

Febrero 2026



Boletín Informativo

Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo



**EQUIPO RESPONSABLE DE LA IMPLEMENTACIÓN,
FUNCIONALIDAD Y OPERATIVIDAD DEL SGSST**

OFICINA DE RECURSOS HUMANOS

¡Cuidar tu presión es cuidar tu salud!



Como parte de las acciones preventivas en Seguridad y Salud en el Trabajo, se llevó a cabo el monitoreo de presión arterial al personal de las Oficinas Físico Administrativas (AFA) de: Recursos Humanos, Instituto Regional de Ciencia, Tecnología e Innovación (IRCTI), CEPLAR, Oficina por Impuestos (OXI), Control Interno, Agua Bayovar, entre otros. El fin de esta actividad, es identificar posibles riesgos y fomentar



Recuerda que un control oportuno ayuda a prevenir complicaciones y a mantener una mejor calidad de vida.

¡DETENTE 5 MINUTOS Y ACTÍVATE!

PAUSAS ACTIVAS

Con el propósito de promover una cultura preventiva y prevenir molestias físicas mejorando el desempeño laboral, el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, viene incentivando la realización diaria de pausas activas en todas las oficinas de la entidad.

Esta iniciativa se viene desarrollando con la participación activa de las Oficinas Físico Administrativas (AFA) y dependencias tales como: Dirección de Estudio y Proyectos, Secretaría Técnica, Gerencia Regional de Infraestructura (GRI), Control Interno, Instituto Regional de Ciencia, Tecnología e Innovación (IRCTI), Dirección de Construcción, Planeamiento, Programación e Inversión, Dirección de Obras, Laboratorio de Suelos, Oficina de Licitación, Contratos y Programación, Oficina de Tecnologías de la Información (OTI), Oficina de Recursos Humanos y Oficina de Bienes Regionales y Ordenamiento Territorial.



Beneficios de realizar pausas activas



Reducen dolores musculares y articulares.



Mejoran la circulación y previenen lesiones.



Disminuyen el estrés y la fatiga mental.



Aumentan la concentración y el rendimiento.



Mejoran el estado de ánimo.



En ese sentido, se exhorta a los directivos y responsables de cada área a brindar las facilidades necesarias al personal para la participación activa en estas jornadas, permitiendo su desarrollo dentro de la jornada laboral sin afectar el normal cumplimiento de las funciones.

FORTALECIMIENTO DE LA PREVENCIÓN DEL CONFLICTO INTRAGRUPAL EN EL MARCO DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



Buscando fortalecer la cultura preventiva y garantizar el cumplimiento de la normativa vigente en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo, el Psicól. Iván Molina, miembro del Equipo Responsable de la Implementación, Funcionalidad y Operatividad (ERIFO-SGSST), viene realizando un ciclo de charlas informativas dirigidas a los servidores de la entidad.

Dicha actividad se viene realizando según programación semanal, en las oficinas de: Gerencia Regional de Planeamiento Presupuesto y Acondicionamiento Territorial, Gerencia Regional de Recursos Naturales y Gestión del Medio Ambiente y en la Gerencia de Desarrollo Económico.

Dentro de la charla se abordó el impacto en la salud mental, el clima laboral y el desempeño institucional. Durante la exposición se explicó cómo las diferencias de comunicación, estilos de trabajo, roles poco definidos y altos niveles de estrés pueden convertirse en factores de riesgo psicosocial si no son gestionados oportunamente.

Asimismo, se brindaron herramientas para la identificación temprana de señales de tensión dentro de los equipos de trabajo, promoviendo estrategias como la comunicación asertiva, la escucha activa, la resolución pacífica de desacuerdos y el fortalecimiento del trabajo colaborativo.



**El estrés
también es
un riesgo
laboral**



Organiza tu tiempo.

Respira profundo.

Busca apoyo.

¡No estás solo, pide ayuda si lo necesitas!



Relájate



Equilibrio



Apoyo

FORTALECEN GESTIÓN PREVENTIVA CON INSPECCIONES PARA ACTUALIZAR LA IPERC

Fortaleciendo la cultura preventiva y con el fin de garantizar ambientes de trabajo seguros, la Oficina de Seguridad y Salud en el Trabajo viene desarrollando inspecciones técnicas orientadas a la actualización de la Matriz IPERC (Identificación de Peligros, Evaluación de Riesgos y Controles) en diversas dependencias del Gobierno Regional Piura.

En esta oportunidad, las acciones se realizaron en las oficinas de: Consejo Regional, Secretaría del Consejo Regional – Oficina Regional Anticorrupción. Asimismo, el Centro de Operaciones de Emergencia Regional (COER) y su Almacén, Área Administrativa, Área de Gestión de Riesgos de Desastres, Cámaras de Bombeo, Módulos COER, Oficina de Defensa Nacional, Seguridad Ciudadana y Taller.

Durante las inspecciones se evaluaron condiciones de seguridad, riesgos ergonómicos, riesgos eléctricos, almacenamiento, orden y limpieza, señalización, uso de equipos y cumplimiento de medidas preventivas, permitiendo identificar oportunidades de mejora y reforzar controles existentes.



¿SABÍAS QUÉ ES LA MATRIZ IPERC?

Es una herramienta de gestión que permite:



Identificar los peligros
en cada puesto o área
de trabajo.



**Evaluar el nivel
de riesgo**
de cada actividad.



**Establecer medidas
de control**
para prevenir accidentes y
enfermedades ocupacionales.



Su actualización periódica es fundamental,
porque las condiciones de trabajo pueden cambiar
(infraestructura, equipos, procesos o personal).



Un IPERC actualizado significa
ambientes más seguros
y trabajadores más protegidos.



GORE REALIZA CHARLAS DE SALUD OCUPACIONAL EN AFAS

En este mes se dió inicio al ciclo de charlas según reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo, las Oficinas en las que se han venido realizando son: Oficina de Licitaciones, Contratos y Programación, la Sub Gerencia de Bienes Regionales y Ordenamiento Territorial, la Sub Gerencia Regional de Gestión de Recursos Naturales, Dirección General De Construcciones, Oficina de Tecnologías de la Información y la Dirección de Estudios y Proyectos.

Los trabajadores participaron activamente en una jornada orientada a la prevención de trastornos Músculo-esqueléticos y al cuidado de la salud visual en el entorno laboral.

Durante las exposiciones se abordaron temas como la importancia de las pausas activas, la correcta postura frente al computador y las medidas preventivas para evitar la fatiga visual, especialmente en labores administrativas que demandan el uso constante de equipos tecnológicos.

Estas actividades forman parte del plan de trabajo institucional y han sido programadas progresivamente en todas las AFAs de la Sede Central del GRP, reafirmando el compromiso de la entidad con la protección de la salud y seguridad de sus servidores.



VISITAS MÉDICAS DOMICILIARIAS

FORTALECEN EL BIENESTAR DE LOS SERVIDORES

Como parte del compromiso con la salud y el bienestar de los trabajadores, durante el mes de febrero se realizaron 11 visitas médicas domiciliarias a servidores de la entidad.

Estas acciones permiten realizar el seguimiento oportuno del estado de salud del personal, brindar orientación médica y verificar la evolución de casos que requieren supervisión, contribuyendo así a una atención más cercana y humanizada.

La Oficina de Seguridad y Salud en el Trabajo reafirma su compromiso de velar por el cuidado integral de los trabajadores, promoviendo una cultura preventiva y de acompañamiento permanente.

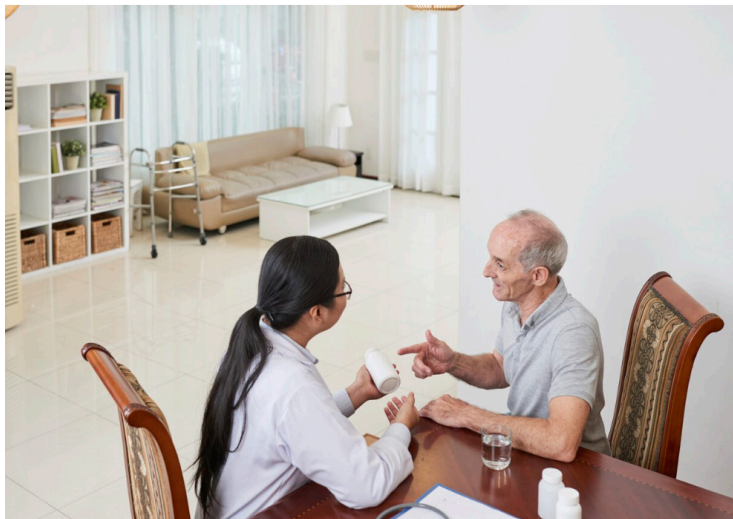


FOTO REFERENCIAL: En cumplimiento de la Ley N.º 29733 – Ley de Protección de Datos Personales.

SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

PARTICIPAN EN DEGUSTACIÓN DE CAFETÍN DE INFRAESTRUCTURA

En cumplimiento de lo establecido en las bases del proceso y como parte de las acciones orientadas a garantizar condiciones adecuadas para el personal, se realizó la degustación del servicio de cafetín en el Local de Infraestructura.

La actividad contó con la participación del presidente del Comité, un médico ocupacional y los integrantes de la comisión designada, quienes evaluaron aspectos relacionados con la calidad, inocuidad, manipulación de alimentos y condiciones higiénico-sanitarias.



Este proceso contribuye a asegurar que el servicio ofrecido cumpla con los estándares requeridos, promoviendo una alimentación segura y adecuada que favorezca el bienestar y la salud de los trabajadores.



¡Realiza Pausas Activas!

Dedica 5 minutos cada 2 horas para estirar tu cuerpo y reducir la fatiga laboral.



Estira tus brazos y espalda



Estira cuello y hombros



Gira tu torso



Relaja tus muñecas



Marcha en el sitio



Estira tus piernas



Respira profundo

¡Desestrésate y mejora tu bienestar!



Energía



Salud



Bienestar

Reporta

Condiciones o actos inseguros

informar a tiempo previene accidentes y protege a TODOS.



¡Tu reporte puede evitar accidentes!



GOBIERNO REGIONAL PIURA OFICINA DE RECURSOS HUMANOS

SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO
EQUIPO RESPONSABLE DE LA IMPLEMENTACIÓN, FUNCIONALIDAD Y OPERATIVIDAD.

RORA N°446-2019/GRP-ORA

Mg. Ing. VÍCTOR TEODORO LABAN ELERA

Lic. DALIA GABRIELA MENDOZA RAMIREZ

Psic. IVAN MOLINA SALAS

Téc. Inform. JEAN MARTÍN GARCÍA VITE

No olvides que puedes reportar alguna condición o acto inseguro a:

☎ 968888072 - *Ing. Victor Laban*

☎ 952065266 - *Lic. Dalia Mendoza*

sstrabajo@regionpiura.gob.pe

PIURA - PERÚ