



**El emprendimiento
es de todos**

Minhacienda



CONTADURÍA
GENERAL DE LA NACIÓN



PLAN DE EMERGENCIAS CGN



COPASST

Contaduría General de la Nación

LECCIONES APRENDIDAS INCIDENTES Y ACCIDENTES DE TRABAJO



BRIGADA DE EMERGENCIA
Contaduría General de la Nación



COPASST
Contaduría General de la Nación



Practique el autocuidado y prevenga accidentes

TIPO DE EVENTO	ACCIDENTE SIN LESIONES INCAPACITANTES	FECHA	26/06/2019
TIPO DE LESIÓN	ESGUINCE DE TOBILLO.		
DESCRIPCIÓN DEL ACCIDENTE			
En el desarrollo de una actividad lúdica de integración del plan de bienestar e incentivos de la entidad, la trabajadora participaba en un juego de tenis de mesa, hace un movimiento explosivo generándole un dolor muscular en la parte trasera y delantera de los músculos inferiores de pierna izquierda y derecha.			
CAUSAS BÁSICAS	NINGÚN FACTOR PERSONAL, NI DEL TRABAJO.		
CAUSAS INMEDIATAS	SUPERFICIE RESBALOSA, SIN SEÑALIZACIÓN, NI CONTROL DEL TRÁNSITO.		
LECCIONES APRENDIDAS			
Tenga en cuenta estas recomendaciones:			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Antes de la actividad física camine lentamente de 5 a 10 minutos. ✓ Para el precalentamiento enfóquese en los grandes grupos musculares, como los músculos isquiotibiales. ✓ Para el enfriamiento siga con el ejercicio por unos cinco minutos más a un ritmo más lento y con menor intensidad. ✓ Haga estiramientos después del precalentamiento o del enfriamiento, cuando los músculos ya estén calientes. 			





Practique el autocuidado y prevenga accidentes

TIPO DE EVENTO	ACCIDENTE CON LESIONES INCAPACITANTES	FECHA	27/09/2019
TIPO DE LESIÓN	FRACTURA		
DESCRIPCIÓN DEL ACCIDENTE			
El Colaborador participaba en actividad de integración en centro recreativo, se dirigía a disfrutar del almuerzo con los demás compañeros del proceso, de repente resbala y cae golpeándose el codo del brazo izquierdo.			
CAUSAS BÁSICAS	NINGÚN FACTOR PERSONAL, NI DEL TRABAJO.		
CAUSAS INMEDIATAS	SUPERFICIE RESBALOSA Y FALTA DE ATENCIÓN A LAS CONDICIONES DEL PISO.		
LECCIONES APRENDIDAS			
Tenga en cuenta estas recomendaciones:			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Reporte cualquier condición adversa de seguridad o salud que identifique, tome acciones inmediatas que mitiguen el peligro. ✓ Transite sin distracciones y a velocidad segura. ✓ Practique el autocuidado. 			

