



Dirección General

## RESOLUCION DIRECTORAL

N° 019 - 2021-DG-HVLH/MINSA

Magdalena del Mar, 08 de marzo de 2021

**Visto;** la Nota Informativa N° 092-2021-OP-HVLH/MINSA, emitida por la Jefa de la Oficina de Personal del Hospital Víctor Larco Herrera;

### CONSIDERANDO:

Que, mediante Ley 29783, modificada por Ley N° 30222, se aprobó la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, el mismo que se encuentra regulado por el Reglamento de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, aprobado mediante Decreto Supremo N° 005-2012-TR, modificado por Decreto Supremo N° 006-2014-TR, y tiene como objetivo promover una cultura de prevención de riesgos laborales en el país, sobre la base de la observancia del deber de prevención de los empleadores, el rol de fiscalización y control del Estado y la participación de los trabajadores y sus organizaciones sindicales, quienes a través del diálogo social, velan por la promoción, difusión y cumplimiento de las normas sobre la materia;

Que, el Estado, en consulta con las organizaciones más representativas de empleadores y de trabajadores, tiene la obligación de formular, poner en práctica y reexaminar periódicamente una Política Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, que tenga por objeto prevenir los accidentes y los daños para la salud que sean consecuencia del trabajo, guarden relación con actividad laboral o sobrevengan durante el trabajo reduciendo al mínimo, en la medida en que sea razonable y factible, las causas de los riesgos inherentes al medio ambiente de trabajo;

Que, mediante Resolución Directoral N° 134-2019-DG-HVLH de fecha 22 de Agosto del 2019, se reconoce a las personas elegidas como representantes de los trabajadores, como miembros del Comité de Seguridad y Salud en el trabajo – CSST del Hospital Víctor Larco Herrera, a fin de que se establezcan los medios y condiciones que protejan la vida, la salud y el bienestar de los trabajadores del hospital Víctor Larco Herrera, y de aquellos que, no teniendo vínculo laboral, prestan servicios o se encuentran dentro del ámbito del centro de labores;

Que, mediante Decreto Supremo N° 002-2013-TR, se aprueba la Política Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, el cual tiene por objeto prevenir los accidentes de trabajo, enfermedades profesionales y reducir los daños que se pudieran ocasionar a la salud de los trabajadores, que sean consecuencia del trabajo, guarden relación con la actividad laboral o sobrevengan durante el trabajo que estos realizan;

Que, mediante documento del Visto, la Jefa de la Oficina de Personal del Hospital Víctor Larco Herrera, remite el proyecto del Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo del Hospital Víctor Larco Herrera – 2021, con la finalidad de promover una cultura de prevención en seguridad y salud en el trabajo estableciendo progresivamente un entorno laboral seguro y saludable para todos los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera;

Que, mediante Nota Informativa N° 014-2021-OEPE/HVLH/MINSA, el Director de la Oficina Ejecutiva de Planeamiento Estratégico, indica que el Documento Técnico Denominado: "Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo – 2021", cumple con las "Normas para la Elaboración de Documentos Normativos del Ministerio de Salud", aprobado por Resolución



Ministerial N° 850-2016/MINSA; por lo que cuenta con el visto bueno para ser aprobados mediante acto resolutivo;

Que, de acuerdo a lo expuesto y por convenir a los intereses funcionales que permitan un mejor cumplimiento de los fines y objetivos de la institución, resulta necesario formalizar la aprobación mediante el correspondiente acto de administración;

Con el visto bueno de la Jefa de la Oficina de Personal, de la Jefa del Departamento de Nutrición y Dietética, de la Directora de la Oficina Ejecutiva de Administración, del Director de la Oficina Ejecutiva de Planeamiento Estratégico y de la Jefa de la Oficina de Asesoría Jurídica del Hospital "Víctor Larco Herrera";y,

De conformidad con lo previsto en el literal c) del artículo 11° del Reglamento de Organización y Funciones del Hospital "Víctor Larco Herrera" aprobado por Resolución Ministerial N° 132-2005/MINSA



**SE RESUELVE:**

**Artículo 1°.-** Aprobar con eficacia anticipada al 02 de Enero del 2021, el **PLAN ANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO - 2021** del Hospital Víctor Larco Herrera, cuyo texto forma parte integrante de la presente Resolución y consta de veintisiete (27) folios, incluido un (1) anexo y un Programa de Complemento Nutricional - 2021 para los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera, que se integra también como anexo.

**Artículo 2°.-** El Plan aprobado en el artículo precedente, es de cumplimiento obligatorio por todas las dependencias asistenciales y administrativas del Hospital "Víctor Larco Herrera".

**Artículo 3°.-** Disponer la publicación de la presente Resolución en el Portal Institucional del Hospital "Víctor Larco Herrera" ([www.larcoherrera.gob.pe](http://www.larcoherrera.gob.pe)).



Regístrese y comuníquese

Ministerio de Salud  
Hospital Víctor Larco Herrera

  
Med. Elizabeth M. Rivera Chávez  
Directora General  
C.M.P. 24232 R.N.E. 10693



EMRCh/MYRV.

**Distribución:**

- Unidades Orgánicas del HVLH.
- Oficina de Personal
- Archivo



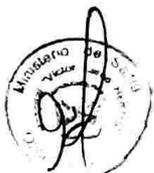
# HOSPITAL "VÍCTOR LARCO HERRERA"



---

## DOCUMENTO TÉCNICO PLAN ANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO 2021

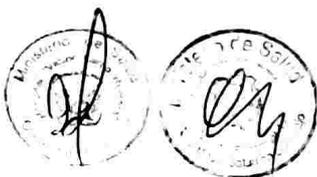
---





## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
I. FINALIDAD	3
II. ÁMBITO DE APLICACIÓN	3
III. BASE LEGAL	3
IV. DISPOSICIONES GENERALES	4
V. DISPOSICIONES ESPECIFICAS	4
VI. RESPONSABILIDADES	13
VII ANEXOS	14





## "PLAN ANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO 2021"

### INTRODUCCION

El Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo es el documento de gestión que permite al Hospital Víctor Larco Herrera desarrollar la mejora continua del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, teniendo en consideración la participación de los trabajadores, sus representantes y las organizaciones sindicales.

Es por ello, que el presente Plan Anual de Seguridad y salud en el Trabajo 2021 ha sido elaborado y revisado por la Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo para realizar las actividades que promuevan la prevención de accidentes de trabajo y enfermedades ocupacionales; asimismo desarrollar una cultura de ambientes de trabajo seguros y saludables.

### I. FINALIDAD

Promover una cultura de prevención en seguridad y salud en el trabajo estableciendo progresivamente un entorno laboral seguro y saludable para todos los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera.

#### 1. Objetivo General

Promover la prevención de incidentes, accidentes de trabajo, enfermedades ocupacionales y garantizar el bienestar y la salud integral de los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera

#### 2. Objetivos Específicos

- Cumplir con la documentación vigente en el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo
- Implementar medidas para la vigilancia de la salud de los trabajadores
- Promover la prevención de incidentes y accidentes de trabajo
- Fortalecer la coordinación de la preparación y respuestas ante emergencias

### II. AMBITO DE APLICACIÓN

El presente plan es de aplicación a todos los órganos y unidades orgánicas (direcciones, departamentos, oficinas, servicios y unidades) del HVLH.

### III. BASE LEGAL

- Constitución Política del Perú
- Ley N° 29783, Ley de Seguridad y salud en el Trabajo
- Ley N° 30222, Modificatoria de la Ley de Seguridad y salud en el Trabajo
- Ley N° 30453, Ley del Sistema Nacional de Residentado Médico.
- Decreto Supremo N° 005-2012-TR, Reglamento de la Ley de SST
- Decreto supremo N° 006-2014-TR, Modificatoria del Reglamento de la Ley de SST
- Decreto Supremo N° 012-2014-TR, que aprueba el Registro único sobre Accidentes de Trabajo; Incidentes Peligrosos y enfermedades Ocupacionales.



- Resolución Ministerial N° 050-2013-TR, Modelos de Registros y Guía básica del SGSST
- Resolución Ministerial N° 148-2012-TR, Guía para el proceso de elecciones del Comité SST en las entidades públicas
- Resolución Ministerial N° 480-2008-MINSA, que aprueba la Norma Técnica de Salud que establece el Listado de Enfermedades Profesionales
- Resolución Ministerial N° 312-2011-MINSA, que aprueba los Protocolos de Exámenes Médico Ocupacionales y Guías de Diagnósticos de los Exámenes Médicos Obligatorios por Actividad
- Resolución Ministerial N° 571-2014-MINSA, Modificatoria de RM 312-2011-MINSA
- Decreto Supremo N° 003-98-SA, Normas Técnicas del Seguro Complementario de Trabajo de Riesgo (SCTR)
- Resolución Ministerial N° 375-2008-TR, Norma básica de Ergonomía
- Decreto Supremo N°020-2019-TR, que modifica el reglamento de la Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, el Reglamento de la Ley N° 28806, Ley General de Inspección del Trabajo, el Decreto Supremo N° 017-2012-TR y el Decreto Supremo N° 007-2017-TR
- Resolución Directoral N° 085-2017-DG-HVLH, que aprueba el Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Resolución Directoral N° 134-2019-DG-HVLH, que designa a los miembros representantes de la parte empleadora del HVLH ante el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo y reconoce a los nuevos miembros del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Resolución Ministerial N° 265-2020/MINSA, que modifica el Documento Técnico: "Lineamientos para la vigilancia de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a COVID-19".
- Resolución Ministerial N° 283-2020-MINSA, que modifica los numerales 6.1.10, 7.3.4 y 8.6 del Documento Técnico: "Lineamientos para la vigilancia de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a COVID-19", aprobado por Resolución Ministerial N° 239-2020/MINSA.
- Resolución Ministerial N° 972-2020-MINSA, que aprueba el Documento Técnico: "Lineamientos para la vigilancia, prevención y control de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a SARS-CoV-2".
- Resolución Ministerial N°100-2021-MINSA, que aprueba la Directiva Administrativa N°302-MINSA-2021-DGIESP "Directiva Administrativa que establece la organización, implementación y atención de salud en los Centros de Aislamiento Temporal y Seguimiento Comunitarios de COVID-19".

#### IV. DISPOSICIONES GENERALES

La planificación, desarrollo y aplicación del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud va a permitir al HVLH:

- Cumplir, como mínimo, las disposiciones de las leyes y reglamentos nacionales, los acuerdos convencionales y otras derivadas de la práctica preventiva.
- Mejorar el desempeño laboral en forma segura.
- Mantener los procesos productivos o de servicios de manera que sean seguros y saludables.

El plan de anual de seguridad y salud en el trabajo está constituido por un conjunto de programas:





PERÚ

Ministerio  
de Salud

Hospital Víctor Larco  
Herrera



- Programa de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Programa de Capacitación y Entrenamiento.
- Programación Anual del Servicio de Seguridad y Salud en el Trabajo.

## V. DISPOSICIONES ESPECÍFICAS

### CONTENIDO DEL PLAN ANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

#### 1. ALCANCE

El presente Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo es de aplicación a todos los trabajadores del HVLH, personal nombrado, contratado por cualquier modalidad y para visitantes, aplica a todas las actividades que realicen en sus instalaciones.

#### 2. ELABORACIÓN DE LÍNEA BASE

La estructuración del presente Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo se basa en la Línea Base elaborada en el mes de diciembre del 2016 aprobado por R.D. 023-2017-DG-HVLH, y lo realizado en los años previos por el sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo.

#### 3. POLÍTICA DE SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL

El Hospital Víctor Larco Herrera, en el marco de un proceso de diálogo franco y constructivo, adopta la Política Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, actualizada mediante por R.D. 119-2018-DG-HVLH.

##### 3.1. OBJETO DE LA POLÍTICA

Prevenir las enfermedades ocupacionales y accidentes de trabajo a los trabajadores del HVLH, realizando una adecuada gestión de los riesgos propios de sus puestos de trabajo con la participación de todos los trabajadores, logrando un proceso de mejora continua y cumpliendo la Normativa Vigente.

##### 3.2. PRINCIPIOS DE LA POLÍTICA

- **Prevención.** Establecer medios y condiciones que protejan la seguridad y salud de todos los trabajadores del HVLH mediante la prevención de enfermedades ocupacionales, enfermedades al trabajo, agravamiento de patologías comunes por causa laboral, accidentes e incidentes laborales.
- **Requisitos legales.** El cumplimiento de las disposiciones legales pertinentes en materia de seguridad y salud en el trabajo
- **Participación.** Promover mecanismos que aseguren la consulta y participación activa de todos los trabajadores en los elementos del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SGSST).
- **Mejora continua.** Asegurar un proceso de mejora continua del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo, a través de la adecuada vigilancia médica y del ambiente, investigación de accidentes, incidentes y enfermedades ocupacionales, y la supervisión y mejora de los controles de riesgos aplicados.





#### 4. OBJETIVOS Y METAS

##### 4.1. OBJETIVO GENERAL

Prevenir la ocurrencia de enfermedades ocupacionales y relacionadas al trabajo de los trabajadores y contratistas a través de una cultura prevención de riesgos, y cumplimiento de la normativa vigente en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo.

#### 5. COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO Y REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

##### 5.1. EL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO DEL HOSPITAL VÍCTOR LARCO HERRERA.

El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo del Hospital Víctor Larco Herrera con fecha 22 de agosto del 2019, mediante acto resolutivo fue conformado.

Este Comité tiene como objetivo promover la seguridad y salud en el trabajo, así como desarrollar las funciones que disponen la Normativa Legal (Art. 42 del DS 005-2012-TR "Reglamento de la Ley N°29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo").

El HVLH cuenta con un Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo aprobado por Resolución Directoral N° 085-2017-DG-HVLH. El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo deberá cumplir y velar por el cumplimiento del Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo.

##### 5.2. DESIGNACIÓN DE MIEMBROS DEL COMITÉ DE SST

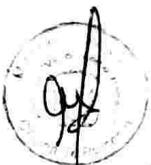
Por medio de la Resolución Directoral N°134-2019-DG-HVLH, publicada el 22 de agosto del 2019, se constituye el CSST, señalando que el mandato de los representantes de los trabajadores es por dos años renovables. El CSST del Hospital Víctor Larco Herrera se encuentra Presidido por un representante de los trabajadores, al igual que el cargo de Secretario.

##### Como miembros representantes del empleador se designan:

- Titulares:  
Director Adjunto  
Director de la Oficina Ejecutiva de Administración  
Jefa de la Oficina de Personal  
Jefe de la Oficina de Epidemiología y Salud Mental  
Jefe de la Oficina de Gestión de la Calidad  
Jefatura del Dpto. de Apoyo Médico Complementario
- Suplentes  
Director Ejecutivo de Planeamiento Estratégico  
Jefe de la Oficina de Servicios Generales y Mantenimiento  
Lic. Rossana Martina Incio Espinoza de Taboada  
Sra. María Magdalena Ching Contreras  
Med. Rosa Elizabeth Zegarra Moretti  
Med. Álvaro Lázaro Velásquez Acosta

##### Como miembros representantes de los trabajadores son elegidos:

- Titulares:  
Oscar Gallo Villarreal





PERÚ

Ministerio  
de Salud

Hospital Víctor Larco  
Herrera



Víctor Manuel Rodríguez Pérez  
Jefe Benjamín Buleje Aponte  
Samuel Reátegui Gonzáles  
Edgar Carlos Osorio Aguilar  
Yane Jaqueline Feliz Reyes

- Suplentes  
James Enrique Ramírez Gonzales  
Pamela Briseida Vílchez Cano  
Abilio Pimentel Torres  
Arturo Peláez Mugarra  
Yennifer Delgado Vera  
Marissa Elizabeth Mantilla Chirinos

## 6. IDENTIFICACIÓN DE PELIGROS Y EVALUACIÓN DE RIESGOS Y CONTROLES (IPERC), MAPAS DE RIESGOS

La Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo realizará el IPERC de la institución. Adicionalmente solicitará la designación de presupuesto a fin de realizar el Mapa de Riesgos a elaborarse durante el año 2021 por un asesor en Seguridad e Higiene, en conjunto con el Médico Ocupacional y los trabajadores.

## 7. ORGANIZACIÓN Y RESPONSABILIDADES

### 7.1. Son responsabilidades de la Dirección General.

- Liderar y hacer cumplir el Programa Anual de SST, manifestando un compromiso visible con la Política de SST de la institución.
- Participar de las actividades planeadas y programadas del Comité de SST y liderar el SGSST.
- Cumplir los literales comprendidos en el Art. 35 de la Ley N° 29783

### 7.2. Son responsabilidades del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo

- Aprobación del Plan y Programa Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Aprobación del Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo (RISST).
- Conocer y aprobar la Programación anual del Servicio de Seguridad y Salud en el trabajo.
- Aprobar el Plan Anual de Capacitación de los trabajadores sobre seguridad y salud en el trabajo.
- Evaluar los avances de los objetivos establecidos en el Programa Anual.

### 7.3. Asesor de seguridad e higiene

- Investigación accidentes de trabajo.
- Inspecciones de seguridad e higiene.
- Auditorías Internas del SGSST
- Capacitaciones en seguridad e higiene.
- Elaboración conjunta del Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo (RISST).
- Elaboración de documentos y registros obligatorios del SGSST en materia de seguridad e higiene.

El asesor de seguridad e higiene realizará las actividades previamente mencionadas. En caso de no contar con uno, la Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo deberá realizar las funciones según las





competencias del personal médico especificadas en la norma "Perfil de competencias del médico ocupacional RM N° 021-2016/MINSA.

#### 7.4. Médico de Salud Ocupacional

- Identificar los peligros y evaluar los riesgos a la salud presentes en las actividades de la institución.
- Realizar el protocolo médico por puesto de trabajo según los riesgos identificados y liderar los exámenes médico ocupacionales de los trabajadores.
- Decidir la aptitud médico ocupacional de los trabajadores según su puesto de trabajo.
- Entregar los resultados médicos a los trabajadores.
- Mantener la confidencialidad de la información médica.
- Establecer la relación de causalidad en las enfermedades ocupacionales.
- Determinar las acciones a seguir luego de identificar el daño a la salud de los trabajadores.
- Revisar y analizar el monitoreo de las exposiciones laborales y proponer controles junto al asesor de seguridad e higiene.
- Implementar los programas de salud requeridos según los factores de riesgo identificados, incluyendo poblaciones vulnerables.
- Investigación accidentes de trabajo.
- Inspecciones de trabajo en materia de salud.
- Auditorías Internas del SGSST
- Capacitaciones en salud en el trabajo.
- Elaboración conjunta del Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo (RISST).
- Elaboración de documentos y registros obligatorios del SGSST en materia de salud.

#### 7.5. Son responsabilidades de los trabajadores

- Cumplir las disposiciones del Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo (RISST), normas y procedimientos aprobados.
- Participar activamente en el SGSST

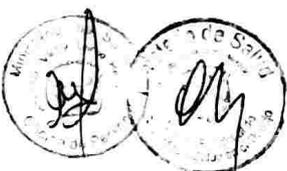
#### 8. CAPACITACIONES EN SST.

La Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo realizará 4 capacitaciones anuales en materia de SST. Dichas capacitaciones serán brindadas por el personal de la UFSST y/o Terceros Especialistas en la materia los cuales estarán determinadas por el Programa Anual de Capacitaciones (ANEXO 1).

#### 9. PROGRAMAS Y PROCEDIMIENTOS DE SALUD OCUPACIONAL

##### 9.1. PROCEDIMIENTO DE RESPUESTA A ACCIDENTES Y ESTADOS DE EMERGENCIA

Se seguirán los procedimientos y acciones básicas en respuesta a accidentes y estados de emergencia liderado por UGRED, asegurando que estos se den de manera oportuna, adecuada y efectiva. Deben incluirse el Manejo de Sustancias Peligrosas y el Plan de Respuesta a Emergencia.





## 9.2. PROCEDIMIENTO DE VIGILANCIA DE LA SALUD

- El médico ocupacional realizará el protocolo médico ocupacional, considerando los peligros y riesgos por puesto de los trabajadores.
- Se solicitará el presupuesto a la instancia correspondiente a fin de realizar los exámenes médicos pre-ocupacionales, anuales y de retiro para todos los trabajadores.
- Los exámenes médico ocupacionales anuales se realizarán en forma anual para todos los trabajadores.
- Se solicitará el examen médico de retiro a todos los trabajadores al cesar el vínculo laboral, el cual será realizado dentro del horario de trabajo. Si el vínculo laboral cesara dentro de los 2 meses siguientes a su examen médico periódico o pre ocupacional, estos se podrán considerar como examen médico de retiro, a menos que el médico ocupacional indique lo contrario.
- Los resultados de los exámenes médicos ocupacionales mantendrán la confidencialidad del trabajador, entregándose al empleador únicamente el certificado de aptitud y sin referirse a diagnósticos ni términos médicos.
- Los resultados de exámenes médicos ocupacionales serán archivados por la Institución hasta cinco años después de finalizar el vínculo laboral con el trabajador. Luego, los exámenes médicos serán guardados en un archivo pasivo hasta los veinte años.

## 9.3. PROCEDIMIENTO PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN EL TRABAJO

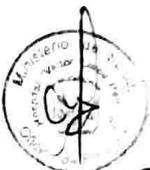
Para la vigilancia de la salud de los trabajadores en el contexto de la pandemia por COVID-19, se han considerado siete (7) lineamientos básicos basados en criterios epidemiológicos de aplicación obligatoria

### LINEAMIENTO 1: LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LOS CENTROS DE TRABAJO

- Verificar su cumplimiento; asimismo, se asegurarán las medidas de protección y capacitación necesarias para el personal que lo realiza.

### LINEAMIENTO 2: EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN DE SALUD DEL TRABAJADOR PREVIO AL REGRESO O REINCORPORACIÓN AL CENTRO DE TRABAJO

- Identificación del riesgo de exposición a Sars-Cov-2 (COVID-19) de cada puesto de trabajo.
- Aplicación de formatos de carácter declarativo a los trabajadores.
- Indicación de aplicación de pruebas de diagnóstico según normas del Ministerio de Salud a aquellos trabajadores, las que serán gestionadas por el empleador, debiendo estar registradas en el Sistema Integrado COVID-19. (SISCOVID-19).
- Identificación y gestión de monitoreo clínico a trabajadores con casos confirmados, sospechosos o contacto directo de un caso confirmado, de acuerdo a la normativa vigente.
- Brindar material e información sobre la prevención del contagio de la COVID-19, medidas de higiene y cuidado en el domicilio.





**LINEAMIENTO 3: LAVADO Y DESINFECCIÓN DE MANOS OBLIGATORIO**

- Verificar el adecuado uso y ubicación de los puntos de lavado de manos y dispensador de alcohol.

**LINEAMIENTO 4: SENSIBILIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN DEL CONTAGIO EN EL CENTRO DE TRABAJO**

- Asegurar la difusión de información sobre coronavirus y medios de protección laboral.
- Educar permanentemente en medidas preventivas, para evitar el contagio por COVID-19 dentro del centro de trabajo, en la comunidad y en el hogar.

**LINEAMIENTO 5: MEDIDAS PREVENTIVAS DE APLICACIÓN COLECTIVA**

- Implementar acciones dirigidas para prevenir el contagio y transmisión de COVID-19 en el ambiente de trabajo
- Promover el uso de medios digitales (aplicativos, páginas web, correos electrónicos, redes sociales, entre otros) para evitar la contaminación indirecta por el SARS-CoV-2.
- Establecer puntos estratégicos para el acopio de Equipos de Protección Personal usados, material descartable posiblemente contaminado (guantes, mascarilla su otros), para un manejo según lo establecido a la normativa.

**LINEAMIENTO 6: MEDIDAS DE PROTECCIÓN PERSONAL**

- Implementar las medidas para uso correcto y obligatorio de equipos de protección personal (EPP), según medidas recomendadas por organismos nacionales e internacionales, tomando en cuenta el riesgo de los puestos de trabajo para exposición ocupacional al SARS-CoV-2, cumpliendo los principios de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.

**LINEAMIENTO 7: VIGILANCIA DE LA SALUD DEL TRABAJADOR EN EL CONTEXTO DEL COVID19**

- Realizar la vigilancia de la salud de los trabajadores de forma permanente durante el tiempo que establezca el Ministerio de Salud.
- Asegurar el control de la toma y registro de la temperatura corporal de cada trabajador.
- Indicar la evaluación médica de síntomas COVID-19, a todo trabajador que presente fiebre o síntomas respiratorios. Gestionar el aislamiento, tratamiento, seguimiento clínico y registro correspondiente según normativa vigente.
- Comunicar a la autoridad de salud de su jurisdicción para el seguimiento de casos correspondiente.
- Realizar la vigilancia a la exposición a otros factores de riesgo, de tipo ergonómicos (jornadas de trabajo, posturas prolongadas, movimientos repetitivos y otros), psicosocial (condiciones de empleo, carga mental, carga de trabajo, doble presencia y otros), u otros, que se generen como consecuencia de trabajar en el contexto de la Pandemia COVID-19.
- Considerar las medidas de salud mental para conservar un adecuado clima laboral que favorezca la implementación del presente documento técnico.





#### 9.4. PROCEDIMIENTO DE PREVENCIÓN DE AGRESIONES DE TRABAJADORES POR PACIENTES PSIQUIÁTRICOS.

La Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el trabajo ha elaborado un procedimiento de prevención de agresiones de trabajadores por pacientes psiquiátricos con el objetivo de solicitar al área clínico asistencial la investigación concerniente del accidente y los controles a considerar. Durante el siguiente año se continuará con las actividades de dicho procedimiento.

#### 9.5. PROGRAMA DE CONTROL DE INFECCIONES POR MICOBACTERIUM TUBERCULOSIS

El objetivo del Programa de Control de Infecciones Respiratorias es prevenir la infección por tuberculosis en los trabajadores del HVLH de acuerdo a lo establecido en la normativa vigente (DS. 021-2016-SA). En el Art. 20 de la norma mencionada se estipulan los derechos de los trabajadores expuestos.

El programa deberá incluir los siguientes componentes:

- Brindar inducción de ingreso y capacitaciones
- Brindar el equipo de protección respiratoria
- Vigilancia medico ocupacional:
  - o Control clínico
  - o Control radiológico anual
- Contar con SCTR Salud y Pensiones
- Descanso médico efectivo en caso de tuberculosis, hasta que el médico tratante lo indique
- Reubicación laboral en caso de trabajadores con cuadros de inmunosupresión y expuestos a riesgo de contraer TBC.
- Reubicación en caso de secuela por tuberculosis será reubicado a otra área que no presente el riesgo de reinfección.
- Registros

#### 9.6. PROGRAMA DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL

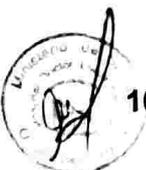
La finalidad del programa es generar condiciones alimenticias saludables que permitan a los trabajadores del Hospital Víctor Larco prevenir y corregir los daños a la salud y mejorar el desempeño laboral.

El programa incluye las siguientes actividades:

- Elaboración de programa de complemento nutricional
- Atención personalizada en consulta a trabajadores con diagnóstico nutricional de obesidad.
- Evaluación antropométrica final a los trabajadores con diagnóstico nutricional de obesidad.
- Consolidado de los resultados obtenidos
- Desayuno y almuerzo para el trabajador nombrado, CAS y residentes de la institución.
- Informe anual del Programa de Complemento Nutricional.

#### 10. INSPECCIONES

Realizar inspecciones periódicas en las áreas administrativas, áreas operativas, instalaciones, maquinaria y equipos, a fin de reforzar la gestión preventiva, tomando las respectivas medidas de recomendación, advertencia y requerimiento según lo indicado por la Normativa legal vigente.





Se deberá implementar un registro de inspecciones internas de seguridad y salud en el trabajo.

La realización de las inspecciones de SST así como los registros y las recomendaciones estarán a cargo de la UFSST.

#### 11. UNIDAD FUNCIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Bajo la Resolución Directoral N°248-2016-DG-HVLH, publicada el 17 de agosto del 2016, se conforma la Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo (UFSST).

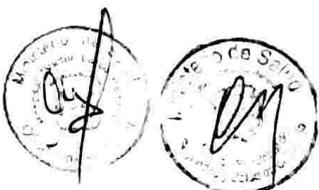
Dicha unidad se encuentra a cargo de un Médico Ocupacional, el cual cumple adicionalmente con la función de Coordinador de la UFSST. Dicho personal deberá cumplir con las especificaciones del Resolución Ministerial N° 312-2011 MINSA, y sus modificatorias (Resolución Ministerial N° 004-2014 MINSA y Resolución Ministerial N° 763-2017 MINSA).

La UFSST elabora el Plan Anual de SST, el cual se mantendrá en evaluación continua para asegurar su cumplimiento y efectividad a través de indicadores. A fin de evaluar el cumplimiento del Programa Anual de SST, donde se considera las actividades del plan, metas, fechas de cumplimiento y responsables de cada actividad.

En caso de encontrarse deficiencias dentro del Programa, se deberán tomar medidas correctivas y preventivas adecuadas (incluyendo la definición de responsabilidad y autoridad) a fin de evitar la reincidencia.

Las funciones de la UFSST se estipulan por el Art. 36 de la Ley 29783, las cuales son las siguientes:

- a. Identificación y evaluación de los riesgos que puedan afectar a la salud en el lugar de trabajo.
- b. Vigilancia de los factores del medio ambiente de trabajo y de las prácticas de trabajo que puedan afectar a la salud de los trabajadores, incluidas las instalaciones sanitarias, comedores y alojamientos, cuando estas facilidades sean proporcionadas por el empleador.
- c. Asesoramiento sobre la planificación y la organización del trabajo, incluido el diseño de los lugares de trabajo, sobre la selección, el mantenimiento y el estado de la maquinaria y de los equipos y sobre las sustancias utilizadas en el trabajo.
- d. Participación en el desarrollo de programas para el mejoramiento de las prácticas de trabajo, así como en las pruebas y la evaluación de nuevos equipos, en relación con la salud.
- e. Asesoramiento en materia de salud, de seguridad e higiene en el trabajo y de ergonomía, así como en materia de equipos de protección individual y colectiva.
- f. Vigilancia de la salud de los trabajadores en relación con el trabajo.
- g. Fomento de la adaptación del trabajo a los trabajadores.
- h. Asistencia en pro de la adopción de medidas de rehabilitación profesional.
- i. Colaboración en la difusión de informaciones, en la formación y educación en materia de salud e higiene en el trabajo y de ergonomía.





PERÚ

Ministerio  
de Salud

Hospital Víctor Larco  
Herrera



- j. Organización de los primeros auxilios y de la atención de urgencia.
- k. Participación en el análisis de los accidentes del trabajo y de las enfermedades profesionales.

## 12. CLIENTES, SUBCONTRATOS, SERVICIOS Y PROVEEDORES

Los contratistas que realicen trabajos en el HVLH deben cumplir con las disposiciones en materia de SST establecidas en el RISST y el SGSST.

Toda empresa contratada o subcontratada, como requisito mínimo, debe presentar el Certificado de Aptitud Laboral y la constancia de aportar al Seguro Complementario de Trabajo de Riesgo (Salud y Pensión) del personal que ingresa a trabajar a las instalaciones del HVLH, el cual deberá mantenerse vigente por todo el periodo que duren los trabajos.

## 13. PLAN DE CONTINGENCIA Y EMERGENCIA

Se elaborará y aprobará un plan de atención de emergencias en trabajadores. Así mismo la unidad de UGRED elaborará planes de contingencia a diferentes eventos adversos.

## 14. INVESTIGACIÓN DE ACCIDENTES, INCIDENTES Y ENFERMEDADES OCUPACIONALES.

Se realizará la investigación de accidentes e incidentes, a fin de definir la causalidad de estos hechos a fin se realicen las medidas preventivas y se apliquen los controles necesarios.

Se realizará la investigación de enfermedades ocupacionales y relacionadas al trabajo, identificando los peligros y evaluando los riesgos asociados a estas enfermedades, a fin de definir la causalidad de estos riesgos, teniendo en cuenta los resultados del examen médico ocupacional, atenciones médicas particulares y evaluaciones médicas del médico ocupacional.

La notificación de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales se realizará en cumplimiento del Art. 82 de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, y el Art. 110 del DS 005-2012TR y su modificatoria "Decreto Supremo que aprueba el Registro Único de Información sobre accidentes de trabajo, incidentes peligrosos y enfermedades ocupacionales y modifica el artículo 110 del Reglamento de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo DECRETO SUPREMO Nº 012-2014-TR". En el caso de accidentes mortales e incidentes peligrosos, estos deberán notificarse dentro del plazo máximo de 24 horas de ocurrido el hecho.

## 15. AUDITORIA

El HVLH solicitará auditorias anuales a fin de comprobar el correcto funcionamiento de su SGSST, garantizando de esta manera la correcta gestión de riesgos y seguridad en los puestos de trabajo.

## 16. ESTADÍSTICA

Se valorizarán y analizarán los datos estadísticos y los registros correspondientes como son la incidencia y prevalencia de enfermedades ocupacionales y enfermedades relacionadas al trabajo según el Anexo III del Modelo de Informe Técnico de Vigilancia de la Salud de los Trabajadores ante la Autoridad de Salud Competente de Nivel Nacional.



**17. MANTENIMIENTO DE REGISTROS**

**Objetivo:** Establecer y mantener registros en medios físicos y/o electrónicos de acuerdo a la normativa vigente.

**Descripción:**

- El registro de enfermedades ocupacionales debe conservarse por un período de veinte (20) años; los registros de accidentes de trabajo e incidentes peligrosos por un periodo de diez (10) años posteriores al suceso; y los demás registros por un periodo de cinco (5) años posteriores al suceso.

**18. IMPLEMENTACION DEL PLAN****18.1. PRESUPUESTO**

**Objetivo:** Cumplimiento efectivo del Plan de Salud Ocupacional, realizando la inversión respectiva.

**Descripción:** La Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo, establece un monto estimado para implementar las acciones programadas de SST durante el año 2021, por lo tanto, según la necesidad de la entidad se requiere de 1,990,200.00 soles de asignación presupuestal. Según cuadro 1.

**Cuadro 1. Costo estimado según necesidad periodo 2021.**

Descripción	PEA	Monto mensual * 165.00 c/u.	Monto anual estimado S/.
Complemento Nutricional	940	155,100.00	1,861,200.00
Exámenes Médicos Ocupacionales.			129,000.00
<b>TOTAL, ANUAL</b>		155,100.00	<b>1,990,200.00</b>

Sin embargo, la Oficina de Planeamiento Estratégico del Hospital Víctor Larco Herrera, con Nota informática N° 031-2021-OEPE-HVLH/MINSA de fecha 09 de febrero del 2021; según reporte del PIM precisa que se dispone de 650,000.00 soles por fuente de financiamiento de Recursos Ordinarios para la ejecución del presente Plan, debiendo programar el gasto por cuatro (04) meses. Cuadro 2.

**Cuadro 2. programación de gasto por cuatro meses.**

Descripción	PEA	Costo mensual * 165.00 c/u.	Costo por Cuatro (04) meses S/.
Complemento Nutricional	940	155,100.00	620,400.00
Exámenes Médicos Ocupacionales.			29,600.00
<b>TOTAL</b>			<b>650,000.00</b>

Cabe señalar que por medidas de emergencia sanitaria el nivel de recaudación ha disminuido considerablemente lo cual no permite atender el gasto por RDR. Sin embargo, queda abierta la posibilidad de habilitar el presupuesto en el presente año.

**18.2. PROGRAMA DE SST**

**Objetivo:** Detallar las actividades, responsables, recursos y plazos de ejecución.

**Actualización:** El programa será actualizado anualmente





## VI. RESPONSABILIDADES

### 1. Dirección General.

- Liderar y hacer cumplir el Programa Anual de SST, manifestando un compromiso visible con la Política de SST de la institución.
- Participar de las actividades planeadas y programadas del Comité de SST y liderar el SGSST.
- Cumplir los literales comprendidos en el Art. 35 de la Ley N° 29783

### 2. Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo

- Aprobación del Plan y Programa Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Aprobación del Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo (RISST).
- Conocer y aprobar la Programación anual del Servicio de Seguridad y Salud en el trabajo.
- Aprobar el Plan Anual de Capacitación de los trabajadores sobre seguridad y salud en el trabajo.
- Evaluar los avances de los objetivos establecidos en el Programa Anual.

### 3. Médico de Salud Ocupacional

- Identificar los peligros y evaluar los riesgos a la salud presentes en las actividades de la institución.
- Realizar el protocolo médico por puesto de trabajo según los riesgos identificados y liderar los exámenes médico ocupacionales de los trabajadores.
- Decidir la aptitud médico ocupacional de los trabajadores según su puesto de trabajo.
- Entregar los resultados médicos a los trabajadores.
- Mantener la confidencialidad de la información médica.
- Establecer la relación de causalidad en las enfermedades ocupacionales.
- Determinar las acciones a seguir luego de identificar el daño a la salud de los trabajadores.
- Revisar y analizar el monitoreo de las exposiciones laborales y proponer controles junto al asesor de seguridad e higiene.
- Implementar los programas de salud requeridos según los factores de riesgo identificados, incluyendo poblaciones vulnerables.
- Investigación accidentes de trabajo.
- Inspecciones de trabajo en materia de salud.
- Auditorías Internas del SGSST
- Capacitaciones en salud en el trabajo.
- Elaboración conjunta del Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo (RISST).
- Elaboración de documentos y registros obligatorios del SGSST en materia de salud.

### 4. Son responsabilidad de los trabajadores

- Cumplir las disposiciones del Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo (RISST), normas y procedimientos aprobados.
- Participar activamente en el SGSST.





PERÚ Ministerio de Salud

Hospital Víctor Larco Herrera



VII. ANEXOS

PROGRAMA DE SST 2021



PROGRAMA ANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO 2021											N° TRABAJADORES EN EL CENTRO DE LABORES										
RAZÓN SOCIAL		RUC	DOMICILIO	ACTIVIDAD ECONÓMICA																	
HOSPITAL VICTOR LARCO HERRERA		20159855938	AV. Augusto Perez Arenibal 600, Magdalena	Actividades de Hospitales							943										
<b>Objetivo General 1</b>											<b>Implementar la Documentación del Sistema de Gestión Salud en el Trabajo</b>										
Objetivos Específicos											Implementar los documentos y registros obligatorios del SGSST										
Meta											100% de cumplimiento en 12 meses.										
Indicador											N° Actividades Realizadas / N° Actividades Programadas x 100%										
Presupuesto											Solicitar presupuesto 2021										
Recursos											Subcontratista										
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2021												Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estado (Realizado, pendiente, en proceso)	Observaciones	
				E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D						
1	Realización del IPER en seguridad y mapa de riesgo	Asesor en seguridad	UFSST					X	X	X							01/06/2021	N° IPERC por áreas realizadas x 100 45 áreas programados	0%	Pendiente	
<b>Objetivo General 2</b>											<b>Realización de Examen Médico Ocupacional</b>										
Objetivos Específicos											Erealización de EMO										
Meta											100% de cumplimiento en 12 meses										
Indicador											N° Actividades Realizadas / N° Actividades Propuestas x 100%										
Presupuesto											Solicitar presupuesto 2021										
Recursos											Subcontratista										
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2021												Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estado (Realizado, pendiente, en proceso)	Observaciones	
				E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D						
1	Realización de Examen médico ocupacional	Médico Ocupacional	UFSST								X	X	X	X	X	X	01/06/2021	N° EMO Realizada x 100 N° de trabajadores en el año reportados por Of. Personal	0%	Pendiente	



PERÚ Ministerio de Salud

Hospital Víctor Larco Herrera



Objetivo General 3																				
Evaluación de Trabajadora en condición de discapacidad y en gestantes																				
Objetivos Específicos																				
Evaluación de Trabajadora en condición de discapacidad y en gestantes																				
100% de cumplimiento en 12 meses.																				
Meta																				
Indicador																				
N° Actividades Realizadas / N° Actividades Programadas x 100%																				
Presupuesto																				
Solicitar presupuesto 2021																				
Recursos																				
Propios																				
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2021												Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estado (Realizado, pendiente, en proceso)	Observaciones
				E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D					
1	Evaluación de Trabajador con Discapacidad	Médico Ocupacional	UFSST												X	01/08/2021	N° Actividad Realizada x 100 02 trabajadores con certificado de discapacidad	0%	Pendiente	
2	Evaluación de Trabajadora en Periodo de Gestación y Puerperio	Médico Ocupacional	UFSST	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	01/04/2021	N° Actividad Realizada x 100 N° trabajadoras gestantes en el año	0%	Pendiente	
Objetivo General 4																				
Establecer Programas de Gestión de Riesgos																				
Objetivos Específicos																				
Aplicar Procedimiento de prevención de TBC																				
Aplicar Procedimiento de prevención de agresión																				
100% de cumplimiento en 12 meses.																				
Meta																				
Indicador																				
N° Actividades Realizadas / N° Actividades Programadas x 100%																				
Presupuesto																				
Solicitar presupuesto 2021																				
Recursos																				
Propios																				
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2021												Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estado (Realizado, pendiente, en proceso)	Observaciones
				E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D					
1	Aplicar procedimiento de prevención de TBC	Médico Ocupacional	UFSST	X	X	X										01/03/2021	N° Pabellones implementados x 100 03 pabellones programados (Pab N° 1-20-18)	0%	Pendiente	
2	Aplicar procedimiento de prevención de agresión	Médico Ocupacional	UFSST	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	01/03/2021	N° agresiones investigadas x 100 N° agresiones ocurridas (fichas de atención SCTR anuales reportadas por Bienestar de Personal)	0%	Pendiente	

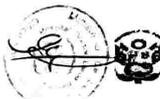


**PERÚ** Ministerio de Salud

Hospital Victor Larco Herrera



Objetivo General 5													Continuar Procedimiento de Vigilancia Médica y del Ambiente									
Objetivos Específicos													Seguimiento de Procedimiento de Vigilancia de la Salud e Investigación de Enfermedades Ocupacionales y Relacionadas al Trabajo									
Meta													100% de cumplimiento en 12 meses.									
Indicador													N° Actividades Realizadas / N° Actividades Programadas x 100%									
Presupuesto													Según presupuesto 2021									
Recursos													Propios									
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2021												Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estado (Realizado, no realizado, pendiente, en proceso)	Observaciones		
				E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D							
1	Seguimiento de Procedimiento de Vigilancia de la Salud e Investigación de Enfermedades Ocupacionales y Relacionadas al Trabajo	Médico Ocupacional	UFSST	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	01/06/2021	N° enfermedades investigadas x 100 N° casos de TBC ocurridos	0%	Pendiente		
Objetivo General 6													Continuar Procedimientos de Emergencias y Desastres									
Objetivos Específicos													Continuar Procedimientos de Emergencias y Desastres									
Meta													100% de cumplimiento en 12 meses.									
Indicador													N° Actividades Realizadas / N° Actividades Programadas x 100%									
Presupuesto													Según presupuesto 2021									
Recursos													Propios									
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2021												Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estado (Realizado, pendiente, en proceso)	Observaciones		
				E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D							
1	Seguimiento de actividades realizadas por UGRED 1. Capacitación en primeros auxilios	Coordinador de UFSST	UFSST													X	X	01/06/2021	Solicitud Realizada UGED x 100 1 solicitud programada	0%	Pendiente	
	Seguimiento de actividades realizadas por UGRED 2. Realización de simulacros	Coordinador de UFSST	UFSST													X	X	01/06/2021	Solicitud Realizada UGED x 100 1 solicitud programada	0%	Pendiente	



Programación de Capacitaciones en SST																				
Capacitar trabajadores en SST																				
Objetivo General 7																				
Objetivos Específicos																				
Meta																				
Indicador																				
Presupuesto																				
Recursos																				
Propios																				
Nº	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2021												Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estado (Realizado, pendiente, en proceso)	Observaciones
				E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D					
1	Prevención de agresión por Pacientes (Psiquiatría de niños y adolescentes)	Médico Ocupacional	UFSST				X								01/04/2021	N° capacitaciones Realizadas x 100 01 capacitación Programada	0%	Pendiente		
2	TBC en Trabajador de Salud (Adicciones, pabellón N°01-2D-18)	Médico Ocupacional	UFSST						X	Y					01/06/2021	N° Capacitaciones Realizadas x 100 03 capacitaciones Programadas	0%	Pendiente		
3	Altura estructural (en servicios generales y mantenimiento)	Médico Ocupacional	UFSST								X	X			01/08/2021	N° capacitación Realizada x 100 01 capacitación Programada	0%	Pendiente		
5	Ergonomía (en trabajadores de mantenimiento)	Médico Ocupacional	UFSST										X	X	01/08/2021	N° capacitaciones Realizadas x 100 04 capacitaciones Programadas	0%	Pendiente		
Objetivo General 8																				
Establecer el Programa de Complemento Nutricional																				
Objetivos Específicos																				
Meta																				
Indicador																				
Presupuesto																				
Recursos																				
Propios																				
Nº	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2021												Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estado (Realizado, pendiente, en proceso)	Observaciones
				E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D					
1	Elaboración de programa de complemento nutricional	Médico Ocupacional	UFSST	X											01/01/2021	N° programas elaborados x 100 01 programa programado	0%	Pendiente		
2	Atención personalizada en consulta a trabajadores con diagnóstico nutricional de obesidad	Nutricionista a cargo de Médico Ocupacional	UFSST				X	X	X						01/04/2021	N° atenciones realizadas x 100 N° trabajadores obesos	0%	Pendiente		
3	Evaluación antropométrica final a los trabajadores con diagnóstico nutricional de obesidad	Nutricionista a cargo de Médico Ocupacional	UFSST								X	X	X		01/04/2021	N° evaluaciones realizadas x 100 N° trabajadores obesos	0%	Pendiente		
4	Consolidado de los resultados obtenidos	Nutricionista a cargo de Médico Ocupacional	UFSST			X			X				X		01/05/2021	Consolidado realizado x 100 03 consolidados programados	0%	Pendiente		
5	Desayuno y almuerzo para el trabajador nombrado, CAS y residentes de la Institución	Dirección General	Dirección General						X			X		X	01/02/2021	N° complementos otorgados x 100 04 complementos programados	0%	Pendiente		
6	Informe anual del programa de complemento nutricional	Nutricionista a cargo de Médico Ocupacional	UFSST											X	01/12/2021	N° informes realizados x 100 01 Informe programado	0%	Pendiente		

# PLAN DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL 2021 PARA TRABAJADORES DEL HOSPITAL VICTOR LARCO HERRERA



## “PROGRAMA DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL”

### “PROGRAMA DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL PARA TRABAJADORES DEL HOSPITAL VÍCTOR LARCO HERRERA 2021”

#### 1. FINALIDAD

El Programa de Complemento Nutricional tiene por finalidad: (i) promover hábitos saludables de consumo de alimentos que favorezcan la prevención de enfermedades y (ii) contribuir a la mejora de la calidad de vida de los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera.

##### 1.1. Objetivo general

- Disminuir la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera.

##### 1.2. Objetivos específicos

- Sensibilizar a los trabajadores sobre las comorbilidades que conlleva tener un diagnóstico nutricional de Sobrepeso y Obesidad.
- Identificar hábitos alimentarios no saludables en los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera para su posterior abordaje.

#### 2. ÁMBITO DE APLICACIÓN

El Programa de Complemento Nutricional estará destinado al personal bajo régimen laboral 1053 y 276, CAS y médico residente del Hospital Víctor Larco Herrera.

#### 3. BASE LEGAL

- Constitución Política del Perú
- Ley N° 26842, Ley General de Salud
- Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo
- Decreto Supremo N° 005-2012-TR, Reglamento de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Resolución Directoral N° 1089-2017-OGGRH/SA
- Resolución Ministerial N° 972-2020-MINSA, que aprueba los “Lineamientos para la vigilancia, prevención y control de la salud por exposición al SARS-CoV-2”.

#### 4. DISPOSICIONES GENERALES

##### 4.1 Alimentación sana (Datos y Cifras)

- Una alimentación saludable permite protegernos de las enfermedades no transmisibles como la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer.
- Una dieta rica en vegetales y baja en azúcares favorece el sistema inmunológico
- Las dietas insalubres y la falta de ejercicio físico están entre los principales factores de riesgo para la salud en todo el mundo.
- La ingesta calórica debe estar acorde con el gasto calórico. Los datos científicos de que se dispone indican que las grasas no deberían superar



## "PROGRAMA DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL"

el 30% de la ingesta calórica total para evitar un aumento de peso, lo que implica dejar de consumir grasas saturadas y reemplazarlas por grasas polinsaturadas y eliminar gradualmente las grasas industriales de tipo trans.

- Limitar el consumo de azúcar libre a menos del 5% de la ingesta calórica total, forma parte de una alimentación saludable.
- Mantener el consumo de sal por debajo de 4 gramos diarios ayuda a prevenir la hipertensión y reduce el riesgo de enfermedad cardíaca y de accidente cerebrovascular en la población adulta.

### 4.2 Consejos prácticos para mantener una alimentación saludable

#### Frutas, verduras y hortalizas

- Consumir 5 porciones (250 g) de frutas y verduras al día reduce el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles y ayuda a garantizar una ingesta diaria suficiente de fibra dietética.

#### Grasas

Reducir el consumo total de grasa a menos del 30% de la ingesta calórica diaria contribuye a prevenir el aumento de peso en la población adulta. Además, el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles disminuye al reducir el consumo de grasas saturadas a menos del 10% de la ingesta calórica diaria, y de grasas de tipo trans a menos del 1 %, y al sustituir esas grasas por las grasas no saturadas. La ingesta de grasas puede reducirse del modo siguiente:

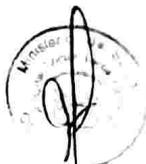
- Modificando la forma de cocinar: separando la parte grasa de la carne; utilizando aceites vegetales (de origen no animal); cocinando los alimentos o cocinándolos al vapor o al horno, en lugar de freírlos.
- Evitando el consumo de alimentos procesados que contengan grasas de tipo trans;
- Reduciendo el consumo de alimentos con un contenido alto en grasas saturadas (por ejemplo, queso, helados, carnes grasas).

#### La sal, el sodio y el potasio

Un consumo elevado de sal mayor a 4 gramos por día contribuye a la hipertensión arterial, que, a su vez, incrementa el riesgo de enfermedad coronaria y accidente cerebrovascular. Se podrían evitar 1, 7 millones de muertes cada año si el consumo de sal se redujera al nivel recomendado, esto es, menos de 4 gramos diarios.

A menudo no se es consciente de la cantidad de sal que se consume. En muchos países, la mayoría de esa sal procede de alimentos procesados (por ejemplo, platos preparados, carnes procesadas como el beicon, jamón, salchichón, queso o aperitivos salados) o de alimentos que se consumen con frecuencia en grandes cantidades (por ejemplo, el pan). La sal también se añade a los alimentos cuando se cocinan (por ejemplo, caldos, concentrados de caldo de distinto tipo, la salsa de soja y la salsa de pescado) o en la mesa (por ejemplo, la sal de mesa). El consumo de sal puede reducirse del modo siguiente:

- No añadiendo sal, salsa de soja o salsa de pescado al preparar los alimentos;
- No poniendo sal en la mesa;
- Reduciendo el consumo de aperitivos salados;



## "PROGRAMA DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL"

- Eligiendo productos con menos contenido en sodio.

### **Azúcar**

La ingesta de azúcares debería reducirse a lo largo de la vida. La cantidad de azúcar se debería reducir a menos del 5% de la ingesta calórica total; para obtener mayores beneficios para la salud.

El exceso de calorías procedentes de alimentos y bebidas con un alto contenido en azúcar libre contribuye al aumento de peso, que puede dar lugar a sobrepeso y obesidad.

La ingesta de azúcar puede reducirse del modo siguiente:

- Limitando el consumo de alimentos y bebidas con alto contenido de azúcar (por ejemplo, bebidas azucaradas, aperitivos azucarados y golosinas).
- Comiendo frutas y verduras crudas en lugar de aperitivos azucarados.

## **5. DISPOSICIONES ESPECÍFICAS**

### **5.1 Actividades y metodología**

- Evaluaciones antropométricas.
- Impartición de sesiones educativas al personal bajo régimen laboral 276 y 1053, CAS y residentes del Hospital Víctor Larco Herrera, de duración corta (35 minutos por persona por única vez) en las que se transmiten los conceptos fundamentales de alimentación saludable.
- Aplicación de encuestas de consumo (recordatorio de 24 horas).
- Atención personalizada al trabajador que lo requiera.
- Desayuno y almuerzo saludable para el trabajador bajo régimen laboral 276 y 1053, CAS y residente de la institución.

### **5.2 Periodicidad de la revisión**

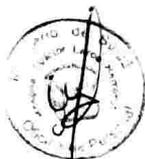
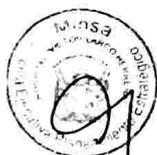
Este programa será revisado con una periodicidad anual.

### **5.3 Indicadores**

#### **5.3.1 Indicadores de medidas antropométricas**

Se utilizarán los indicadores antropométricos considerándose mínimamente el índice de masa corporal y la circunferencia de cintura para el personal con diagnóstico de obesidad que se realizará cada 6 meses.

**5.3.1.1.-El Índice de masa corporal:** Se obtiene de la toma de peso y la medición de la talla que serán utilizados a través de la siguiente fórmula:



## “PROGRAMA DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL”

$$\text{IMC} = \text{Peso (kg)} / (\text{talla (m)})^2$$

**Cuadro 1. Clasificación de la valoración nutricional de las personas adultas según índice de masa corporal (IMC)**

Clasificación	IMC
Delgadez grado III	< 16
Delgadez grado II	16 a < 17
Delgadez grado I	17 a < 18,5
<b>Normal</b>	<b>18,5 a &lt; 25</b>
Sobrepeso (Preobeso)	25 a < 30
Obesidad grado I	30 a < 35
Obesidad grado II	35 a < 40
Obesidad grado III	≥ a 40

Fuentes: adaptado de OMS, 1995. *El estado físico: uso e interpretación de la antropometría. Informe del Comité de Expertos de la OMS, Serie de Informes técnicos 854, Ginebra, Suiza.*

WHO, 2000. *Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic. Report of a WHO Consultation on Obesity. Technical Report Series 894, Geneva, Switzerland.*

WHO/FAO, 2003. *Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation, Technical Report Series 916, Geneva, Switzerland.*

**Clasificación de la valoración nutricional de las personas adultas mayores según índice de masa corporal (IMC)**

Clasificación	IMC
Delgadez	≤ 23,0
<b>Normal</b>	<b>&gt; 23 a &lt; 28</b>
Sobrepeso	≥ 28 a < 32
Obesidad	≥ 32

Fuente: Organización Panamericana de la Salud (OPS). *Guía Clínica para Atención Primaria a las Personas Adultas Mayores. Módulo 5. Valoración Nutricional del Adulto Mayor. Washington, DC 2002.*

### 5.3.1.2.-Circunferencia de cintura:

Se recomienda hacer la medición del perímetro abdominal pasando la cinta métrica de manera horizontal en el punto medio entre el reborde costal y el reborde superior de la cresta iliaca. El trabajador tiene que estar de pie y con los brazos a los lados y en espiración.

Los valores del perímetro abdominal para personas adultas mayores son los mismos utilizados en la etapa adulta.

Los valores obtenidos de la medición permiten clasificar el riesgo de enfermar; por ejemplo, de diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial o enfermedades cardiovasculares.

**Clasificación de riesgo de enfermar según sexo y perímetro abdominal**

Sexo	Riesgo		
	Bajo	Alto	Muy alto
Varón	< 94 cm	≥ 94 cm	≥ 102 cm
Mujer	< 80 cm	≥ 80 cm	≥ 88 cm

Fuente: World Health Organization, 2000. *Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic. Report of a WHO Consultation on Obesity, Technical Report Series 894, Geneva, Switzerland.*



## “PROGRAMA DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL”

Prevalencia de peso óptimo:  $\frac{\text{N}^\circ \text{ trabajadores con peso óptimo} \times 100\,000}{\text{N}^\circ \text{ trabajadores}}$

Prevalencia de Obesidad:  $\frac{\text{N}^\circ \text{ trabajadores obesos} \times 100\,000}{\text{N}^\circ \text{ trabajadores}}$

### 5.4.-Instrumentos para la evaluación antropométrica

**5.4.1.-Balanza mecánica de plataforma (Sin tallímetro incorporado):** Instrumento para pesar personas, de pesas con resolución de 100 g y con capacidad: mínima de 140 kg. Debe calibrarse periódicamente con pesas patrones de pesos conocidos previamente pesadas en balanzas certificadas.

**5.4.2.-Tallímetro fijo de madera:** Instrumento para medir la talla en personas adultas. Se debe colocar sobre una superficie lisa y plana, sin desnivel u objeto extraño debajo de esta, y con el tablero apoyado en una superficie plana formando un ángulo recto con el piso.

**5.4.3.-Cinta métrica:** Es el instrumento para medir el perímetro abdominal. De material de acero inoxidable. De espesor menor a 7 mm. Debe tener una longitud de 200 cm y una resolución de 1 mm y con número cada 1 cm. Deben ser retractiles no extensibles.

### 5.5.-Aplicación

El Programa de Complemento Nutricional que se incorpora al Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo estará destinado al personal nombrado, CAS y residentes con carácter temporal.

### 5.6-Financiamiento.

Los recursos necesarios para la ejecución de este programa ascienden, según un estimado en los requerimientos en materia de SST a implementar durante el año 2021, requiere de presupuesto de acuerdo a la necesidad por el monto de **mil novecientos noventa mil doscientos 00/100 (1,990,200.00) Soles.**

Sin embargo, la Oficina de Planeamiento Estratégico del Hospital Víctor Larco Herrera, según Nota informática N.º 031-2021-OEPE-HVLH/MINSA de fecha 09 de febrero del 2021; precisa que se dispone de **650,000.00 soles** por fuente de financiamiento de Recursos Ordinarios para la ejecución del presente Plan, debiendo programar el gasto por **cuatro (04) meses.**

Cabe señalar que por medidas de emergencia sanitaria el nivel de recaudación ha disminuido considerablemente lo cual no permite atender el gasto por RDR. Sin embargo, queda abierta la posibilidad de habilitar el presupuesto en el presente año.



## "PROGRAMA DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL"

Desayuno S/ 2.30

PRODUCTO	CANTIDAD	COSTO POR RACIÓN
Avena	25 gr	S/0.10
Huevo	1 unidad	S/0.40
Pan	1 unidad	S/0.20
Queso	30 gr	S/0.70
Fruta (Papaya)	250 gr	S/0.70
Azúcar	10 gr	S/0.20

Almuerzo S/ 5.98

PRODUCTO	CANTIDAD	COSTO POR RACIÓN
Infusión	250 ml	S/0.15
Azúcar	10 gr	S/ 0.20
Arroz	80 gr	S/0.30
Pollo	200 gr	S/2.33
Menestra (Garbanzo)	70 gr	S/0.50
Fruta (Durazno)	200 gr	S/ 2.00
Verduras (Lechuga)	100 gr	s/ 0.50

OPCIÓN 1 TOTAL:  S/ 8.28
-----------------------------------

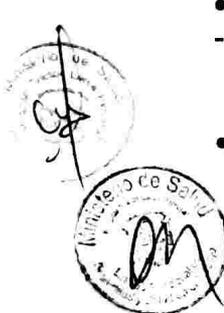
El Programa de Complemento Nutricional considera un menú saludable diario de S/. 8.28.00.

En el siguiente cuadro observamos el impacto esperado del Programa de Complemento Nutricional en la reducción del IMC y perímetro abdominal en los trabajadores con sobrepeso y obesidad.

TRIMESTRALMENTE	MENÚ
Reducción IMC	0.8 Kg/m2
Reducción de Perímetro abdominal	1.5 centímetros

### 6. RESPONSABILIDADES

- **Dirección General**
  - Aprobar, publicar y distribuir la presente Guía Técnica Administrativa.
  - Velar por el cumplimiento del presente Programa.
  
- **Médico Ocupacional de la Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo**
  - Elaborar el "Programa de Complemento Nutricional"
  
- **C.S.ST**
  - Aprobar el Programa de Complemento Nutricional que forma parte del Plan anual de SST.
  - Velar por el cumplimiento del presente programa.
  
- **Departamento de nutrición**
  - Asignar el recurso humano para la realización de todas las actividades del procedimiento.
  
- **Trabajadores**
  - Cumplir con las disposiciones del presente programa de complemento nutricional.



## CUADRO RESUMEN DE PROGRAMA DE COMPLEMENTO ALIMENTARIO 2021 DEL HOSPITAL VICTOR LARCO HERRERA

Objetivo General	<b>Establecer el Programa de Complemento Nutricional</b>																			
Objetivos Específicos	Contribuir en fomentar la alimentación saludable y ejercicio físico en los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera																			
	Disminuir la prevalencia de sobrepeso y obesidad, así como las hiperlipidemias en los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera																			
	Mantener en niveles normales la glucosa basal de los trabajadores diabéticos del Hospital Víctor Larco Herrera.																			
Meta	50% de cumplimiento en 12 meses.																			
Indicador	N° Actividades Realizadas / N° Actividades Programadas x 100%																			
Presupuesto	Según presupuesto 2021																			
Recursos	Propios																			
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	2021												Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estado (Realizado, pendiente, en proceso)	Observaciones	
			E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D						
1	Elaboración de programa de complemento nutricional	Médico Ocupacional	X													15/01/2021	$\frac{\text{N}^\circ \text{ programas elaborados}}{100} \times 01 \text{ programa programado}$	0%	Pendiente	
2	Atención personalizada en consulta a trabajadores con diagnóstico nutricional de obesidad.	Nutricionista a cargo de Médico Ocupacional				X	X	X								15/01/2021	$\frac{\text{N}^\circ \text{ atenciones realizadas}}{100} \times \text{N}^\circ \text{ trabajadores obesos}$	0%	Pendiente	
3	Evaluación antropométrica final a los trabajadores con diagnóstico nutricional de obesidad.	Nutricionista a cargo de Médico Ocupacional							X	X	X					15/01/2021	$\frac{\text{N}^\circ \text{ evaluaciones realizadas}}{100} \times \text{N}^\circ \text{ trabajadores obesos}$	0%	Pendiente	
4	Consolidado de los resultados obtenidos.	Nutricionista a cargo de Médico Ocupacional			X			X				X				15/01/2021	$\frac{\text{Consolidado realizado}}{100} \times 03 \text{ consolidados programados}$	0%	Pendiente	
5	Desayuno y almuerzo para el trabajador nombrado, CAS y residentes de la institución.	Dirección General			X			X			X			X		15/01/2021	$\frac{\text{N}^\circ \text{ complementos otorgados}}{100} \times 04 \text{ complementos programados}$	0%	Pendiente	
6	Informe anual del Programa de Complemento Nutricional.	Nutricionista a cargo de Médico Ocupacional												X		15/01/2021	$\frac{\text{N}^\circ \text{ Informes realizados}}{100} \times 01 \text{ informe programado}$	0%	Pendiente	

