



OFICINA DE RECURSOS
HUMANOS



Boletín informativo

Seguridad y Salud en el Trabajo

Agosto / 2026



EQUIPO RESPONSABLE DE LA IMPLEMENTACIÓN,
FUNCIONALIDAD Y OPERATIVIDAD DEL SGSST

IDENTIFICAMOS RIESGOS, VERIFICAMOS ACCIONES



SST realiza la supervisión de las **IPERC** en las AFAs

En el marco de las acciones de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST), en este mes se viene identificando riesgos y verificando acciones en las oficinas de: PRO Rural y Almacén de Oficina de Abastecimiento y Servicios Auxiliares (OASA), como parte del proceso de actualización y fortalecimiento de la **Matriz IPERC** (Identificación de Peligros, Evaluación de Riesgos y Controles).

Estas jornadas permiten prevenir los **peligros y riesgos** presentes en los diferentes espacios de trabajo, así como guiar a tomar medidas de seguridad y proponer actividades que contribuyan a **evitar accidentes e incidentes laborales**.



LA PREVENCIÓN
COMIENZA CON
IDENTIFICAR LOS RIESGOS

*¡Juntos construimos espacios
de trabajo más seguros!*

Inspección de Seguridad y Salud en el Trabajo

En el marco de las acciones de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST), se realizó una inspección en las instalaciones de Archivo Central, la Subgerencia Regional de Bienes Regionales y Ordenamiento Territorial.

Esta intervención tuvo como objetivo verificar las condiciones de seguridad, identificar posibles peligros y detectar oportunidades de mejora, contribuyendo a la prevención de accidentes e incidentes laborales.

Las inspecciones inopinadas permiten conocer las condiciones reales de los ambientes de trabajo y promover una cultura preventiva, fortaleciendo el compromiso de todos con la seguridad y el bienestar de los colaboradores.



¡Hagamos una pausa **por** nuestro bienestar!

Las pausas activas son pequeños momentos que pueden marcar una gran diferencia durante nuestra Jornada laboral.

Permanecer varias horas en una misma posición, frente a una computadora o realizando movimientos repetitivos puede generar tensión muscular, cansancio y estrés.

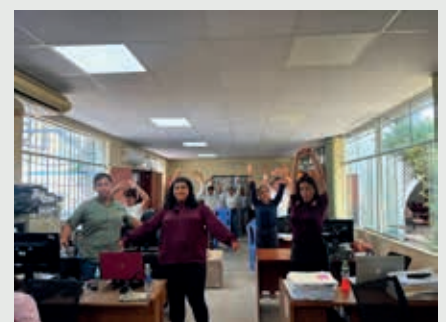
Por ello, desde Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) promovemos las pausas activas, espacios breves durante la jornada laboral destinados a realizar ejercicios de estiramiento, movilidad y relajación.



¿Por qué son importantes?

Las pausas activas ayudan a:

- ✓ Disminuir la tensión muscular.
- ✓ Reducir la fatiga física y visual.
- ✓ Mejorar la movilidad y postura.
- ✓ Favorecer la concentración y el rendimiento.
- ✓ Liberar el estrés acumulado durante la jornada.



Ante un **SISMO**, **actúa seguro**

Tu seguridad y la de todos, es nuestro compromiso



POLICÍA
105



**MENSAJES DE
EMERGENCIA**
119



SAMU
106



**POLICÍA DE
CARRETERA**
110



BOMBEROS
116



**DESAPARICIÓN
DE PERSONAS**
114



DEFENSA CIVIL
115

CONSEJOS CLAVES QUE **SALVAN VIDAS**



**Manten tu
celular cargado.**



**Usa mensajes
de voz**



**Guarda los
número de
emergencia**



**Participa en los Simulacros
Nacionales Multipeligros**

En el trabajo la prevención, es nuestra mejor protección.

¿Conoces la **línea 119** para emergencias?



Permite a las personas ubicadas en zonas de desastres **comunicarse con sus familiares y amigos**, a través de un mensaje de voz de corta duración.

Para **DEJAR** un mensaje para tu familia



Marcar **119 + 1**

luego del tono, hablar claro y despacio.

Ejemplo: "Estoy bien, estoy en casa".

Para **ESCUCHAR** el mensaje de tus familiares

Marcar **119 + 2 +** número del familiar

Ejemplo: 930231657.

Así podrá escuchar el mensaje que dejó esa persona.



¡Estar preparados, es cuidarnos entre todos!



CAPACITACIÓN DE **BRIGADISTAS**

"Actualización de Plan de Emergencia y Protocolo de Respuesta ante la ocurrencia de eventos adversos"

TEMAS:



- ✓ SISTEMA NACIONAL DE GESTIÓN DEL RIESGO DE DESASTRES
- ✓ FENOMENOLOGÍA DE LA REGIÓN
- ✓ INDUCCIÓN LUCHA CONTRA INCENDIOS
- ✓ USO Y MANEJO DEL EXTINTOR
- ✓ INDUCCIÓN PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS
- ✓ PLANES DE EMERGENCIA, EVACUACIÓN Y SEÑALIZACIÓN
- ✓ EJERCICIO PRÁCTICO SIMULACRO Y SIMULACIÓN



8 y 9



8:00 a.m. - 1:00 p.m



Auditorio "Luis Paredes Maceda"
Gobierno Regional Piura
Av. San Ramón 525 Urb. San Eduardo

Preparados hoy, seguros siempre

¡Conocer nuestra **presión arterial** también es cuidar nuestra **salud!**

El monitoreo de la presión arterial es una herramienta importante para identificar oportunamente posibles alteraciones y promover el cuidado de nuestra salud.

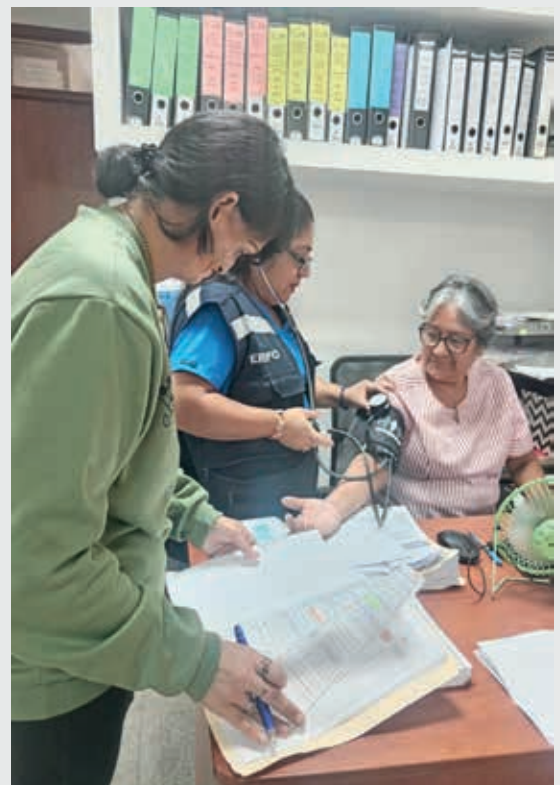
En el marco de las acciones preventivas de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST), se realizó el monitoreo de la presión arterial a colaboradores identificados con factores de riesgo, con el objetivo de realizar un seguimiento preventivo de su estado de



¿Por qué es importante controlarla?

La presión arterial elevada puede presentarse sin síntomas evidentes. Por ello, realizar controles periódicos permite conocer nuestros valores y, cuando corresponde, buscar orientación profesional de manera oportuna.

Durante la jornada, se brindaron recomendaciones orientadas a fortalecer

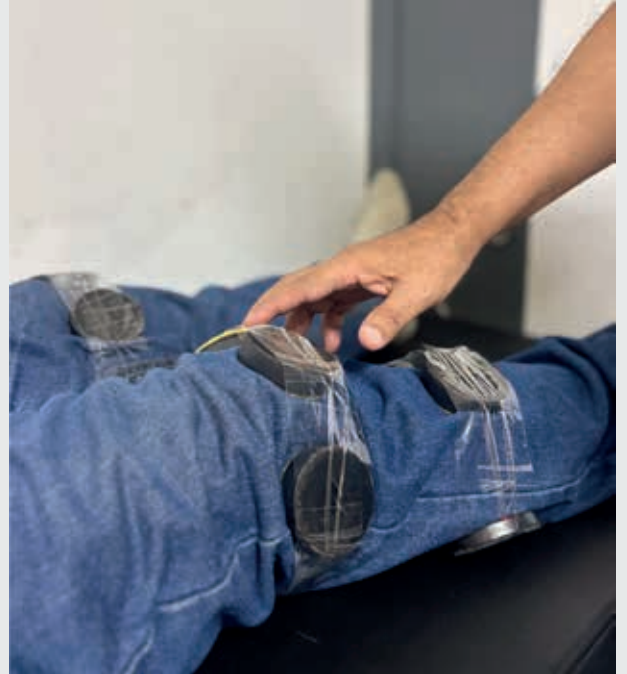


Alternativas para sentirte mejor

Como parte de las acciones de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) orientadas a promover el bienestar de nuestros servidores, se vienen brindando atenciones en distintas alternativas de medicina complementaria, entre ellas biomagnetismo y masoterapia.

Estas atenciones buscan contribuir al bienestar físico y la relajación, ayudando a aliviar molestias y tensiones asociadas a la jornada laboral, como parte de una cultura de prevención y autocuidado.

En SST, seguimos trabajando por tu bienestar, porque cuidar de ti también es parte de trabajar seguro.





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. Víctor Laban



952065266 - Lic. Dalia Mendoza

sstrabajo@regionpiura.gob.pe

PIURA - PERÚ