005 Informativo

Mayo 21 de 2026

SIGE
Sistema Integrado de Gestión
Eje de Seguridad y Salud en el Trabajo

BIENESTAR FAMILIAR

1 Cuidado respiratorio

En época de lluvias y bajas temperaturas, cúbrete y mantente alerta frente a los síntomas que pueden desencadenar enfermedades.
Te sugerimos seguir estas recomendaciones.

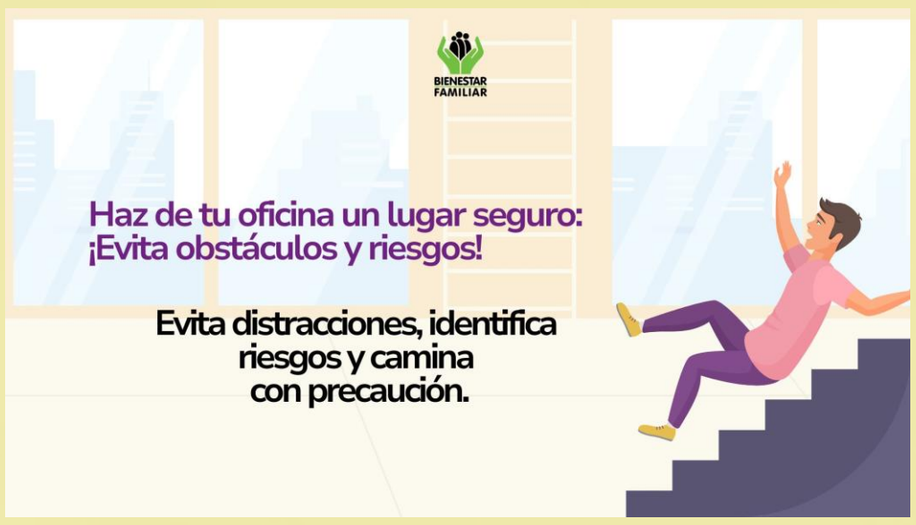
Léelas aquí >>>>>>>>>>>>>> **Clic aquí**

2 Trastorno silencioso

Es una afectación musculoesquelética causada por la inclinación prolongada de la cabeza hacia adelante al usar dispositivos móviles, tabletas o computadores. Esta postura genera una sobrecarga en la columna cervical.

Infórmate y haz cambios >>>> **Clic aquí**

3 Riesgos locativos



Protégete, sé consciente con cada paso que das en tu entorno laboral. No te distraigas con tu teléfono móvil ni leas mientras te desplazas. Caminar es una acción que debe ser consciente.

Conoce esta información que en ocasiones pasamos por alto >>>>>>> **Clic aquí**

4 Reporte

Ten presente el paso a paso para reportar las recomendaciones médicas correctamente, así, el área de medicina preventiva puede hacer seguimiento a tu condición.

Toma nota >>>>>>>>>>>>>>> **Clic aquí**

TH con Talento Humano Bienestar