

 Superintendencia Nacional de los Registros Públicos	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 1 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL

CUADRO DE REVISIONES DEL DOCUMENTO		
Elaborado por: Médico Asistencial Enfermera Ocupacional	Revisado por: Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo	Aprobado por: Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo
 Firmado digitalmente por CHOCO PAREDES Katherine Julissa FAU 20172670432 hard Motivo: Soy el autor del documento Fecha: 21.12.2023 12:16:48 -05:00		
 Firmado digitalmente por LEON ESPINOZA Maria Pia FAU 20172670432 hard Motivo: Soy el autor del documento Fecha: 21.12.2023 13:01:58 -05:00	 Firmado digitalmente por VILLAFUERTE HUINCHO Lizzet FAU 20267073580 soft Motivo: Soy el autor del documento Fecha: 29.12.2023 09:26:23 -05:00	 Firmado digitalmente por VILLAFUERTE HUINCHO Lizzet FAU 20267073580 soft Motivo: Soy el autor del documento Fecha: 29.12.2023 09:26:39 -05:00
Fecha: (firma de documento)	Fecha: (firma de documento)	Fecha: (firma de documento)

“Copia No Controlada. Es responsabilidad del usuario asegurarse que el presente documento corresponde a la versión vigente”

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 2 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

INTRODUCCION

El desarrollo de toda actividad laboral implica la prevención de riesgos laborales, estableciendo la obligación de integrar de forma efectiva la prevención en los Sistemas de Gestión de la Institución tal como lo indica la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo (Ley Nro. 29783) y su reglamento en el DS Nro. 005-2012-TR. El desarrollo de las actividades de prevención de la salud del trabajador y los niveles jerárquicos que se comprometen en su implementación se dan a conocer a través de la integración del Plan Anual de Salud Ocupacional, teniendo como punto de partida las enfermedades prevalentes de la población laboral y prevenir enfermedades laborales o asociadas al trabajo, que pudieran desarrollarse como consecuencia de la actividad laboral.

El Plan Anual de Salud Ocupacional dirige la ejecución de un conjunto de programas que procuran acompañar al trabajador en el control periódico de enfermedades crónicas y transitorias, producto de un desequilibrio de su bienestar habitual, pero sobre todo prevenir que el desarrollo de la actividad laboral determine la aparición y/o acentuación de síntomas o signos que perjudiquen su salud y en consecuencia afecte su capacidad productiva. La seguridad del desarrollo laboral no sólo se refleja en la satisfacción personal y automotivación, sino que mejora en la calidad de vida de manera individual y también de su familia.

En la Zona XII Arequipa de la Superintendencia Nacional de los Registros Públicos, SUNARP, esta responsabilidad compartida ha sido tomada muy en serio y se ha procurado reunir un equipo multidisciplinario que se comprometa en el desarrollo de los programas de este plan, en el cual, se ha aportado desde la perspectiva profesional de cada uno de sus integrantes, con el apoyo y participación de todos los trabajadores.

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 3 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

I. OBJETIVOS:

1.1 OBJETIVO GENERAL:

Conservar, mejorar y mantener las buenas condiciones de salud en el trabajo de los/as colaboradores/as en el desarrollo de sus actividades, realizando una identificación, evaluación, intervención y control de los riesgos ocupacionales a los cuales se ven expuestos de manera permanente, a través de promoción de la salud y prevención de accidentes de trabajo y enfermedad profesional.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Realizar la actualización continua de la documentación del Sistema de Gestión en Salud Ocupacional.
- Conocer el estado de salud del trabajador, para la promoción de la salud en el ambiente laboral y la vigilancia del trabajador expuesto.
- Educar a los colaboradores la forma de promover y mantener estilos de vida saludable.
- Capacitar a los trabajadores en temas relacionados con Salud Ocupacional, enfocadas a la prevención del riesgo.
- Eliminar, disminuir o minimizar la ocurrencia de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales relacionadas con el trabajo y en consecuencia reducir el ausentismo laboral.
- Fomentar la participación de los/as trabajadores/as en campañas preventivas de salud.

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 4 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

II. ALCANCE:

El Programa de Salud Ocupacional de la Zona Registral N° XII – Sede Arequipa está dirigido a todo el personal tanto CAP (117), CAS (172) y practicantes (84), asimismo como los trabajadores de las empresas contratistas/proveedor de servicios.

III. BASE LEGAL

- Constitución Política del Perú.
- Ley N° 26842, Ley General de Salud y sus modificatorias
- Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y sus modificatorias
- Ley N° 30222 que modifica la Ley 29783 LSST
- Ley N° 26790, Ley de Modernización de la Seguridad Social en Salud.
- Ley N° 28806, Ley General de Inspección del Trabajo. Art. 3
- Ley N° 29981, Ley que crea la Superintendencia Nacional de Fiscalización Laboral “Artículo 18, La SUNAFIL es la autoridad central del Sistema de Inspección del Trabajo a que se refiere la Ley N° 28806, Ley General de Inspección del Trabajo; y como ente rector de ese sistema funcional dicta normas y establece procedimientos para asegurar el cumplimiento de las políticas públicas en materia de Inspección del Trabajo”.
- Ley N° 28048, Ley de protección a favor de la mujer gestante que realiza labores que pongan en riesgo su salud y/o el desarrollo normal del embrión y el feto.
- Decreto Supremo N° 005-2012-TR, que aprueba el Reglamento de la Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y sus modificatorias.
- Decreto Supremo N° 007-2002-TR, Aprueban Texto Único Ordenado de la Ley de Jornada de Trabajo, Horario y Trabajo en Sobretiempo.
- Resolución de Superintendencia N° 058-2016-SUNAFIL, SUPERINTENDENCIA N° 058-2016-SUNAFIL Aprueban la Directiva N° 002 -2016- SUNAFIL/INII, denominada “Directiva para el ejercicio de la función inspectiva en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo”.
- Resolución Ministerial N° 050-2013-TR - Aprueban Formatos Referenciales que contemplan la información mínima que deben contener los registros obligatorios del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 5 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

- Resolución Ministerial N° 312-2011-MINSA - Protocolos de exámenes médico ocupacionales y guías de diagnóstico de los exámenes médicos obligatorios por actividad
- Resolución Ministerial N° 375-2008-TR - Aprueban la Norma Básica de Ergonomía y de Procedimiento de Evaluación de Riesgo Disergonómico
- Resolución Ministerial N° 374-2008-TR - TR Aprueban el listado de los agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales que generan riesgos para la salud de la mujer gestante y/o el desarrollo normal del embrión y el feto, sus correspondientes intensidades, concentraciones o niveles de presencia y los períodos en los que afecta el embarazo; el listado de actividades, procesos, operaciones o labores, equipos o productos de alto riesgo; y, los lineamientos para que las empresas puedan realizar la evaluación de sus riesgos.
- Resolución Ministerial N° 480-2008-MINSA - Norma Técnica de Salud que establece el Listado de Enfermedades Profesionales y su modificatoria.
- Decreto Supremo N°009-2004-TR - Dictan normas reglamentarias de la Ley N° 28048, Ley de Protección a favor de la Mujer Gestante que realiza labores que pongan en riesgo su salud y/o el desarrollo normal del embrión y el feto.
- Resolución Ministerial N° 255-2016-MINSA, que aprueba el documento “Guía para la implementación del proceso de higiene de manos en los establecimientos de salud”.

IV. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

- **Accidentes de Trabajo:** Todo suceso repentino que sobrevenga por causa o con ocasión del trabajo y que produzca en el trabajador una lesión orgánica, una perturbación funcional, una invalidez o la muerte, es también aquel que se produce durante la ejecución de órdenes del empleador, o durante la ejecución de una labor bajo su autoridad, y aun fuera del lugar y horas de trabajo.
Siendo los causantes de los accidentes: las condiciones inseguras (cualquier condición del ambiente que contribuye a un accidente) y los actos inseguros

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 6 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

(violación de un procedimiento o reglamento aceptado como seguro, falta de información y capacitación, etc.)

- **Emergencia:** Es una situación en que la falta de asistencia conduciría a la muerte en minutos, en el que la aplicación de primeros auxilios por cualquier persona es de importancia vital.

- **Enfermedades Ocupacionales:** Es aquella que es causada de una manera directa por el ejercicio de la profesión o del trabajo que realiza una persona y puede producir incapacidad parcial, total o inclusive la muerte. Se producen como consecuencia de la exposición del trabajador a distintos factores de riesgo existentes en los ambientes de trabajo; pudiendo presentar manifestaciones de forma aguda o crónica.
Según estimaciones de la Organización Internacional de Trabajo (OIT) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), cada año se producen alrededor de 1.2 millones de enfermedades profesionales en todo el mundo.

- **Incidentes laborales:** Es un evento no deseado en el que un trabajador no sufre lesiones o éstas solo requieren de primeros auxilios.

- **Pausas activas:** Son breves descansos que se realizan durante la jornada laboral a través de diferentes técnicas y ejercicios que ayudan a reducir la fatiga muscular, además de prevenir trastornos osteomusculares y el estrés.

- **Peligro:** Es toda situación, condición o fuente con un potencial para causar lesiones y deterioro de la salud de las personas (trabajador, visitantes), equipos e instalaciones, o al ambiente.

- **Riesgo:** Es la probabilidad que el peligro pueda ocasionar daño y tiene variabilidad en cuanto a la gravedad potencial de la afectación individual.

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 7 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

- **Riesgo para la seguridad y salud en el trabajo:** combinación de la probabilidad de que ocurran eventos o exposiciones peligrosos relacionados con el trabajo y la severidad de la lesión y deterioro de la salud que pueden causar los eventos o exposiciones.
- **Salud:** Es el estado de bienestar físico, mental, social y funcional de los trabajadores en un sitio de trabajo, además de la ausencia de enfermedad.
- **Salud Ocupacional:** según la Organización Mundial de la Salud (OMS) “es una actividad multidisciplinaria dirigida a promover y proteger la salud de los trabajadores, mediante la prevención, el control de las enfermedades y accidentes de trabajo, eliminando los factores y condiciones que ponen en peligro la salud y la seguridad en el trabajo”.
- **Urgencia:** Es una situación que no amenaza de forma inminente la vida del enfermo, ni hace peligrar ninguna parte vital de su organismo o si lo hace es en el transcurso de varias horas.
- **Vigilancia de la salud:** consiste en el proceso sistemático y constante de recolección, análisis e interpretación de datos específicos relacionados con la salud, para su utilización en la planificación, ejecución y evaluación de la práctica en salud pública. Permitirá darnos cuenta si un trabajador/a tiene algún factor de riesgo que permita actuar cuanto antes; para estudiar si las enfermedades de un colectivo de trabajadores/as tienen relación con el trabajo; para comprobar si las medidas preventivas evitan realmente el daño a la salud de los trabajadores/as, etc.

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 8 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

V. RESPONSABILIDADES

5.1.- Jefes de las distintas Unidades de la Zona Registral N° XII:

- ✓ Facilitar los recursos necesarios para el cumplimiento del presente Plan.
- ✓ Conocer y promover el cumplimiento de las actividades, responsabilidades, normas y procedimiento del Plan de Salud Ocupacional.
- ✓ Garantizar la promoción y participación activa de los trabajadores de su área en las diversas actividades del Plan de Salud Ocupacional y participar directamente.
- ✓ Dar prioridad a los aspectos de seguridad y salud ocupacional cuando deba tomarse una decisión referente a acciones, actividades, proyectos donde exista riesgos que puedan generar daños al personal o instalaciones de la entidad.

5.2.- Comité de Seguridad y Salud en el trabajo:

- ✓ Promover y vigilar el cumplimiento de las actividades establecidas en el Plan de Salud Ocupacional.
- ✓ Participar de manera activa en el desarrollo de las actividades de promoción, divulgación y educación en Seguridad y Salud Ocupacional.
- ✓ Motivar la participación activa de todo el personal en el desarrollo de las actividades del Plan de Salud Ocupacional.
- ✓ Apoyar los procesos de identificación de riesgos ocupacionales y de investigación de accidentes e incidentes laborales.
- ✓ Participar de manera activa en la ejecución y seguimiento de inspecciones de seguridad.
- ✓ Proponer a la entidad la adopción de medidas que conduzcan al mejoramiento de las condiciones de trabajo y la salud de los trabajadores en cada uno de los puestos de trabajo.

5.3.- Oficina de Bienestar Social – Servicio de Seguridad y Salud en el Trabajo:

“Copia No Controlada. Es responsabilidad del usuario asegurarse que el presente documento corresponde a la versión vigente”

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 9 de 23
--	---	--

- ✓ Establecer actividades de promoción de la salud, prevención de la enfermedad, motivación y divulgación de normas tendientes a mantener un interés activo por los temas de Seguridad y Salud Ocupacional en todo el personal.
- ✓ Integrar las actividades de Seguridad y Salud Ocupacional a todos los niveles de la institución.
- ✓ Validar la aptitud de los exámenes médicos ocupacionales, de corresponder.
- ✓ Informar, investigar y registrar todos los accidentes e incidentes y enfermedades profesionales a fin de mantener registros de antecedentes relacionados con la minimización y control de los factores de riesgo ocupacionales.
- ✓ Coordinar y estructurar el desarrollo de las capacitaciones, verificando los requerimientos necesarios.
- ✓ Coordinar con las distintas áreas de la Zona Registral N° XII, Sede Arequipa para la participación de los colaboradores en las capacitaciones programadas.
- ✓ Coordinar con instituciones para capacitaciones externas.

5.4.- Todos los trabajadores de la Zona Registral N° XII:

- ✓ Asistir a las actividades programadas (capacitaciones o talleres) de Seguridad y Salud Ocupacional y poner en práctica los conocimientos adquiridos de manera continua.
- ✓ Usar los elementos de protección personal que proporcione la entidad para el desarrollo de sus funciones.
- ✓ Aportar sugerencias, para mejorar las condiciones existentes de trabajo.
- ✓ Ser responsable por la prevención y control de actos inseguros y condiciones peligrosas lo mismo que informar cualquier tipo de incidente presentado en el desarrollo de su trabajo.
- ✓ Conocer y practicar los procedimientos de emergencias y colaborar de acuerdo a sus capacidades en los casos que se requiera.

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 10 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

VI. DISPOSICIONES GENERALES

A) ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD: Es la asistencia sanitaria esencial accesible a todos los individuos y familias de la comunidad a través de medios aceptables para ellos, con su plena participación y a un costo asequible para la comunidad y el país. Esta considera al ser humano desde una perspectiva biopsicosocial e interrelaciona la promoción, la prevención, el tratamiento, la rehabilitación y la reinserción social con las diferentes estructuras y niveles del sistema Nacional de Salud. Es el núcleo del sistema de salud del país y forma parte integral del desarrollo socioeconómico general de la comunidad.

B) NIVELES DE PREVENCIÓN: Es una estrategia de la Atención Primaria de la Salud, que se hace efectiva en la atención integral de las personas.

C) PREVENCIÓN PRIMARIA: En el enfoque de la Salud Ocupacional, se entiende como el control de los agentes causales de enfermedad dentro del ámbito laboral. Dentro de una empresa lo que se quiere es evitar la adquisición de la enfermedad mediante distintas acciones como:

- Vacunación
- Eliminación y control de riesgos ambientales
- Educación sanitaria, etc.

Actuando de distintas maneras:

- Protegiendo al organismo frente a enfermedades y accidentes;
- Educando en salud y
- Creando hábitos saludables.

D) PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES: Disciplina que busca promover la seguridad y salud de los trabajadores mediante la identificación, evaluación y control de los peligros y riesgos asociados a un entorno laboral, además de fomentar el desarrollo de actividades y medidas necesarias para prevenir los riesgos derivados del trabajo.

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 11 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

E) RIESGOS LABORALES: Son las posibilidades de que un trabajador sufra una enfermedad o un accidente vinculado a su trabajo. Así, entre los riesgos laborales están las enfermedades ocupacionales y los accidentes de trabajo o laborales.

F) MEDIDAS PREVENTIVAS: Son las acciones para evitar algún factor de riesgo vinculado a las actividades laborales son las siguientes:

- Mantener el espacio ordenado y limpio: cualquier objeto puede producir una caída al mismo nivel y este accidente es de los más comunes.
- Identificar peligros: Examinando rápidamente el lugar de trabajo podemos identificar elementos que generan riesgos y poner especial atención con ellos, como por ejemplo enchufes, cables, objetos cortantes, etc. Actividad que se realiza en coordinación con el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Detectar los accidentes de trabajo y disponer medidas para evitarlo
- Controlar los accidentes de trabajo: estudiando causas, estadísticas y tomando medidas correctivas
- Uso de equipos de protección personal: el personal en base al tipo de trabajo que realizan deberán de utilizar los distintos equipos de protección personal para evitar enfermedades ocupacionales y/o accidentes de trabajo.
- Salidas de emergencia: Siempre tienen que estar en buen estado y libre de obstáculos. Otras medidas de seguridad como extintores e indicaciones de emergencia deben mantenerse en perfecto estado y en la posición que la ley indica.

G) PROMOCIÓN DE LA SALUD: De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS) la promoción de la salud permite que las personas tengan un mayor control de su propia salud. Abarca una amplia gama de intervenciones sociales y ambientales destinadas a beneficiar y proteger la salud y la calidad de vida

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	Versión: 01 Pág. 12 de 23

individuales mediante la prevención y solución de las causas primordiales de los problemas de salud, y no centrándose únicamente en el tratamiento y la curación.

Este concepto se pone en práctica usando enfoques participativos; los individuos, las organizaciones, las comunidades y las instituciones colaboran para crear condiciones que garanticen la salud y el bienestar para todos.

Algunas medidas que permiten promocionar la salud en una empresa son las siguientes:

- Crear entornos que apoyen la salud.
- Fortalecer la acción conjunta de los trabajadores para la salud, mediante esfuerzos colectivos.
- Entre otros.

H) CAPACITACIÓN:

- **Capacitación:** Sistema de formación, que sirve para proporcionar y/o incrementar los conocimientos, habilidades y actitudes requeridas para el desempeño de las funciones en el cargo asignado de cada colaborador
- **Capacitación externa:** Capacitación efectuada por un proveedor externo, se puede realizar fuera o dentro de las instalaciones de la Institución.
- **Capacitación interna:** Capacitación efectuada por colaboradores de la Institución.

VII. DISPOSICIONES ESPECÍFICAS

7.1 FACTORES DE RIESGOS OCUPACIONALES

- a) Factores de Riesgos Químicos:** Sustancias orgánicas, inorgánicas, naturales o sintéticas que pueden presentarse en diversos estados físicos en el ambiente de trabajo, con efectos irritantes, corrosivos, asfixiantes o tóxicos y en cantidades que tengan probabilidades de lesionar la salud de las personas que entran en contacto con ellas.

Dentro de estos factores se encuentra el polvo orgánico, principal factor que puede desencadenar alguna enfermedad ocupacional, el cual puede ingresar al organismo por vía respiratoria y/o dérmica.

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 13 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

El personal que tiene mayor riesgo tal como lo señala el cuadro de distribución del personal son los trabajadores que se encuentran en archivo.

b) Factores de riesgo físico: Representan un intercambio brusco de energía entre el individuo y el ambiente, en una proporción mayor a la que el organismo es capaz de soportar, entre los más importantes se citan: Ruido, temperaturas extremas, humedad, ventilación, iluminación.

Dentro de estos factores lo más relevantes y asociados a los problemas de salud ocupacionales son el ruido, ventilación, temperatura e iluminación.

- Ruido: cualquier ruido indeseable que molesta o que perjudica al oído, el cual repercutirá en la salud de los trabajadores de manera crónica y en algunos casos irreversible, *entre las áreas que se encuentran afectadas por este factor es el área de cajas, central telefónica, call center, orientación, defensoría del usuario, trámite documentario y toda aquella área que atiende de manera permanente a usuarios.*
- Temperatura: nivel de calor que experimenta el cuerpo. La temperatura efectiva óptima varía con la estación y es más baja en invierno que en verano.
 - Efectos psicológicos del calor: irritabilidad, ansiedad e inhabilidad para concentrarse, lo cual se refleja en una disminución de la eficiencia.
 - Efectos físicos del calor: calambres, agotamiento, tendencia al sueño.
 - Efectos del frío: resfríos, infecciones de vías respiratorias altas, aumento de la diuresis (diuresis por frío), aumento de la frecuencia cardíaca, de la frecuencia respiratoria.
- Iluminación: la iluminación posee un efecto definido sobre el bienestar físico, la actitud mental, la producción y la fatiga del trabajador.
- Ventilación: es necesario tener una buena ventilación, para evitar algunas enfermedades respiratorias tales como la Tuberculosis, ya sea para eliminar un riesgo contra la salud o corregir condiciones térmicas inadecuadas.

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 14 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

Todos los trabajadores se encuentran expuestos a desencadenar alguno de los factores de riesgo físico.

- c) Factores de riesgo biológicos:** constituidos por microorganismos, de naturaleza patógena, que pueden infectar a los trabajadores y cuya fuente de origen la constituye el hombre, los animales, la materia orgánica procedente de ellos y el ambiente de trabajo, entre ellos tenemos: bacterias, virus, hongos y parásitos. Las enfermedades que pueden ocasionar son: coronavirus, tétanos, tifoidea, tuberculosis, hepatitis B, etc.

Todos los trabajadores se encuentran expuestos a desencadenar alguno de los factores de riesgo biológico.

- d) Factores de riesgos psicosociales:** aquellas condiciones que se encuentran presentes en una situación laboral y que están directamente relacionadas con la organización, el contenido del trabajo y la realización de las tareas, y que afectan el bienestar o a la salud (física, psíquica y social) del trabajador, como el desarrollo del trabajo.

- Consecuencias de los factores de riesgos psicosociales
 - En el trabajador: cambios en el comportamiento, alteraciones en el área cognitiva como desatención, sobrecarga laboral, poca o falta de concentración en áreas, memoria (olvidos), etc.; deterioro de la integridad física y mental tales como: problemas neurológicos, enfermedades psicosomáticas (asma, cardiopatías, úlceras, gastritis, etc.), cáncer, poca o ninguna motivación, fatiga, estados depresivos y otros, **estrés laboral**, el mismo que puede desencadenar colon irritable, nerviosismo, ansiedad, etc.
 - En la institución: Ausentismo, mayor frecuencia de accidentes, retraso en la productividad laboral.

Todos los trabajadores se encuentran expuestos a desencadenar alguno de los factores de riesgo psicosocial.

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 15 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

- e) **Factores de riesgos ergonómicos:** es importante las acciones frente a estos riesgos, evitando en lo posible la fatiga, lesiones, enfermedades y accidentes laborales. Suele ser el causante de posturas incómodas y entorpecimiento de tareas, tales como la escoliosis, lumbalgias, dorsalgias, espasmo muscular, síndrome de túnel carpiano, etc.

Todos los trabajadores se encuentran expuestos a desencadenar alguno de los factores de riesgo ergonómico.

- f) **Factores de riesgo eléctrico:** los riesgos se presentan desde la generación de la corriente eléctrica, distribución y finalmente en la utilización.

El personal que tiene mayor riesgo tal como lo señala el cuadro de distribución del personal son los trabajadores que se encuentran en la Unidad de Tecnologías de la Información.

VIII. DISPOSICIONES COMPLEMENTARIAS

La finalidad del Plan es la de organizar las actividades a realizar durante el año a través de un cronograma y que pueda verificarse su cumplimiento, las cuales serán orientadas a la prevención de enfermedades ocupacionales y a la promoción de la salud, agrupándolas según su naturaleza en:

- 1.- Actualización de la documentación de gestión de base.
- 2.- Desarrollo de la vigilancia de salud de los trabajadores.
- 3.- Capacitar y concientizar al personal de la empresa en temas de salud ocupacional y prevención de enfermedades.
- 4.- Acciones de prevención y respuesta frente accidentes e incidentes en el trabajo - atención enfermedad común.

Las actividades programadas para el año 2024 y sus medidas de control se detallan a continuación:

8.1.- Actualizar de la documentación de gestión de base:

“Copia No Controlada. Es responsabilidad del usuario asegurarse que el presente documento corresponde a la versión vigente”

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 16 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

- ✓ Proponer (o mejorar) documentos de gestión (procedimientos, guías, instructivos, etc.) en Salud Ocupacional. Estos pueden provenir por iniciativa del área o fuera, pero la elaboración y gestión corresponde al equipo médico (enfermera, médico), por lo que su elaboración es anual.
- ✓ Elaborar o actualizar las hojas de registro relacionados a documentos en gestión en Salud Ocupacional. Las Hojas de registro pueden ser elaboradas o actualizadas por el equipo médico, en función a su utilidad y/o practicidad para el control de la información.
- ✓ Elaboración del Plan Anual de Salud Ocupacional - 2025 corresponde su actualización por el equipo médico, con los aportes del análisis de la ejecución del año anterior para la mejora continua de la gestión.

8.2.- Desarrollo de la vigilancia de salud de los trabajadores:

- ✓ Registro de datos estadísticos de enfermedades comunes y accidentes comunes. A cargo del médico y la asistente social en cuanto a su elaboración y cooperación conjunta para la elaboración.
- ✓ Registro de datos estadísticos de enfermedades ocupacionales o relacionadas al trabajo. A cargo del médico, con el llenado del reporte mensual de acuerdo a casuística presentada.
- ✓ Registro y seguimiento de reubicados laborales (temporal o permanente). Según necesidad. A cargo del médico, cuyo indicador es porcentual respecto de trabajadores con reubicación lograda vs aquellos que lo requieren en su totalidad.
- ✓ Registro y seguimiento de casos de Gestación. Según los casos que en el transcurso del año se presenten, el porcentaje de casos en seguimiento del médico.
- ✓ Registro de controles post descanso médico prolongado, atención de Urgencias o Emergencias, a cargo del equipo de la oficina de bienestar social, según el caso amerite, la casuística quedara en registro.
- ✓ Reporte de causas de ausentismo laboral para el personal CAP, CAS y Practicantes. La comunicación del descanso médico a las áreas está a cargo del equipo médico y la verificación del récord a cargo de asistencia social.

“Copia No Controlada. Es responsabilidad del usuario asegurarse que el presente documento corresponde a la versión vigente”

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 17 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

8.3.- Capacitar y concientizar al personal de la institución en temas de salud ocupacional y prevención de enfermedades.

- ✓ Elaboración de afiche mensual con información y referencia a temas de salud en general para distribución por correo institucional. A cargo del equipo médico, durante el mes se puede efectuar más de una publicación por los canales regulares.
- ✓ Elaboración de afiche mensual de alimentación saludable para distribución por correo institucional.
- ✓ Capacitación “La salud de la mujer y el embarazo”, a cargo del médico o equipo médico, de ser posible se contará con la participación de un especialista para enfocar a las inquietudes del auditorio, programada para ejecutarse en el mes de febrero, sin embargo, esta puede modificarse según las necesidades del servicio.
- ✓ Capacitación “Medidas de prevención enfermedades infecciosas transmisibles”, a cargo del médico o equipo médico, programada para ejecutarse en el mes de marzo, sin embargo, esta puede modificarse según las necesidades del servicio.
- ✓ Capacitación “Hábitos saludables y prevención de Enfermedades cardiovasculares”, a cargo del médico o equipo médico, de ser posible se contará con la participación de un especialista para enfocar a las inquietudes del auditorio, programada para ejecutarse en el mes de mayo, sin embargo, esta puede modificarse según las necesidades del servicio.
- ✓ Capacitación “Primeros auxilios: inmovilización y traslado de heridos”, a cargo del médico o equipo médico, programada para ejecutarse en el mes de junio, sin embargo, esta puede modificarse según las necesidades del servicio.
- ✓ Capacitación “Hábitos saludables y Prevención de Enfermedades del aparato digestivo”. a cargo del médico o equipo médico, de ser posible se contará con la participación de un especialista para enfocar a las inquietudes del auditorio, programada para ejecutarse en el mes de julio, sin embargo, esta puede modificarse según las necesidades del servicio.
- ✓ Capacitación “Nutrición en la Gestación y Lactancia”, a cargo del médico o equipo médico, de ser posible se contará con la participación de un especialista

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 18 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

para enfocar a las inquietudes del auditorio, programada para ejecutarse en el mes de agosto, sin embargo, esta puede modificarse según las necesidades del servicio.

- ✓ Capacitación o taller “Estrategias para el Manejo del Estrés”, a cargo del médico o equipo médico, de ser posible se contará con la participación de un especialista para enfocar a las inquietudes del auditorio, programada para ejecutarse en el mes de septiembre, sin embargo, esta puede modificarse según las necesidades del servicio.
- ✓ Capacitación “Hábitos saludables y Prevención de la Diabetes”, a cargo del médico o equipo médico, de ser posible se contará con la participación de un especialista para enfocar a las inquietudes del auditorio, programada para ejecutarse en el mes de noviembre, sin embargo, esta puede modificarse según las necesidades del servicio.
- ✓ Campañas de Salud a cargo del equipo médico, programada para el mes de febrero, pendientes de programación 1 por trimestre según la necesidad del servicio.
- ✓ Visitas periódicas a las Oficinas Registrales y Receptoras, para controles de vigilancia de la salud y seguridad ocupacional, idealmente con una frecuencia semestral y en coordinación con el Ing. De Salud y Seguridad (UPPM).

8.4.- Acciones de prevención y respuesta frente accidentes e incidentes en el trabajo - atención enfermedad común

- ✓ Revisión de botiquines de las oficinas, a cargo del equipo médico, con registro de actividad.
- ✓ Atención de Primeros Auxilios en Accidentes o Incidentes. a cargo del equipo médico, con registro de actividad.
- ✓ Inspección de condiciones de los puestos de trabajo y mejoramiento de los mismos, a cargo del equipo médico, con registro de actividad.
- ✓ Distribución de EPPs al personal, a cargo del equipo médico y asistente social, con registro de la actividad.
- ✓ Inspección del uso adecuado de EPPs, donde corresponda a cargo del equipo médico de manera conjunta con el Ingeniero de Seguridad, UPPM.

“Copia No Controlada. Es responsabilidad del usuario asegurarse que el presente documento corresponde a la versión vigente”

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 19 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

- ✓ Realización de Pausas Activas, a cargo del equipo médico, en las visitas a los puestos de trabajo.
- ✓ Reporte de Accidentes - Incidentes de Trabajo, se realiza el aviso al Ingeniero de Seguridad de la ocurrencia del evento vía electrónica o telefónica, la atención corresponde al equipo médico.

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	Versión: 01 Pág. 20 de 23

UNIDAD	OFICINAS	N° ASISTENTES	FACTORES DE RIESGOS OCUPACIONALES
Jefatura Zonal	Jefatura Zonal, Comunicaciones, OCI	11	Factores ergonómicos, biológicos, psicosociales, físicos
Unidad de Administración	Patrimonio, Contabilidad, Bienestar Social, Recursos Humanos, Central Telefónica, Tesorería, Logística y Almacén, Administración, Archivo Administrativo, Choferes	45	Factores ergonómicos, biológicos, psicosociales, químicos (archivo administrativo y patrimonio), físicos (central telefónica y choferes)
Unidad de Planeamiento y Presupuesto		5	Factores ergonómicos, biológicos, psicosociales, físicos
Unidad de Asesoría Jurídica		7	Factores ergonómicos, biológicos, psicosociales, físicos
Unidad de Tecnologías de la Información		18	Factores ergonómicos, biológicos, psicosociales, eléctricos, físicos, químicos
Unidad Registral	Unidad Registral, Registro Vehicular, Naturales, Jurídicas, Predios, Diario, Publicidad, Informes, Defensoría del Usuario, Entrega de Títulos, Trámite Documentario, Archivo, Catastro, Orientación, Call Center, Cajas, Receptoras, Oficina Registral Camaná, Mollendo y Aplao	276	Factores ergonómicos, biológicos, psicosociales, químicos (archivo), físicos
Tribunal Registral		11	Factores ergonómicos, biológicos, psicosociales, físicos
TOTAL DE TRABAJADORES		373 colaboradores	

IX ANEXOS: ANEXO 01: CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DEL PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL 2024 - Zona Registral XII.																	Código		PA-SO-01								
																	Versión		00 - 01								
																	Página		1 de 1								
DATOS DEL EMPLEADOR																											
RAZON SOCIAL O DENOMINACIÓN SOCIAL				RUC		DOMICILIO (Dirección, distrito, departamaento, provincia)				ACTIVIDAD ECONOMICA				N° DE TRABAJADORES EN EL CENTRO DE LABORES													
Zona Registral N° XII –Sede Arequipa				20172670432		CALLE UGARTE 117, CERCADO AREQUIPA				REGISTROS PÚBLICOS				373													
OBJETIVO GENERAL		Promover y proteger la salud de los colaboradores de Zona Registral N° XII – Sede Arequipa mediante la prevención, vigilancia de la salud y control de riesgos inherentes a la realización de labores dentro del contexto de emergencia sanitaria																									
RECURSOS		La empresa proporcionará el personal y los recursos físicos para el desarrollo de las actividades de este programa, según la Ley N° 29783 sus modificatorias y en base a los programas, procedimientoo o guías existentes.																									
LEYENDA					PROGRAMADO		EJECUTADO		RE-PROGRAMADO		NUEVO		NO CORRESPONDE														
N°	Descripción de las actividades	Objetivos Específicos	Indicador	Responsable	Involucrados	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Frecuencia de verificación	Fecha de verificación	ESTADO (Realizado, pendiente, en proceso, no corresponde)	RESULTADO DE INDICADORES						
						P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E					P	E	P	E	P	E
1.- DOCUMENTACION DE GESTIÓN DE BASE																											
a.	Proponer (o mejorar) documentos de gestión (procedimientos, guías, instructivos, etc) en Salud Ocupacional	Realizar la actualización continua de la documentación del Sistema de Gestion en Salud Ocupacional	Documento elaborado o actualizado	Médico Asistencial	Todos	1													Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%					
b.	Elaborar o actualizar las hojas de registro relacionados a documentos en gestion en Salud Ocupacional.		Hojas de registro elaboradas o actualizadas	Médico Asistencial	Todos	1													Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%					
c.	Elaboración del Plan Anual de Salud Ocupacional - 2024		Documento elaborado	Médico Asistencial	Todos											1		1	Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%					
2.-SISTEMA DE VIGILANCIA DE SALUD DE LOS TRABAJADORES																											
a.	Programación yEjecución de Exámenes Médicos Ocupacionales ingreso/Periodico/ Retiro, si corresponde.		(Nº exámenes ocup. ingreso/periodico/retiro realizadas)/(Nº exámenes ocup. retiro programados)x100%	Recursos Humanos Polidínico Proveedor	Todos		1		1		1		1		1		1		1		1		Programación BIANUAL	Ene-24	NO PROGRAMADO	0%	
b.	Actualización de datos a la BASE GENERAL DE EMO		(Nº exámenes ocup. ingresados)/(Nº exámenes ocup.programados) x100%	Médico Asistencial	Todos				1		1		1		1		1		1		1		Programación BIANUAL	Ene-24	NO PROGRAMADO	0%	
c.	Entrega de informe Médico Ocupacional para el trabajador.		(Nº informes ocup. entregados)/(Nº exámenes realizados a trabajadores en planilla) x100%	Médico Asistencial	Todos				1		1		1		1		1		1		1		Programación BIANUAL	Ene-24	NO PROGRAMADO	0%	
d.	Elaboración de Informe Estadístico de los Exámenes Médico Ocupacionales.		Documento elaborado	Médico Asistencial	Gerencia General														1		1		Programación BIANUAL	Ene-24	NO PROGRAMADO	0%	
e.	Registro de datos estadísticos de enfermedades comunes y accidentes comunes.		Base de Datos Estadísticos de enfermedades y accidentes comunes	Médico Asistencial	Todos														1		1		Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%	
f.	Registro de datos estadísticos de enfermedades ocupacionales o relacionadas al trabajo. Según necesidad		Base de Datos estadísticos de enfermedades ocupacionales o relacionadas al trabajo	Médico Asistencial	Todos	1		1		1		1		1		1		1		1		1		Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%
g.	Registro yseguimiento de reubicados laborales (temporal o permanente). Según necesidad		(Nº de personal con reubicación con seguimiento realizado)/(Nº trabajadores con reubicaciónque corresponde seguimiento) x100%	Médico Asistencial	Personal Reubicado	1		1		1		1		1		1		1		1		1		Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%
h.	Registro yseguimiento de casos de Gestación. Según necesidad		(Nº de trabajadoras con gestación con seguimiento realizado)/(Nº trabajadoras con gestación que corresponde seguimiento) x100%	Médico Asistencial	Personal con Gestación	1		1		1		1		1		1		1		1		1		Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%
i.	Registro de controles pos descanso médico prolongado, atención de Urgencias o Emergencias. Según necesidad		Base de datos del Registro de atenciones	Médico Asistencial / Enfermera Ocupacional	Todos	1		1		1		1		1		1		1		1		1		Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%
j.	Seguimiento de trabajadores con Comorbilidades que realizan trabajo presencial o telertrabajo		Registro de personal que presenta comorbilidades	Médico Asistencial	Personal identificado							1										1		Semestral	Ene-24	PENDIENTE	0%
k.	Reporte de causas de ausentismo laboral para el personal CAP CAS		Registro de decanos médicos	Médico Asistencial Asistente Social	Personal identificado	1		1		1		1		1		1		1		1		1		Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%

3. CAPACITAR Y CONCIENTIZAR AL PERSONAL DE LA EMPRESA EN TEMAS DE SALUD OCUPACIONAL Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES																					
a.	Elaboración de afiche con información y referencia a temas de salud en general para distribución por correo institucional	•Capacitar a los trabajadores en temas relacionados con Salud Ocupacional, enfocadas a la prevención del riesgo.	$(N^{\circ} \text{ afiche realizadas}) / (N^{\circ} \text{ afiche planificadas}) \times 100\%$	Enfermera Ocupacional / Médico Asistencial	Todos	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%
b.	Elaboración de afiche mensual de alimentación saludable para distribución por correo institucional		$(N^{\circ} \text{ afiche realizadas}) / (N^{\circ} \text{ afiche planificadas}) \times 100\%$		Todos	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%
c.	Capacitación: La Salud de la mujer y el embarazo		$(N^{\circ} \text{ capacitaciones realizadas}) / (N^{\circ} \text{ capacitaciones planificadas}) \times 100\%$		Todos		1											Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%
d.	Capacitación: Medidas de prevención enfermedades infecciosas transmisibles				Todos			1										Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%
e.	Capacitación: Hábitos saludables y prevención de Enfermedades cardiovasculares				Todos				1									Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%
f.	Capacitación: Uso de Botiquines				Todos					1								Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%
g.	Capacitación: Hábitos saludables y Prevención de Enfermedades del Aparato digestivo				Todos						1							Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%
h.	Capacitación: Nutrición en la Gestación y Lactancia	•Educar a los colaboradores la forma de promover y mantener estilos de vida saludable.	$(N^{\circ} \text{ capacitaciones realizadas}) / (N^{\circ} \text{ capacitaciones planificadas}) \times 100\%$		Todos							1						Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%
i.	Capacitación/ Taller: Estrategias para el Manejo del Estrés				Todos								1					Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%
j.	Capacitación: Hábitos saludables y Prevención de la Diabetes				Todos											1		Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%
k.	Campaña(s) de Salud: FECHA Y TEMA ABIERTA			Todos		1			1			1			1		Anual	Ene-24	PENDIENTE	0%	
4. ACCIONES DE PREVENCIÓN Y RESPUESTA FRENTE ACCIDENTES E INCIDENTES EN EL TRABAJO - ATENCIÓN ENFERMEDAD COMÚN																					
a.	Revisión de botiquines de las oficinas	Registro de Inspección de Botiquines	Enfermera Ocupacional / Médico Asistencial	Todos	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%	
b.	Atención de Primeros Auxilios en Accidentes o Incidentes. Según necesidad	Registro de Atenciones a Personal o Usuarios	Enfermera Ocupacional / Médico Asistencial	Todos	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%	
c.	Inspección de condiciones de los puestos de trabajo y mejoramiento de los mismos	Inspecciones inopinadas de los ambientes y puestos de trabajo	Enfermera Ocupacional / Médico Asistencial	Todos					1						1		Semestral	Ene-24	PENDIENTE	0%	
d.	Distribución de EPPs al personal. Según necesidad	Registro de entrega de EPPs al personal	Enfermera Ocupacional / Médico Asistencial	Todos	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%	
e.	Inspección del uso adecuado de EPPs donde corresponda su uso	Inspecciones inopinadas en los ambientes de trabajo	Enfermera Ocupacional / Médico Asistencial	Todos					1				1			1	Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%	
f.	Realización de Pausas Activas	Visitas a los ambientes de trabajo para dirección y motivación de la pausa activa	Enfermera Ocupacional / Médico Asistencial	Todos	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%	
g.	Reporte de accidentes-incidentes de Trabajo. Según necesidad	Realizar el informe detallado	Enfermera Ocupacional / Médico Asistencial	Todos	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Mensual	Ene-24	PENDIENTE	0%	

	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	Código: SNRP-SST-ZRXII-PL-003 Versión: 01 Pág. 23 de 23
	PLAN ANUAL DE SALUD OCUPACIONAL	

ANEXO 02

FECHAS CONMEMORATIVAS DEL MINISTERIO DE SALUD	
Fecha	Celebración
04 de febrero	Día Mundial contra el Cáncer
13 de marzo	Día Mundial del Riñón
20 de abril	Semana de la Vacunación e inmunización de las Américas
17 de mayo	Día Mundial de la Hipertensión Arterial
31 de mayo	Día Mundial sin Tabaco
14 de junio	Día Mundial del Donante de Sangre
6 de agosto	Semana de la Lactancia Materna en el Perú
28 de setiembre	Día Mundial de la Prevención de la Rabia
19 de octubre	Día Mundial contra el Cáncer de Mama
14 de noviembre	Día Mundial de la Diabetes
1 de diciembre	Día Mundial de la Lucha contra el Sida