



Dirección General

RESOLUCION DIRECTORAL

N° 028 - 2022-DG-HVLH/MINSA

Magdalena del Mar, 22 de febrero de 2022

Visto; la Nota Informativa N° 088-2022-OP-HVLH/MINSA, emitida por el Jefe 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 Resolución Directoral N° 035-2021-DG-HVLH/MINSA de fecha 21 de abril de 2021, se aprueba la Directiva Administrativa N° 001-2021-OP-HVLH – Disposiciones Internas para la Implementación y Funcionamiento del Programa de Complemento Nutricional, con la finalidad de promover hábitos saludables en sus servidores que contribuyan a la prevención de enfermedades y a la mejora de su calidad de vida; así como generar una cultura de prevención del riesgo en seguridad y salud en los servidores nombrados y/o contratados;

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, el Jefe de la Oficina de Personal del Hospital Víctor Larco Herrera, remite el proyecto del Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo; así como el Plan de Complemento Nutricional para Trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera – 2022, con la finalidad de promover una cultura de prevención en seguridad y salud en el trabajo estableciendo progresivamente un entorno laboral seguro y saludable; así como promover hábitos saludables de consumo en los trabajadores, para prevenir las enfermedades más frecuentes relacionadas con el trabajo y enfermedades ocupacionales



producidas a consecuencia de los riesgos del trabajo; para todos los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera;

Que, mediante Nota Informativa N° 042-2022-OEPE/HVLH/MINSA, el Director de la Oficina Ejecutiva de Planeamiento Estratégico, indica que los Documentos Técnicos Denominados: "Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo – 2022" y "Plan de Complemento Nutricional para Trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera- 2022, cumple con las "Normas para la Elaboración de Documentos Normativos del Ministerio de Salud", aprobado por Resolución Ministerial N° 826-2021/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 del Jefe 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 los Documentos Técnicos Denominados:

- a) "PLAN ANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO – 2022" del Hospital Víctor Larco Herrera, cuyo texto en documento adjunto forma parte integrante de la presente Resolución y consta de dieciocho (18) folios, incluido un (1) anexo
- b) "PLAN DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL PARA TRABAJADORES DEL HOSPITAL VICTOR LARCO HERRERA – 2022"; cuyo texto en documento adjunto forma parte integrante de la presente Resolución y consta de once (11) folios, incluido dos (2) anexos.

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).

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:

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

HOSPITAL "VÍCTOR LARCO HERRERA"



DOCUMENTO TÉCNICO PLAN ANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO 2022

ÍNDICE

I.	INTRODUCCIÓN.....	3
II.	FINALIDAD.....	3
III.	OBJETIVOS.....	3
	3.1 Objetivo General.....	3
	3.2 Objetivos Específicos.....	3
IV.	AMBITO DE APLICACIÓN.....	3
V.	BASE LEGAL.....	3
VI.	CONTENIDO DISPOSICIONES GENERALES.....	5
	6.1 Disposiciones Generales.....	5
	6.2 Disposiciones Específicas.....	5
	6.2.1 Alcance.....	5
	6.2.2 Elaboración de Línea Base.....	5
	6.2.3 Política de Seguridad y Salud Ocupacional.....	5
	6.2.4 Objetivos Específicos.....	6
	6.2.5 Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo y Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo.....	7
	6.2.6 Identificación de Peligros y Evaluación de Riesgos y Controles (IPERC), Mapas De Riesgos.....	8
	6.2.7 Organización y Responsabilidades.....	8
	6.2.8 Capacitaciones en SST.....	9
	6.2.9 Programas y Procedimientos de Salud Ocupacional.....	9
	6.2.10 Inspecciones.....	10
	6.2.11 Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo.....	10
	6.2.12 Clientes, Subcontratos, Servicios Y Proveedores.....	11
	6.2.13 Plan de Contingencia y Emergencia.....	11
	6.2.14 Investigación de Accidentes, Incidentes y Enfermedades Ocupacionales.....	11
	6.2.15 Auditoría.....	12
	6.2.16 Estadística.....	12
	6.2.17 Mantenimiento De Registros.....	12
	6.2.18 Implementación Del Plan.....	12
VII.	RESPONSABILIDADES.....	13
	7.1 Dirección General.....	13
	7.2 Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.....	13
	7.3 Médico de Salud Ocupacional.....	13
	7.4 Son responsabilidad de los trabajadores.....	13
VIII.	ANEXOS.....	14
	8.1 Programa de SST 2022.....	14



“PLAN ANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO - 2022”

I. INTRODUCCIÓN

El Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo se regula a través de la Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y su Reglamento, aprobado por el Decreto Supremo N° 005-2012-TR, sus modificatorias y otras normas conexas, que establecen como una obligación del empleador establecer, aplicar y evaluar una Política y un Programa en materia de seguridad y salud en el trabajo.

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.

Por consiguiente, el presente plan 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.

II. 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.

III. OBJETIVOS

3.1 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.

3.2 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.

IV. AMBITO DE APLICACIÓN

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

V. 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.

Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo 2022

- 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".
- Resolución Ministerial N° 881-2021/MINSA, que aprueba la Directiva Sanitaria N° 135-MINSA/CDC-2021 "Directiva Sanitaria para la vigilancia Epidemiológica de la enfermedad por coronavirus (COVID-19) en el Perú"
- Resolución Ministerial N° 1275-2021-MINSA que aprueba la Directiva Administrativa N° 321-MINSA/DGIESP-2021, Directiva Administrativa que establece las disposiciones para la vigilancia, prevención y control de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a SARS-CoV-2
- Resolución Ministerial N° 009-2022-MINSA, que modifica la NTS N° 178-MINSA/DGIESP-2021, Norma Técnica de Salud para la Prevención y Control de la COVID-19 en el Perú, aprobada con Resolución Ministerial N° 1218-2021/MINSA.
- Resolución Ministerial N° 018-2022-MINSA y su anexo que modifica el Documento Técnico: Manejo ambulatorio de personas afectadas por la COVID-19 en el Perú.
- Decreto Supremo N° 003-2022-SA, Decreto Supremo que proroga la Emergencia Sanitaria declarada por Decreto Supremo N° 008-2020-SA, prorrogada por Decretos Supremos N° 020-2020-SA, N° 027-2020-SA, N° 031-2020-SA, N° 009-2021-SA y N° 025-2021-SA.



VI. CONTENIDO

6.1 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 presente plan está constituido por los programas:

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

6.2 Disposiciones Específicas

6.2.1 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.

6.2.2 Elaboración de Línea Base

La estructuración del presente Plan 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.

6.2.3 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.

a) 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.

b) 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.



6.2.4 Objetivos Específicos

N°	Objetivos Específico	Indicador	Meta	Responsable
1	Implementar la documentación del sistema de gestión salud en el trabajo (Realización de IPER y Mapa de riesgos).			Médico ocupacional y/o asesor en seguridad e higiene / Bienestar de personal
2	Establecer el Procedimiento de Examen Médico Ocupacional.			
3	Realizar el EMO y entrega de resultados.			
4	Establecer Procedimientos Médicos Ocupacionales de protección de poblaciones con vulnerabilidad.			
5	Establecer Programas de gestión de riesgos en trabajadores del sector salud. (Establecer programa de protección respiratoria y gestión de TBC).	$\frac{\text{N° de actividades realizadas}}{\text{N° de actividades programadas}} \times 100$	100%	Médico ocupacional / Bienestar de personal
6	Continuar Procedimiento de vigilancia médica y del ambiente.			
7	Continuar Procedimientos de Emergencias y Desastres.			
8	Establecer Programación de capacitaciones en SST.			
9	Establecer Programa de Complemento Nutricional.			

[Handwritten signature]



6.2.5 Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo y Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo

a) El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo del HVLH

Este Comité fue conformado mediante acto resolutivo el 22 de agosto del 2019. Se 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.

b) 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
Victor 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 Vilchez Cano
Abilio Pimentel Torres
Arturo Peláez Mugarra
Yennifer Delgado Vera
Marissa Elizabeth Mantilla Chirinos



6.2.6 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.

6.2.7 Organización y Responsabilidades

- a) **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.
- b) **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.
- c) **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.

- d) **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.
- e) **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.

6.2.8 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).

6.2.9 Programas y Procedimientos de Salud Ocupacional

- a) **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.
- b) **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.
- c) **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.

d) Programa de Control de Infecciones por Mycobacterium 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 (Control clínico y 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.

e) 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.

6.2.10 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.

6.2.11 Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo

Por 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.

Handwritten signature



Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo 2022

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.
- 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.

6.2.12 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.

6.2.13 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.

6.2.14 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.

Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo 2022

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 D.S. N° 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 D.S. N° 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.

6.2.15 Auditoría

El HVLH solicitará auditorías 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.

6.2.16 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.

6.2.17 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 periodo 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.

6.2.18 Implementación Del Plan

a) Presupuesto

Objetivo: Cumplir efectivamente el Plan de Salud Ocupacional, realizando la inversión respectiva.

Descripción: La Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo, según un estimado en los requerimientos en materia de SST a implementar durante el año 2022, realiza a través de la jefatura inmediata, la Oficina de Personal, la solicitud de presupuesto a la Dirección General del HVLH, el cual debe ser detallado de acuerdo a la necesidad.

Descripción	Monto S/.
Desayuno y almuerzo para el trabajador nombrado y contratado de la Institución	S/. 1,990,800.00
Exámenes Médico Ocupacionales	S/. 140,000.00
Total Anual	S/. 2,130,800.00

Los recursos necesarios para la ejecución del presente Plan según ascienden a dos millones setenta y nueve mil soles (S/. 2,130,800.00) el cual tendrá como fuente de partida los Recursos Ordinarios y los Recursos Directamente Recaudados, por lo cual los recursos programados dependerán del nivel de recaudación de la entidad.



b) Programa de SST

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

Actualización: El programa será actualizado anualmente

VII. RESPONSABILIDADES

7.1 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

7.2 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.

7.3 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.

7.4 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.



VIII. ANEXOS

8.1 Programa Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo - 2022

RAZÓN SOCIAL		RUC	DOMICILIO	ACTIVIDAD ECONOMICA	N° TRABAJADORES EN EL CENTRO DE LABORES															
HOSPITAL VICTOR LARCO HERRERA		20153855338	AV. Augusto Perez Aranibal 600. Magdalena	Actividades de Hospitales	942															
Objetivo General 1	Implementar la Documentación del Sistema de Gestión Salud en el Trabajo																			
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 2022																			
Recursos	Propios																			
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2022												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							01/06/2022	N° IPERC por áreas realizados x 100 45 áreas programados	0%	Pendiente	
Objetivo General 2	Realización de Examen Médico Ocupacional																			
Objetivos Específicos	Realización de EMO																			
Meta	100% de cumplimiento en 12 meses																			
Indicador	N° Actividades Realizadas / N° Actividades Propuestas x 100%																			
Presupuesto	Solicitar presupuesto 2022																			
Recursos	Propios																			
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2022												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	01/06/2022	N° EMO Realizada x 100 N° de trabajadores en el año reportados por Of. Personal	0%	Pendiente	



[Handwritten signature]



Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo 2022

Objetivo General 5 Continuar Procedimiento de Vigilancia Médica y del Ambiente																					
Objetivo Específico Seguimiento de Procedimiento de Vigilancia de la Salud e Investigación de Enfermedades Ocupacionales y Relación con el Trabajo																					
Meta 100% de cumplimiento en 12 meses.																					
Indicador N° Actividades Realizadas / N° Actividades Programadas x 100%																					
Presupuesto Según presupuesto 2022																					
Recursos Propios																					
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2022																	
				E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estado (Realizada, no realizada, en proceso)	Observaciones	
1	Seguimiento de Procedimiento de Vigilancia de la Salud e Investigación de Enfermedades Ocupacionales y Relación con el Trabajo	Médica Ocupacional	UFSST	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	01/06/2022	N° enfermedades investigadas x 100 N° casos de TBC ocurridos	0%	Pendiente		
Objetivo General 6 Continuar Procedimientos de Emergencias y Desastres																					
Objetivo Específico 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 2022																					
Recursos Propios																					
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2022																	
				E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estado (Realizada, pendiente, en proceso)	Observaciones	
1	Seguimiento de actividades realizadas por UGRED 1. Capacitación en primeros auxilios	Coordinador de UFSST	UFSST												X	X	01/06/2022	Solicitud Realizada UGED x 100 Solicitud programada	0%	Pendiente	
	Seguimiento de actividades realizadas por UGRED 2. Realización de simulacros	Coordinador de UFSST	UFSST												X	X	01/06/2022	Solicitud Realizada UGED x 100 Solicitud programada	0%	Pendiente	



[Handwritten signature]



Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo 2022

Objetivo General 8																				
Establecer el Programa de Complemento Nutricional																				
Contribuir en fomentar la alimentación saludable y actividad física en los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera																				
Objetivo Específico																				
Meta																				
Indicador																				
Prorupuesta																				
Recursos																				
Según presupuesto 2022																				
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	Área	2022												Fecha de Verificación	Indicador de Avance	Resultado Indicador	Estatus (Realizada, pendiente, en proceso)	Observaciones
				E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D					
1	Elaboración de programa de complemento nutricional	Médica Ocupacional	UFSST	X												15/02/2022	N° programas elaborados x 100 01 programa programado	0%	Pendiente	
2	Atención personalizada en consultorio a trabajadores con diagnóstico nutricional de obesidad	Nutricionista e cargo de Médica Ocupacional	UFSST					X	X	X						15/06/2022	N° atenciones realizadas x 100 N° trabajadores a atender	0%	Pendiente	
3	Evaluación antropométrica final a los trabajadores con diagnóstico nutricional de obesidad	Nutricionista e cargo de Médica Ocupacional	UFSST										X	X	X	15/06/2022	N° evaluaciones realizadas x 100 N° trabajadores a atender	0%	Pendiente	
4	Charlas de sensibilización en temas de alimentación saludable	Departamento de Nutrición, Bionutrición y Personal	Departamento de Nutrición, Oficina de Personal			X				X					X	15/06/2022	N° de charlas realizadas x 100 N° de asistentes	0%	Pendiente	
5	Difusión de afiches virtuales y físicos en temas de alimentación saludable	Bionutrición	Oficina de Personal			X				X					X	15/06/2022	N° complementos entregados x 100 04 complementos programados	0%	Pendiente	
6	Entrega de tarjetas electrónicas para adquisición de alimentos	Bionutrición	Oficina de Personal			X										15/04/2022	N° de tarjetas entregadas x 100 N° de trabajadores	0%	Pendiente	
7	Informe anual del programa de complemento nutricional	Nutricionista e cargo de Médica Ocupacional	UFSST												X	01/12/2022	N° informes realizados x 100 01 informe programado	0%	Pendiente	




OSCAR ROBERTO GORDO VILLALOBOS
 DNI: 71179164



HOSPITAL “VÍCTOR LARCO HERRERA”



**DOCUMENTO TÉCNICO
PLAN DE COMPLEMENTO
NUTRICIONAL PARA TRABAJADORES
DEL HOSPITAL VICTOR LARCO
HERRERA - 2022**

ÍNDICE

I.	INTRODUCCIÓN	3
II.	FINALIDAD	4
III.	OBJETIVOS.....	4
	3.1 Objetivo General	4
	3.2. Objetivos Específicos.....	5
IV.	ÁMBITO DE APLICACIÓN	5
V.	BASE LEGAL.....	5
VI.	CONTENIDO	6
	6.1 Disposiciones Generales	6
	a) Alimentación Sana (Datos y cifras)	6
	b) Azúcar.....	6
	c) Consejos prácticos para mantener una alimentación saludable (Frutas, Verduras y hortalizas)	7
	d) Grasas	7
	e) La sal, el sodio y el potasio.....	7
	6.2 Disposiciones Específicas	8
	6.2.1 Actividades	8
	6.2.2 Presupuesto	8
VII.	RESPONSABILIDADES	9
	7.1 Dirección General	9
	7.2 Área de Bienestar Social de Personal.....	9
	7.3 Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo	9
	7.4 Departamento de Nutrición	9
VIII.	ANEXOS	9
	8.1 Anexo I: Grupo de Alimentos Saludables	10
	8.2 Anexo II: Cronograma de Actividades del Programa de Complemento Alimentario 2022 del Hospital Víctor Larco Herrera.....	11

[Handwritten signature]



PLAN DE COMPLEMENTO NUTRICIONAL PARA LOS TRABAJADORES DEL HOSPITAL "VÍCTOR LARCO HERRERA" - 2022

I. INTRODUCCIÓN

De acuerdo con el Sistema Informático de Notificación de Accidentes de Trabajo, Incidentes Peligrosos y Enfermedades Ocupacionales – SAT, del Ministerio de Trabajo y Promoción Social en el año 2020 se registraron 21,887 notificaciones de accidentes de trabajo.

Del total de notificaciones, el 5.10% (1,116 casos) corresponden a la actividad económica de Servicios Sociales y de Salud, habiendo sido notificado en el año 2020 trece casos de enfermedades ocupacionales en Servicios Sociales y de Salud.¹

Para la OIT, la alimentación es un factor importante en las condiciones de salud de los trabajadores. El estudio de la OIT explica que la buena alimentación de los trabajadores constituye un buen negocio para las empresas, ya que contribuye a aumentar la productividad y la motivación del personal, prevenir los accidentes, los decesos prematuros y reducir los gastos médicos. De acuerdo con estudios realizados por la Organización Mundial del Trabajo (OIT), la productividad laboral puede caer hasta un 30% debido a los malos hábitos alimenticios.

El Ministerio de Salud del Perú a través del Instituto Nacional de Salud de acuerdo a sus protocolos de exámenes médicos ocupacionales y guías de diagnóstico de los exámenes médicos obligatorios por actividad, tiene por finalidad "Proteger y promover la seguridad y salud de los trabajadores así como generar ambientes de trabajo saludables" (Resolución Ministerial N° 004-2014/MINSA, de fecha 03 de enero de 2014, lo cual genera la elaboración de planes que promuevan la cultura del autocuidado y la prevención de riesgos que están directamente relacionados con la alimentación.

Ante la pandemia del COVID-19 la prevención es nuestro mejor aliado en estos momentos. Pese a que no existe una evidencia concreta de factores dietéticos específicos que puedan reducir el riesgo de contraer infecciones como el nuevo coronavirus, una adecuada nutrición contribuye a mantener un buen estado de salud para reducir el impacto del virus en caso de contagio.

Fortalecer el sistema inmunológico con una alimentación sana y consciente, contribuirá también a reducir la probabilidad de aparición de otros problemas de salud como la obesidad, las enfermedades del corazón, diabetes y algunos tipos de cáncer.

El presente documento plantea la necesidad de implementar acciones para la promoción y prevención de la salud dirigidas a los trabajadores del Hospital "Víctor Larco Herrera" y fomentar una buena salud laboral, a través de Bienestar Social de Personal, Unidad Funcional de Seguridad y Salud responsables de generar y mantener la calidad de vida laboral.

¹Anuario Estadístico Sectorial del Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo (MINTRA) 2020 – Oficina de Estadística del MINTRA.

Del Programa Médico Preventivo Promocional ejecutado por el Programa de Atención a Empresas de la Gerencia de Oferta Flexible de EsSalud dirigido a los trabajadores de nuestra Institución en el año 2018, en su informe concluye que las patologías más frecuentes son: Aumento Anormal de Peso 43%, Hipercolesterolemia Pura 17%, Obesidad No Especificada 10%, Trastorno Metabólico No Especificado 9%,



Plan de Complemento Nutricional para los Trabajadores del Hospital "Víctor Larco Herrera" - 2022

Hiperlipidemia Mixta 7% y otras patologías como Hipertensión Arterial, Diabetes Mellitus.

Asimismo, dentro de las recomendaciones realizadas por EsSalud se tienen las siguientes:

- ✓ Se debe tener en cuenta que las enfermedades como Aumento Anormal de Peso, Obesidad No Especificada, Hiperlipidemia Mixta, la Hipercolesterolemia Pura; Trastorno Metabólico No Especificado son factores de riesgo para contribuir a padecer de enfermedades cardiovasculares como Infartos Agudos de Miocardio, Accidentes Cerebro Vasculares, Insuficiencia Cardíaca u enfermedades crónicas poniendo en peligro la salud de los trabajadores.
- ✓ Las medidas que se sugirieron adoptar a los pacientes (trabajadores) son: dieta hipo sódica, hipocalórica (consumo de frutas, verduras, agua, disminución de carbohidratos (harinas), grasas y sal, complementar con actividad física por lo menos 30 minutos diarios.
- ✓ El Hospital Víctor Larco Herrera debe implementar un Programa de Control de Sobrepeso y Obesidad para los trabajadores identificados en la presente actividad.

Las patologías más frecuentes que presentan los trabajadores del Hospital Víctor Larco Herrera son Diabetes, Dislipidemias, Obesidad, Hipertensión Arterial, Procesos Respiratorios Crónicos, Gastroenteritis, Cáncer; de las referidas patologías las causas de las dislipidemias y obesidad son ocasionadas mayormente por el estilo de vida sedentario y la inadecuada alimentación, que aumenta el colesterol y los triglicéridos, lo cual se sustenta en los descansos médicos que obran en el Área de Bienestar Social de Personal. Asimismo en el año 2020 se presentó un caso de Tuberculosis Pulmonar en un servidor asistencial y en el año 2021 se presentó un caso de Tuberculosis Pulmonar en un servidor administrativo.

De los informes del Médico Ocupacional de la Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo del mes de abril a diciembre 2020 se reportan 255 descansos médicos entre casos sospechosos y confirmados de COVID-19 y en el año 2021 del mes de enero a setiembre se reportan 145 descansos médicos, entre casos sospechosos y confirmados de COVID-19.



II. FINALIDAD

Promover hábitos saludables de consumo en los trabajadores, para prevenir las enfermedades más frecuentes relacionadas con el trabajo (gripe, gastritis, obesidad, estrés laboral, fatiga visual) y enfermedades ocupacionales producidas a consecuencia de los riesgos del trabajo (tuberculosis, alveolitis alérgica, lumbago, síndrome del túnel carpiano, exposición profesional a gérmenes patógenos, diversos tipos de cáncer, etc.).

Mediante la ejecución del Plan de Soporte Nutricional se pretende que los servidores a través de una buena y adecuada alimentación, reduzcan la vulnerabilidad de adquirir enfermedades comunes y enfermedades ocupacionales.



III. OBJETIVOS

3.1 Objetivo General

Mejorar el estado nutricional de los servidores del hospital "Víctor Larco Herrera" a través de acciones que promuevan una cultura de prevención en seguridad y salud en el trabajo, estilos de vida y alimentación saludable.

3.2. Objetivos Específicos

- Desarrollar una cultura preventiva de salud mediante comportamientos saludables de alimentación y nutrición para disminuir la prevalencia de enfermedades.
- Sensibilizar a los servidores sobre la importancia de mantener una buena salud a través de un óptimo régimen de alimentación y nutrición.
- Contribuir con el fortalecimiento de la gestión del Programa de Complemento Nutricional dirigido a los servidores.
- Monitorear y evaluar las disposiciones del documento normativo para el procedimiento de entrega del Complemento Nutricional en forma mensual, en beneficio de los servidores del hospital "Víctor Larco Herrera".

IV. ÁMBITO DE APLICACIÓN

El otorgamiento del complemento nutricional mediante tarjeta electrónica para adquisición de alimentos está dirigido a los servidores del Hospital "Víctor Larco Herrera" que tienen condición de designados, nombrados y contratados bajo el régimen laboral del Decreto Legislativo N° 276, Contratados bajo el régimen laboral del Decreto Legislativo N° 1057, Médicos Residentes y servidores que se encuentren laborando en la Institución en condición de Destacados.

Tabla 1. Distribución de los Servidores del Hospital Víctor Larco Herrera

CONDICION	N°
Nombrados	697
Contratados por Reemplazo	58
Contratados por Administración de Servicios CAS	165
Médicos Residentes	21
Enfermero Residente	1
Destacados al Hospital Víctor Larco Herrera	6

V. BASE LEGAL

- Ley N° 28175 – Ley Marco del Empleo Público Artículo 17.
- Ley N° 29783 - Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y su Reglamento, artículo 3.
- Decreto Legislativo N° 276, Ley de Bases de la Carrera Administrativa y Remuneraciones del Sector Público.
- Decreto Legislativo N° 1023 Ley que crea la Autoridad Nacional del Servicio Civil.
- Decreto Legislativo N° 1153 que regula la Política Integral de Compensaciones y Entregas Económicas al Personal de la Salud al servicio del Estado.
- Reglamento de la Ley N° 29783 D.S. 005 – 2012 TR y su modificatoria D.S. 006-2014-TR.
- Decreto Supremo N° 005-90-PCM, Reglamento de la Ley de Bases de la Carrera Administrativa y de Remuneraciones.
- Decreto Supremo N° 110-2001-EF que precisa que incentivos y/o entregas, programas o actividades de bienestar aprobados en el marco del D.S. N° 005-90-PCM no tienen naturaleza remunerativa.



Plan de Complemento Nutricional para los Trabajadores del Hospital "Víctor Larco Herrera" - 2022

- Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, que declara el Estado de Emergencia Nacional, por el plazo de quince (15) días calendario, y se dispone el aislamiento social obligatorio (cuarentena) por las graves circunstancias que afectan la vida de la nación a consecuencia del brote del COVID-19, el cual fue ampliado temporalmente mediante los Decretos Supremos N° 051-2020-PCM, N° 064-2020-PCM, N° 075-2020-PCM, N° 083-2020-PCM, N° 094-2020-PCM, N° 116-2020-PCM y N° 135-2020-PCM, N°139-2020-PCM, N° 146-2020-PCM y N° 156-2020-PCM.
- Directiva N°002-2014-SERVIR/GDSRH – "Normas para la Gestión del Sistema Administrativo de Gestión de Recursos Humanos en las entidades públicas"
- Resolución Directoral N° 035-2021-DG-HVLH/MINSA que aprueba la Directiva Administrativa N° 001-2021-OP-HVLH- Disposiciones Internas para la Implementación y Funcionamiento del Programa de Complemento Nutricional.

VI. CONTENIDO

6.1 Disposiciones Generales

a) Alimentación Sana (Datos y cifras)

- Una dieta saludable ayuda a protegernos de la malnutrición en todas sus formas, así como de las enfermedades no transmisibles, como la diabetes, las cardiopatías, las acciones cerebrovasculares y el cáncer.
- Las dietas insalubres y la falta de actividad física están entre los principales factores de riesgo para la salud en todo el mundo.
- Los hábitos alimenticios saludables comienzan en los primeros años de vida, la lactancia materna favorece el crecimiento sano y mejora el desarrollo cognitivo; además, puede proporcionar beneficios a largo plazo, como la reducción del riesgo de presentar sobrepeso y obesidad y de sufrir enfermedades no transmisibles en etapas posteriores de la vida.
- La ingesta calórica debe estar en concordancia con el gasto calórico. Los datos científicos de que se dispone indican que las grasas no deberían superar el 30 % de ingesta calórica total para evitar un aumento de peso, lo que implica dejar de consumir grasas saturadas para consumir grasas no saturadas y eliminar gradualmente grasas industriales de tipo trans.
- Limitar el consumo de azúcar libre a menos de 10% de la ingesta calórica total forma parte de una dieta saludable. Para obtener mayores beneficios, se recomienda reducir su consumo a menos de 5 gramos diarios ayuda a prevenir la hipertensión y reduce el riesgo de enfermedad cardíaca y de accidente cerebrovascular en la población adulta
- Un consumo de sal inferior a 5 gramos diarios en el adulto contribuye a disminuir la tensión arterial y el riesgo de enfermedad cardiovascular, accidente cerebrovascular e infarto de miocardio. El principal beneficio de reducir la ingesta de sal es la correspondiente disminución de la hipertensión arterial.
- Los Estados Miembros de la OMS han acordado reducir el consumo de sal entre la población mundial en un 30% y detener el aumento de la obesidad y la diabetes en adultos y adolescentes, así como el sobrepeso infantil de aquí a 2025.

b) Azúcar

- La ingesta de azúcares libres debería reducirse a lo largo de la vida. Los datos de que se dispone indican que la ingesta de azúcares libres en niños y adultos se debería reducir a menos del 10 % de la ingesta calórica total; para obtener mayores beneficios para la salud, esa cantidad debería ser inferior al 5 %. Por azúcar libre se entiendan



Plan de Complemento Nutricional para los Trabajadores del Hospital "Víctor Larco Herrera" - 2022

todos los azúcares que los fabricantes, los cocineros o los propios consumidores añaden a los alimentos o las bebidas que se van a consumir, así como azúcares presentes de forma natural en la miel, los jarabes, y los zumos y concentrados de frutas.

- El consumo de azúcar libre aumenta el riesgo de caries dental. El exceso de calorías procedentes de alimentos y bebidas con un alto contenido de azúcar libre también constituye 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.

c) Consejos prácticos para mantener una alimentación saludable (Frutas, Verduras y hortalizas)

- Comer al menos cinco piezas o porciones (o 400 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.
- Con el fin de mejorar el consumo de frutas y verduras se puede: incluir verduras, en todas las comidas, comer frutas frescas y verduras crudas como aperitivos, comer frutas y verduras frescas de temporada, comer una selección variada de frutas y verduras.

d) 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 de 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 freídos.
- 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).

e) La sal, el sodio y el potasio

- La mayoría de la gente consume demasiado sodio a través de la sal (una media de 9 a 12 g de sal diarios) y no consume suficiente potasio. Un consumo elevado de sal e insuficiente de potasio (menos de 3,5 g) contribuye a la hipertensión arterial que, a su vez, incrementa el riesgo de enfermedad coronaria y accidente cerebrovascular.
- Se podría evitar 1,7 millones de muertes cada año si el consumo de sal se redujera al nivel recomendado, esto es, menos de 5 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 tocino, 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 soya y la salsa de pescado) o en la mesa (por ejemplo, la sal de mesa).



Plan de Complemento Nutricional para los Trabajadores del Hospital "Víctor Larco Herrera" - 2022

El consumo de sal puede reducirse del modo siguiente:

- No añadiendo sal, salsa de soya o salsa de pescado al preparar los alimentos.
- No poniendo sal en la mesa.
- Reduciendo el consumo de aperitivos salados.
- Eligiendo productos con menos contenido en sodio.

6.2 Disposiciones Específicas

6.2.1 Actividades

- Charlas de Sensibilización en temas de alimentación saludable.
- Difusión de afiches virtuales y físicos en temas de alimentación saludable.
- Entrega de Tarjetas Electrónicas para Adquisición de Alimentos.
- Evaluación de datos antropométricos de los trabajadores.
- Aplicación de encuestas de consumo (test de 24 horas).
- Atención personalizada al trabajador que lo requiera.

6.2.2 Presupuesto

Para la ejecución del presente Plan se requieren de los siguientes recursos:
Adquisición de Tarjetas de Alimentos para los Trabajadores del Hospital "Víctor Larco Herrera"

Descripción	Unidad de Medida	Cantidad de Beneficiarios	Presupuesto 2022	
			Presupuesto por tarjeta (S/.)	Presupuesto Total (S/.)
Nombrados D.L. 276 y D.L. 1153	Tarjeta	755	2,100.00	1'585,500.00
CAS D.L. 1057	Tarjeta	165	2,100.00	346,500.00
Médicos Residentes	Tarjeta	21	2,100.00	44,100.00
Enfermero Residente	Tarjeta	1	2,100.00	2,100.00
Destacados al Hospital	Tarjeta	6	2,100.00	12,600.00
Total		948		1'990,800.00

El Programa de Complemento Nutricional que se incorpora al Plan Anual de Bienestar Social 2022 del Hospital Víctor Larco Herrera estará destinado al personal considerado en el ámbito de aplicación y debe brindarse tomando en consideración el costo estimado por la suma de S/. 8.75 (Ocho y 75/100 Soles) para la adquisición de los grupos de alimentos saludables recomendados en el Programa de Complemento Nutricional (Desayuno Saludable y Almuerzo Saludable), considerados en el **Anexo I**.

El presupuesto necesario para la ejecución del presente plan asciende a S/. 1'990,800.00 (Un millón novecientos noventa mil ochocientos y 00/100 soles).

La cantidad de beneficiarios está sujeta a la variación de ingresos y bajas del personal y a la conformidad del Numeral 5.3 de la Directiva Administrativa N° 001-2021-OP-HVLH Disposiciones Internas para la Implementación y Funcionamiento del "Programa de Complemento Nutricional".



VII. RESPONSABILIDADES

7.1 Dirección General

Aprobar el Plan de Complemento Nutricional.

7.2 Área de Bienestar Social de Personal

Elaborar el Plan de Complemento Nutricional, ejercer la ejecución, seguimiento y evaluación del presente plan.

7.3 Unidad Funcional de Seguridad y Salud en el Trabajo

Evaluación de datos antropométricos de los trabajadores, atención personalizada al trabajador que lo requiera.

7.4 Departamento de Nutrición

Asignar los recursos humanos para realizar las Charlas de Sensibilización en temas saludables

VIII. ANEXOS





8.1 Anexo I: Grupo de Alimentos Saludables

Desayuno Saludable

Grupos de Alimentos	Cantidad	Costo Referencial Aproximado
Avena o Cereal	30 g	S/. 3.00
Pan, Tostada, etc.	60 g	
Leche, yogurt, etc.	120 ml	
Frutas (jugos, enteras, licuadas, etc.)	120 ml	
Queso, palta, aceituna, huevo, etc.	40 g	

Almuerzo Saludable

Grupos de Alimentos	Cantidad	Costo Referencial Aproximado
Arroz o pastas (1 taza)	100 g	S/. 5.75
Carne (pollo, ternera, pavita pescado, etc.)	200 g	
Leguminosas o menestras	80 g	
Porción de frutas	120 g	
Agua o infusión	250 ml	

[Handwritten signature]





PERÚ

Ministerio
de SaludHospital Víctor Larco
Herrera

8.2 Anexo II: Cronograma de Actividades del Programa de Complemento Alimentario 2022 del Hospital Víctor Larco Herrera

Objetivo General		Establecer el Programa de Complemento Nutricional																		
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 2022																		
Recursos		Propios																		
N°	Descripción de la Actividad	Responsable de Ejecución	2022												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													15/02/2022	$\frac{\text{N}^\circ \text{ programas elaborados}}{100} \times 01 \text{ programa programado}$	0%	Pendiente	
2	Atención personalizada en consulta a trabajadores con diagnóstico nutricional de obesidad.	Nutricionista a cargo de Médico Ocupacional				X	X	X								15/06/2022	$\frac{\text{N}^\circ \text{ atenciones realizadas}}{100} \times \text{N}^\circ \text{ trabajadores obesos}$	0%	Pendiente	
3	Evaluación antropométrica final a los trabajadores con diagnóstico nutricional de obesidad.	Nutricionista a cargo de Médico Ocupacional								X	X	X				15/06/2022	$\frac{\text{N}^\circ \text{ evaluaciones realizadas}}{100} \times \text{N}^\circ \text{ trabajadores obesos}$	0%	Pendiente	
4	Charlas de sensibilización en temas de alimentación saludable	Departamento de Nutrición, Bienestar de Personal			X			X				X			X	15/06/2022	$\frac{\text{N}^\circ \text{ de charlas realizadas}}{100} \times \text{N}^\circ \text{ de asistentes}$	0%	Pendiente	
5	Difusión de afiches virtuales y físicos en temas de alimentos saludables	Bienestar de Personal			X			X				X			X	15/06/2022	$\frac{\text{N}^\circ \text{ de afiches virtuales y físicos}}{100} \times \text{N}^\circ \text{ de trabajadores}$	0%	Pendiente	
6	Entrega de tarjetas Electrónicas para adquisición de alimentos.	Bienestar de Personal			X											15/04/2022	$\frac{\text{N}^\circ \text{ tarjetas entregadas}}{\text{N}^\circ \text{ de trabajadores}}$	0%	Pendiente	
7	Informe anual del Programa de Complemento Nutricional.	Nutricionista a cargo de Médico Ocupacional												X	15/01/2022	$\frac{\text{N}^\circ \text{ Informes realizados}}{100} \times 01 \text{ Informe programado}$	0%	Pendiente		



Oscar Roberto
GOLD VILLARREAL
DNI: 41179164

