



POSITIVA
COMPANÍA DE SEGUROS

suma 5.0

educa
comunica y cultura preventiva

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

Plan Nacional de Educación **Multimodal** en SST 2026

Talentos que **hacen país**



Positiva Prevención

GRUPO
BICENTENARIO





Comunidad Nacional de Conocimiento en

Prevención de Peligros en el Servicio Doméstico

Talentos que **hacen país**



SESIÓN 4: PREVENCIÓN DE RIESGOS Y CONTROL DE PELIGROS EN EL HOGAR



POSITIVA
COMPANÍA DE SEGUROS

suma 5.0

educa
comunica y cultura preventiva



ROBERTO JOSE MACHADO RIVERO

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO EN PREVENCIÓN DE
PELIGROS EN EL SERVICIO DOMÉSTICO



roberto171@gmail.com



350 849 2513

Perfil profesional:

Embajador Mundial de la Risa y Conferencista Certificado Internacional de Alto Impacto. Además, es Life Coach, Master Practitioner PNL, Coach Ontológico Empresarial y Hipnoterapeuta. Instructor USAID-OFDA, Técnico Nivel III Materiales Peligrosos.



Ruta del **conocimiento**



01

SESIÓN 1:
PRÁCTICAS SEGURAS DE
TRABAJO EN EL ENTORNO
DOMÉSTICO



02

SESIÓN 2:
ERGONOMÍA APLICADA AL
TRABAJO EN EL HOGAR -
PROTECCIÓN DEL CUERPO Y
MOVILIDAD SEGURA



03

SESIÓN 3: GESTIÓN DEL
ESTRÉS Y AUTOCONTROL
EMOCIONAL EN
SITUACIONES DE CRISIS Y
EMERGENCIA - RESPUESTA
OPORTUNA EN CASA



04

SESIÓN 4:
PREVENCIÓN DE RIESGOS Y
CONTROL DE PELIGROS EN
EL HOGAR



05

SESIÓN 5:
PROTOCOLOS DE
ACTUACIÓN SEGURA EN
SITUACIONES DOMÉSTICAS
DE ALTO ESTRÉS

Ruta del **conocimiento**

06

SESIÓN 6:
MANEJO SEGURO DE
PRODUCTOS DE LIMPIEZA
Y PRÁCTICAS HIGIÉNICAS
RESPONSABLES

07

SESIÓN 7:
GESTIÓN EFICIENTE DEL
TIEMPO Y ORGANIZACIÓN DE
TAREAS PARA REDUCIR
RIESGOS

08

SESIÓN 8:
TÉCNICAS DE
MANIPULACIÓN MANUAL
DE CARGAS EN EL TRABAJO
DOMÉSTICO

09

SESIÓN 9:
HABILIDADES DE
COMUNICACIÓN ASERTIVA
PARA LA GESTIÓN DE LÍMITES
LABORALES EN EL HOGAR

10

SESIÓN 10:
AUTOCUIDADO Y BIENESTAR
INTEGRAL PARA
TRABAJADORES DEL
SERVICIO DOMÉSTICO

Evaluémonos



“Prevenir es ver hoy lo que podría hacernos daño mañana.”

Roberto Machado



Contenido

- 01. Identificar los peligros
- 02. Comprender cómo ocurren los accidentes
- 03. Prevenir en las tareas cotidianas
- 04. Controlar los peligros





POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



educa
comunica y cultura preventiva

01.

IDENTIFICAR

Reconocer los principales peligros presentes en las actividades del hogar.

02.

PREVENIR

Aplicar prácticas seguras para reducir la exposición a los riesgos.

03.

CONTROLAR

Seleccionar medidas efectivas para proteger nuestra seguridad y salud.

Objetivo



ANTES DE PREVENIR, APRENDAMOS A OBSERVAR



PELIGRO

Fuente, situación o condición que puede causar daño.



RIESGO

Posibilidad de que ese peligro produzca una consecuencia.



CONSECUENCIA

El daño que puede ocurrir si no intervenimos.



Pregunta para el chat:

¿Qué peligro identificas primero cuando entras a una casa?



UN ACCIDENTE NO OCURRE POR CASUALIDAD



PELIGRO

Existe una condición que puede causar daño.



EXPOSICIÓN

La persona entra en contacto con ese peligro.



EVENTO

Se presenta una situación inesperada o pérdida de control.



CONSECUENCIA

Se produce una lesión, daño o afectación.



**PREVENIR ES INTERVENIR ANTES DE QUE
LA CADENA SE COMPLETE.**





PREVENIR TAMBIÉN ES CAMBIAR LA FORMA DE HACER LAS COSAS



ANTES

Planificar la tarea



DURANTE

Trabajar de forma segura



DESPUÉS

Verificar y dejar el espacio seguro



LIMPIAR



COCINAR



LAVAR



ORGANIZAR



MOVILIZAR



UTILIZAR EQUIPOS



Una tarea segura comienza **antes** de ejecutarla.



NO BASTA CON VER EL PELIGRO: HAY QUE CONTROLARLO



ELIMINAR

Quitar el peligro.



SUSTITUIR

Cambiarlo por una alternativa más segura.



REDUCIR

Disminuir la exposición.



PROTEGER

Utilizar medidas y elementos adecuados.



OBSERVAR



ANALIZAR



CONTROLAR



VERIFICAR



**El mejor control es el que actúa
antes de que ocurra el accidente.**



Bibliografías

- Seguridad y Salud en el Trabajo - Fernando Henao Robledo <https://h1.nu/1CQvr>
- Seguridad y salud en el trabajo: técnicas de prevención de riesgos laborales – José María Cortés Díaz <https://h1.nu/1CQwl>
- Ergonomía 1: Fundamentos - Pedro R. Mondelo · Enrique Gregori · Pedro Barrau <https://h1.nu/1x7D0>
- Diagnóstico integral de las condiciones de trabajo y salud - Fernando Henao Robledo <https://h1.nu/1x7E3>
- Técnicas para la prevención de riesgos laborales - Antonio Creus Solé <https://h1.nu/1x7Ez>

Evaluémonos



Preguntas



Recuerda que Positiva tiene para ti:



posipedia

<https://www.posipedia.com.co/>



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAs



Guías



Mailings



Videos



¿Quieres profundizar tus conocimientos y
potenciar tus competencias en SST?

¡Capacítate y fortalece
la seguridad de tu empresa!

CURSOS

**VIRTUALES SG-SST
DE 50 Y 20 HORAS**

Escanea e insíbete



Para trabajadores de todas las empresas, áreas y sectores.

¡TE ESPERAMOS!



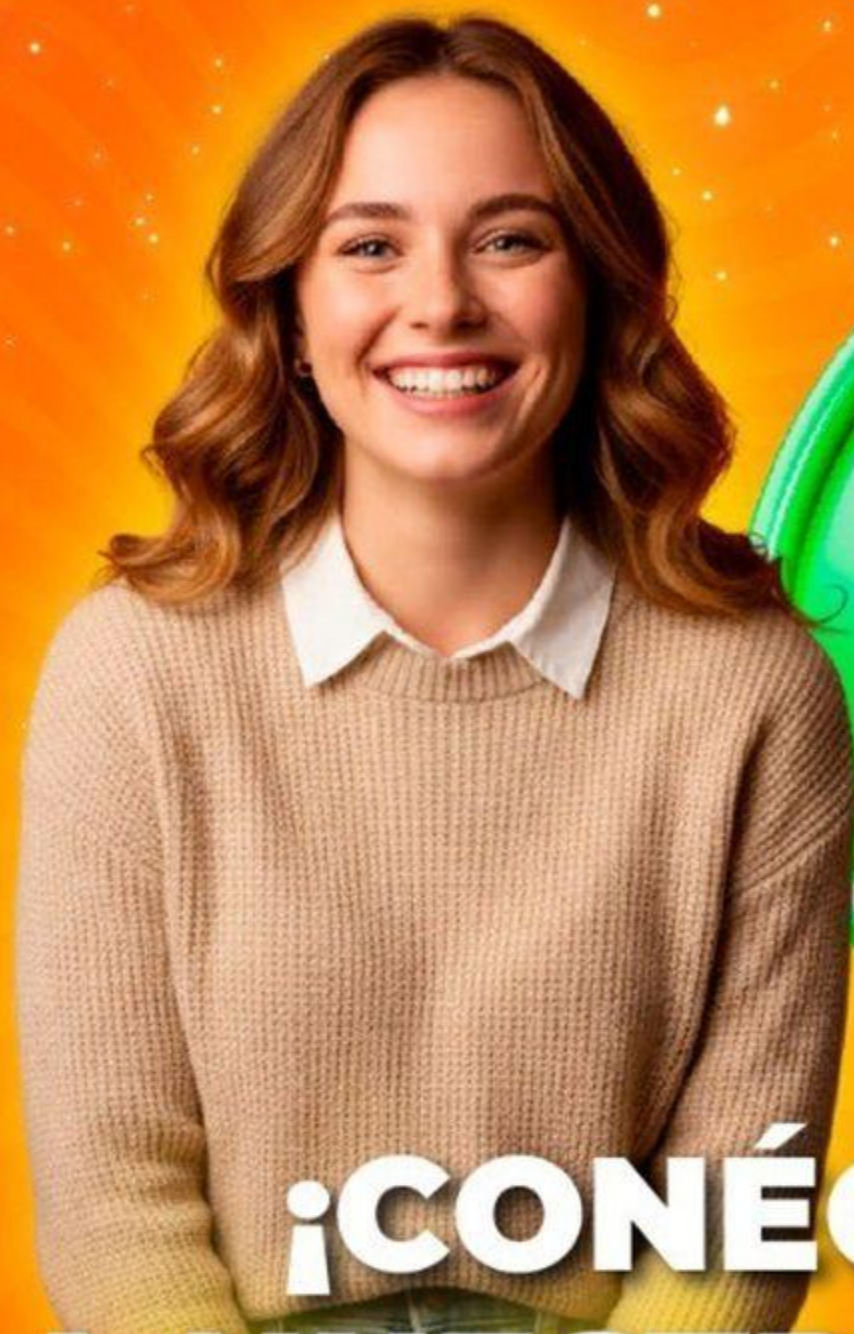


POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



educa
comunica y cultura preventiva



**¡CONÉCTATE
A NUESTRO CANAL
de WhatsApp!**

POSITIVA PREVENCIÓN



Descubre campañas, novedades y tips en Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) que te ayudarán a fortalecer tu bienestar y la cultura de prevención laboral.

**¡Únete y sé parte de la
comunidad de Positiva!**



POSITIVA
COMPANÍA DE SEGUROS

suma 5.0

educa
comunica y cultura preventiva

¡Síguenos en nuestra COMUNIDAD EDUCATIVA!



Escanea el código QR para entrar
a nuestro Canal de Whatsapp