

ALERTA N°

7



3 ABRIL DE 2024



Reportada en:

ABRIL DE 2024



BOGOTÁ, BASES, ESTACIONES Y LINEA.



Actividad

Aprende a reconocer las señales que nuestro cuerpo nos genera.



¿Qué sucedió?

El tener conocimiento de mis condiciones salud de forma periódica y rutinaria, me permite establecer estrategias orientadas a la prevención de aparición de enfermedades.



¿Qué ocasionó?



En la compañía contamos con una incidencia y prevalencia de enfermedades de origen común tales como: hipertensión arterial, sobrepeso / obesidad y niveles elevados de colesterol. Factores contribuyentes para la aparición de complicaciones como infartos, diabetes y enfermedad cerebrovascular.

Precauciones:

- Contar una cultura de hábitos y estilos de vida saludables que involucren buenas prácticas de alimentación y actividad física.
- De forma preventiva, asistir a los seguimientos médicos periódicos a través de su EPS o Medicina Prepagada, más aún si contamos con diagnósticos de enfermedades crónicas.
- Tener presente nuestros antecedentes personales y familiares de salud.

Mantener adecuadas condiciones de salud es una responsabilidad individual y parte de nuestra autogestión.

REGLAS
PARA LA VIDA

Permiso para trabajar



Zona de peligro



Bloqueo de energía



Manejo de carga



Equipos críticos



Conducción de vehículo



Trabajo en altura



Espacio confinado



Excavación



Trabajo en caliente

