



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

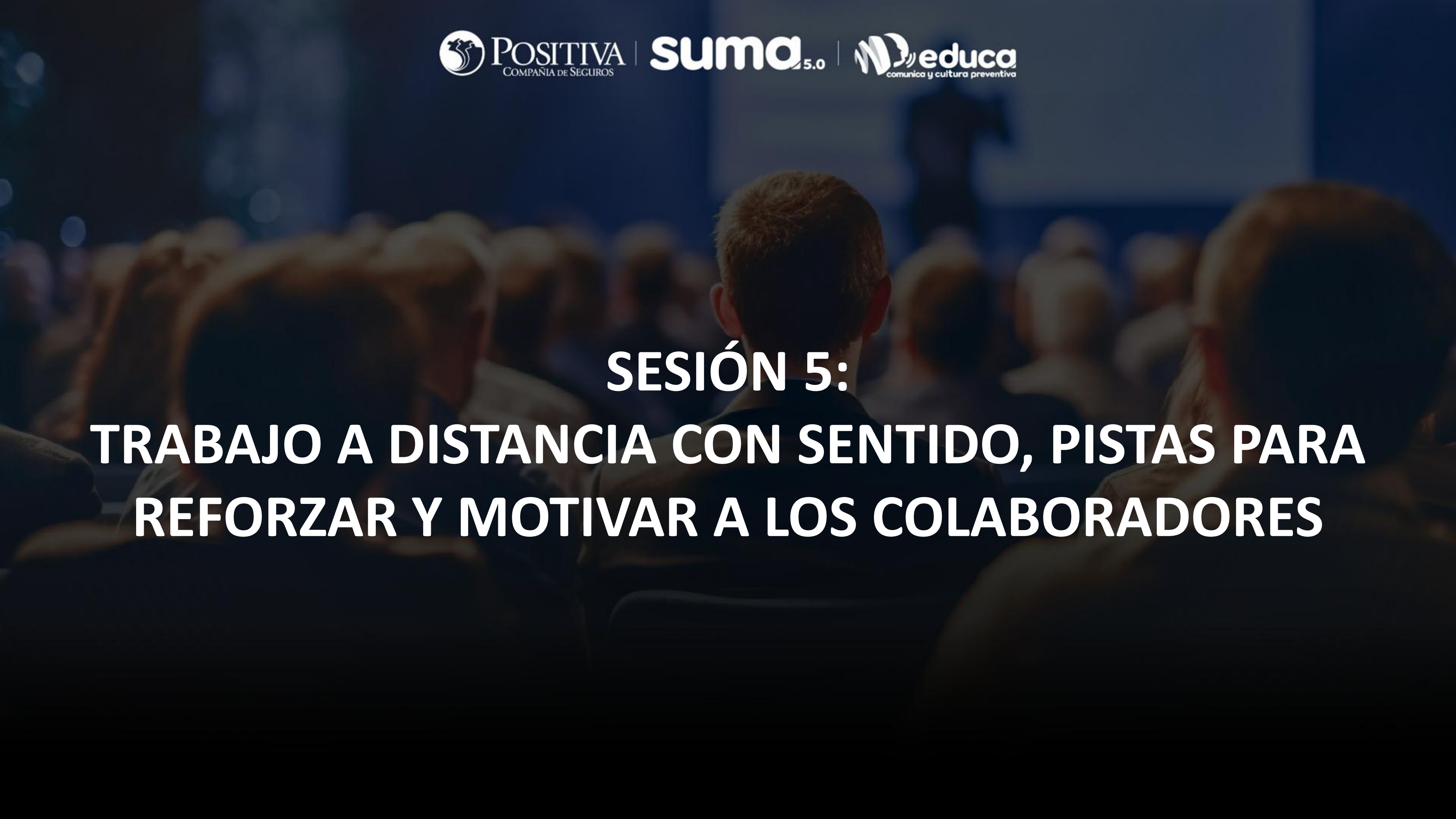
Talentos que **hacen país**

---



**Comunidad Nacional de Conocimiento en  
Trabajo a Distancia Sano y  
Seguro - Estrategia Integral**

Talentos que **hacen país**



**SESIÓN 5:**  
**TRABAJO A DISTANCIA CON SENTIDO, PISTAS PARA  
REFORZAR Y MOTIVAR A LOS COLABORADORES**



## Nohora Isabel Valbuena Amaris

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO EN TRABAJO A  
DISTANCIA SANO Y SEGURO - ESTRATEGIA INTEGRAL



nohoravalbuena@hotmail.com



3106807612

### Perfil profesional:

Terapeuta Ocupacional, Magister en Ergonomía y Cambios Tecnológicos, Especialista en Ergonomía, Especialista en Administración de Salud Ocupacional.

PECB Certified ISO 45001 Senior Lead Implementer



## Ruta del conocimiento



01

SESIÓN 1:  
NORMATIVIDAD Y PUNTOS  
DE REFERENCIA PARA UN  
TRABAJO A DISTANCIA DE  
CALIDAD



02

SESIÓN 2:  
DESAFÍOS DEL TRABAJO A  
DISTANCIA PARA LAS  
EMPRESAS Y LOS  
TRABAJADORES



03

SESIÓN 3:  
TRABAJO A DISTANCIA,  
PRÁCTICAS  
ORGANIZACIONALES  
GANADORAS



04

SESIÓN 4:  
¿CÓMO GESTIONAR  
EFICIENTEMENTE LA  
INFORMACIÓN EN SALUD Y  
SEGURIDAD EN EL TRABAJO  
A DISTANCIA? EDUCATIVAS



05

SESIÓN 5:  
TRABAJO A DISTANCIA CON  
SENTIDO, PISTAS PARA  
REFORZAR Y MOTIVAR A LOS  
COLABORADORES

## Ruta del conocimiento



06

SESIÓN 6:  
TRANSFORMACIÓN  
DIGITAL EN EL TRABAJO A  
DISTANCIA ALINEADA CON  
EFICIENCIA Y EL  
BIENESTAR



07

SESIÓN 7:  
CLAVES PARA VITALIZAR EL  
COLECTIVO DE TRABAJO A  
DISTANCIA Y LA CALIDAD DE  
VIDA



08

SESIÓN 8:  
OPTIMIZAR LA POLÍTICA DE  
TELETRABAJO PARA  
POTENCIALIZAR LA  
GESTIÓN EN SST



09

SESIÓN 9:  
¿CÓMO APALANCAR LA  
EFICIENCIA EN EL TRABAJO A  
DISTANCIA CON LOS  
REQUISITOS NORMATIVOS?



10

SESIÓN 10:  
PISTAS PARA QUE RIME LA  
EFICIENCIA Y BIENESTAR EN  
EL TRABAJO A DISTANCIA  
QUE REQUIERE LA  
INTERACCIÓN CON  
USUARIOS O CLIENTES



suma 5.0





# Evaluémonos



“El trabajo puede tener efectos benéficos en la salud mental, Este refuerza el sentimiento de tener un lugar en la sociedad, proporciona una identidad a través de la profesión e incide en la estima de si mismo. Por el contrario, cuando se conjugan riesgos psicosociales, se pierde el sentido del trabajo, la salud se fragiliza y la vida profesional se reduce” .

Lhuillier, D. CNAM, 2026

# Contenido

-  **01.** Pistas para un trabajo a distancia con sentido que promueve la motivación
  
-  **02.** Estrategia Integral Trabajo a Distancia Sano y Seguro.



**01.**

Lograr que los participantes refuercen sus conocimientos sobre la implementación del Trabajo a Distancia.

**02.**

Identificar las responsabilidades de las partes en la implementación de las modalidades de Trabajo a Distancia.

**03.**

Socializar y reforzar los conocimientos acerca de las soluciones de la Estrategia Trabajo a Distancia Sano y Seguro de POSITIVA.

**Objetivo**





**Pistas para un  
trabajo a distancia  
con sentido que  
promueve la  
motivación**

# Trabajo con sentido / sentido del trabajo

Trabajo con  
sentido

Sentido  
del trabajo

- Características del trabajo que permiten identificar propósitos, alineación con valores individuales, el impacto de lo que realiza...

- ¿Por qué trabajamos?
- Significado, valor y función de nuestra actividad laboral

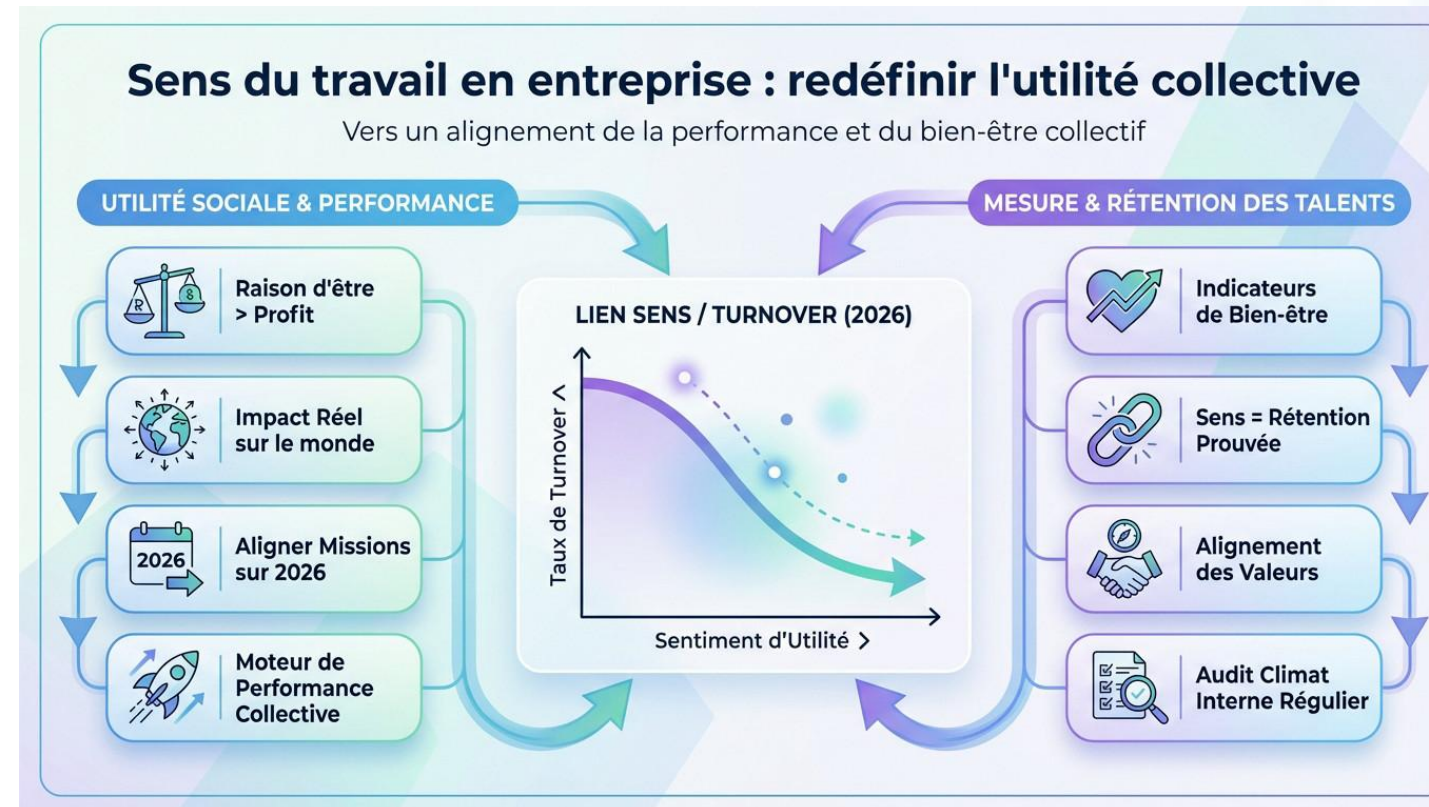
Trabajo significativo o meaningful work  
Sens du travail

# El sentido del trabajo

## Aspectos que lo favorecen

1. Utilidad social
2. Coherencia ética
3. Posibilidad de desarrollo
4. Autonomía
5. Calidad en las relaciones
6. Reconocimiento

Fuente: Lhuillier, D. CNAM, 2026



Fuente: Lakanal, 2026.

- Pasar a una cultura de vigilancia al liderazgo lúcido.
- La autonomía requiere reglas claras para no generar ansiedad.
- Delegar tareas repetitivas a la IA.



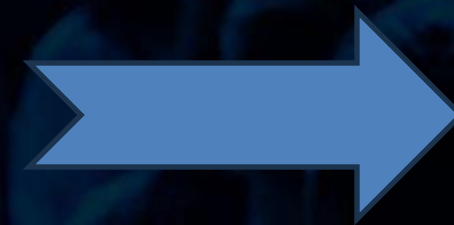
# Trabajo con sentido

## Algunas preguntas para evaluar los equipos:

1. ¿Qué aspectos de tu trabajo actual disfrutas más?
2. ¿Qué logros en tu trabajo te han hecho sentir más orgulloso?
3. ¿En qué proyectos o actividades sientes que aportas más valor?
4. ¿Qué valores personales consideras más importantes y cómo se alinean con tu rol actual?
5. ¿Qué actividades o proyectos te gustaría explorar más en tu rol?
6. ¿Hay algo en tu trabajo actual que sientes que podría mejorarse para que sea más significativo para ti?
7. ¿Qué habilidades o áreas de conocimiento te gustaría desarrollar más dentro de la empresa?

# Tendencias y expectativas en el Trabajo a Distancia

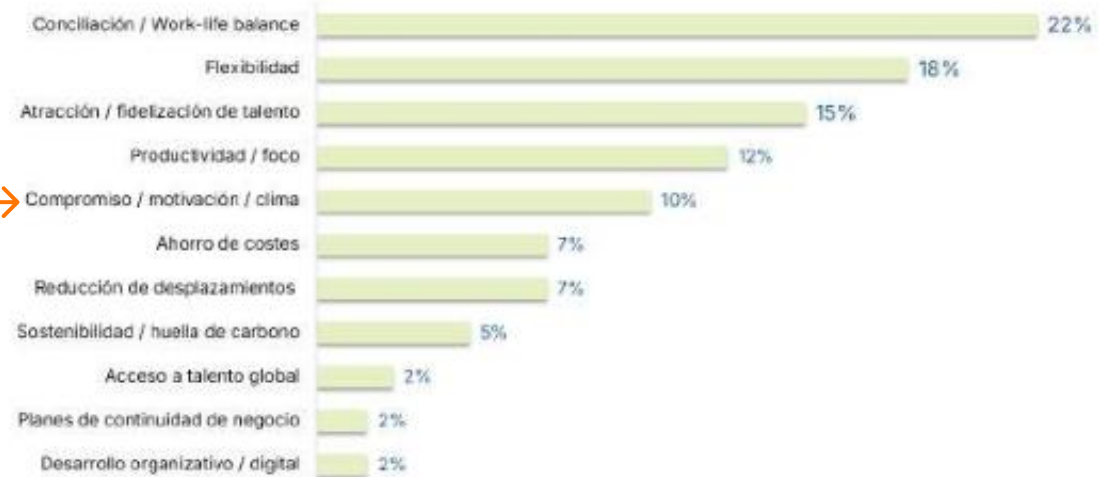
1. Flexibilidad
2. Sentido del trabajo y calidad de vida
3. Equilibrio vida laboral / vida personal
4. Desarrollo profesional



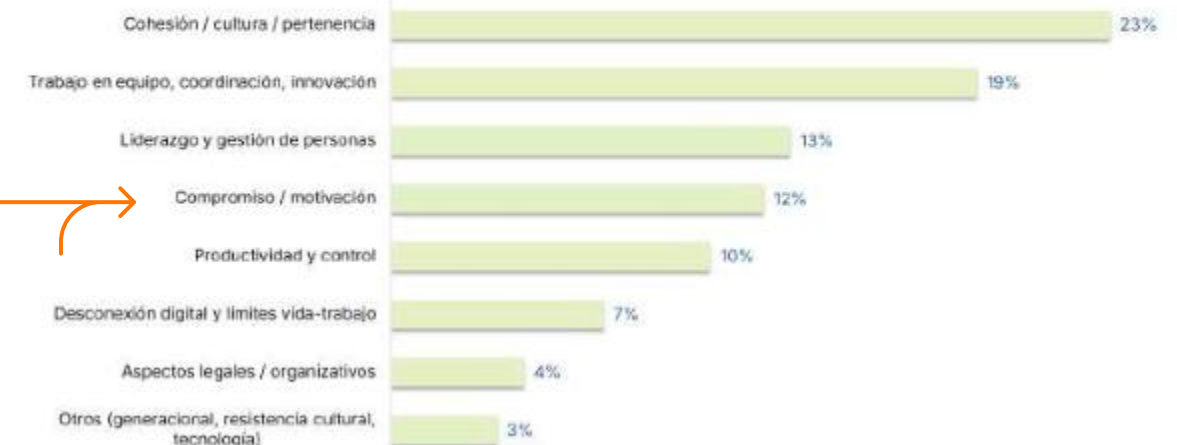
- ¿Cómo conciliar la flexibilidad con la cohesión del equipo?
- ¿Cómo implementar políticas híbridas sin debilitar la cultura empresarial?
- ¿Cómo combinar el sentido, el rendimiento y el compromiso a largo plazo?

# Tendencias y expectativas en el Trabajo a Distancia

¿Qué tres ventajas aporta el trabajo a distancia en vuestras empresas?



¿Qué tres desventajas/dificultades plantea el trabajo a distancia a vuestra empresa?



Esta aparente contradicción pone de manifiesto que los impactos del teletrabajo dependen de la gestión del mismo en cada organización y de las características o situación de las personas implicadas.

# Pistas para un trabajo a distancia con sentido

## 7 Consejos para promover el compromiso y motivación



1. Objetivos colectivos e individuales claros



2. Reconocimiento



3. Comunicación constante



4. Dar sentido al trabajo



5. Equidad e inclusión



6. Liderazgo



7. TIC - Herramientas

# ¿Qué estrategias utilizar para motivar a tu equipo?

1. Señalar las diferencias entre los objetivos individuales y los del equipo
2. Reforzar conceptos como la eficiencia y la efectividad
3. Expresar el reconocimiento periódicamente
4. Trabajar para elevar la moral del equipo
5. Estar atento para poder identificar los problemas

Fuente: Martins, J. - ASANA, 2026.



# Estrategias para motivar a equipos remotos

1. Comunícate en exceso – crea la sensación de cercanía
2. Crea puntos de interacción intencionados
3. Haz que el reconocimiento sea visible y frecuente
4. Céntrate en los resultados, no en las horas
5. Invierte en crecimiento y desarrollo
6. Aprovecha la tecnología en forma intencionada
7. Aborda el agotamiento de forma proactiva

## ¿Cómo recuperar tu motivación?

¿Este sentimiento siempre ha estado presente o surgió con el teletrabajo o debido a cambios en tu vida?

1. Conecta el trabajo con los objetivos
2. Establece diferentes tipos de objetivos (plazos, aspectos diversos)
3. Reduce los pormenores del trabajo
4. Captura las tareas pendientes
5. Evita realizar varias tareas a la vez
6. Deja de procrastinar
7. Adopta el estado de fluidez
8. Prueba diferentes estrategias para gestionar el tiempo
9. Desarrolla tus habilidades
10. Atiende tu bienestar personal

Fuente: Martins, J. - ASANA, 2026.

# Estrategia Integral Trabajo a Distancia Sano y Seguro



# Estrategia Integral Trabajo a Distancia Sano y Seguro

**30** Soluciones / **4** Kits

**ESTRATEGIA INTEGRAL TRABAJO A DISTANCIA SANO Y SEGURO**

**KIT LIDERA LA ESTRATEGIA**

**7 soluciones claves** para apoyar al equipo coordinador en la

- Planeación
- Documentación
- Cumplimiento normativo de las modalidades de trabajo a distancia

(Talento Humano, área Jurídica, TIC, Coordinación SG-SST)

**KIT MOVILIZA**

**7 recursos con pautas y lineamientos concretos para**

Líderes • Jefes • Supervisores

**Ayudan a gestionar:**

- El cambio en las organizaciones Favorecen el trabajo colaborativo y el desempeño de los equipos a distancia
- Las competencias y habilidades requeridas
- La salud mental
- Aprovechamiento de las TIC.

**KIT AUTOGESTIONA**

**6 guías estratégicas** pensadas para los trabajadores y servidores en modalidades a distancia.

**Favorecen:**

- La promoción de la salud músculo esquelética y mental
- Prevenición y actuación ante emergencias
- La autogestión de los peligros y riesgos
- los estilos de vida y trabajo saludables

**KIT FORMADOR: APRENDO, ENSEÑO Y APLICO**

**10 módulos de formación** para que los líderes del equipo puedan **implementar jornadas de formación y sensibilización en:**

- El marco legal de las diferentes modalidades
- Generalidades del trabajo a distancia
- Evaluación de las condiciones de trabajo
- Salud mental
- Salud Músculo esquelética
- Estilos de vida y trabajo saludable

# Estrategia Integral Trabajo a Distancia Sano y Seguro

23

POSITIVA | suma<sub>5.0</sub> | educa | comunica

EL FUTURO ES HUMANO

Comunidad Nacional de Conocimiento en

**Trabajo a Distancia Sano y Seguro - Estrategia Integral**

**Fórmulas para la vida**  
Valores + Emociones + Competencias  
Sabiduría + Alegría + Aprendizaje

Positiva Prevención

Hacienda

- Gestión organizacional
- Planeación e implementación
- Marco jurídico
- Eficiencia en el trabajo a distancia
- Gestión de la SST
- Salud musculoesquelética
- Salud mental
- Hábitos saludables – autocuidado...

<https://posipedia.com.co/comunidades/trabajo-a-distancia-sano-y-seguro-estrategia-integral/>

# Bibliografías

- Fundación Máshumano. (2026). Del teletrabajo a la presencialidad: dónde estamos y hacia dónde vamos. [https://mashumano.org/wp-content/uploads/2026/03/Radiografia-Teletrabajo-2026\\_Fundacion-Mashumano.pdf](https://mashumano.org/wp-content/uploads/2026/03/Radiografia-Teletrabajo-2026_Fundacion-Mashumano.pdf)
- <https://posipedia.com.co/trabajo-a-distancia/>
- <https://posipedia.com.co/comunidades/trabajo-a-distancia-sano-y-seguro-estrategia-integral/>

# Evaluémonos



# Preguntas



Recuerda que Positiva tiene para ti:



**posipedia**

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



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVA's



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**

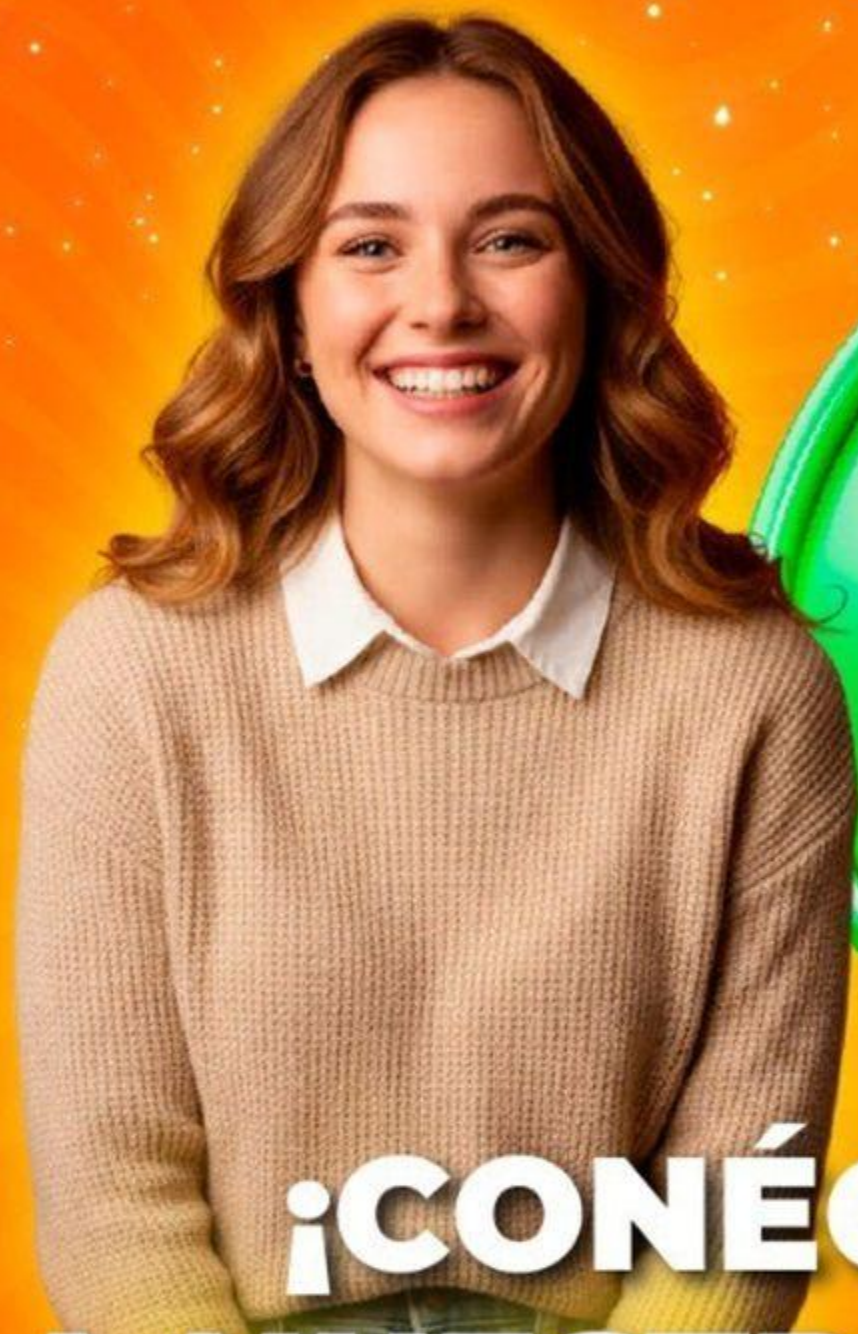
Escanea e insíbete



Para trabajadores de todas las empresas, áreas y sectores.

**¡TE ESPERAMOS!**





**¡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!**

# ¡Síguenos en nuestra COMUNIDAD EDUCATIVA!



Escanea el código QR para entrar  
a nuestro Canal de Whatsapp