leer ni escribir.



CAUSAS FRECUENTES

- ✓ **Accidente cerebrovascular (ictus) – Causa principal.**
- ✓ **Traumatismo craneoencefálico – Por golpes fuertes en la cabeza.**
- ✓ **Infecciones cerebrales – Como encefalitis o abscesos.**



¿SE PUEDE RECUPERAR?

- ↻ **Algunas personas se recuperan sin tratamiento, pero la mayoría necesita terapia del lenguaje temprana para mejorar su comunicación.**



¡Importante!

¿Sabías que hay personas que NO deben realizarse terapia con imanes (BIOMAGNETISMO)?



Mujeres embarazadas (especialmente en los primeros meses).



Personas con marcapasos u otros dispositivos electrónicos implantados.



Pacientes en tratamiento de radioterapia o quimioterapia (consultar con su médico).



Niños menores de 5 años (salvo indicación profesional especializada).

TODO PACIENTE DEBERA PASAR PREVIAMENTE POR ATENCIÓN MÉDICA Y LLENAR LA FICHA DE CONSENTIMIENTO

