
Capítulo 3. Prácticas seguras en Enfermería

Pedro Nel Beitia Cardona*

<http://orcid.org/0000-0002-8644-6008>

Mercedes Benavides Portilla**

<https://orcid.org/0000-0001-7500-176X>

Ivanoba Pardo Herrera***

<http://orcid.org/0000-0003-4527-6775>

El perfil ocupacional del futuro profesional de enfermería debe tener competencias con una sólida formación humanística, filosófica, científica y social de la relación enfermera-paciente, con competencias para brindar cuidado integral a la persona, la familia, a la comunidad y su entorno. Deben ser proactivos con capacidad de resolver situaciones, desarrollar habilidades y tomar decisiones, con una dimensión filosófica y epistemológica, capaces de construir, reconstruir, readaptar y re-contextualizar el conocimiento para hacerlo visible en sus prácticas cotidianas del quehacer de enfermería. Además, debe de ser un profesional con conocimientos,

* Universidad Santiago de Cali. Cali, Colombia

✉ pnbeitia@usc.edu.co

** Universidad Santiago de Cali. Cali, Colombia

✉ mbenavidez@usc.edu.co

*** Universidad Santiago de Cali. Cali, Colombia

✉ ivanoba.pardo00@usc.edu.co

Cita este capítulo:

Beitia Cardona PN, Benavides Portilla M, Pardo Herrera I. Prácticas seguras en enfermería. En: Pardo Herrera I, Estrada González C. (eds. científicas). Medidas preventivas: identificación de riesgos ocupacionales en salud. Cali, Colombia: Editorial Universidad Santiago de Cali; 2020. pp. 73-95

habilidades y destrezas para la conducción y liderazgo de equipos multidisciplinarios de trabajo y el gerenciamiento institucional básico. Promueve la salud, previene la enfermedad, interviene en el tratamiento, rehabilitación y recuperación de la salud, alivia el dolor, proporciona medidas de bienestar y contribuye a una vida digna de la persona. Fundamenta su práctica en los conocimientos sólidos y actualizados de las ciencias biológicas, sociales y humanísticas y en sus propias teorías y tecnologías. ⁽¹⁾

Cuadro 22. Tipo de desempeño del profesional de enfermería

Enfermera General	Cargos de carácter científico o directivo tanto en instituciones públicas como privadas
<p>El profesional de enfermería ejerce su práctica dentro de una dinámica interdisciplinaria, multiprofesional y transdisciplinaria, aporta al trabajo sectorial e intersectorial sus conocimientos y habilidades adquiridas en su formación universitaria y actualizada mediante la experiencia, la investigación y la educación continua. Ejerce sus funciones en los ámbitos donde la persona vive, trabaja, estudia, se recrea y se desarrolla, y en las instituciones que directa o indirectamente atienden la salud.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Participar en la formulación, diseño, implementación y control de las políticas, programas, planes y proyectos de atención en salud y enfermería. 2. Establecer y desarrollar políticas y modelos de cuidado de enfermería en concordancia con las políticas nacionales de salud. 3. Definir y aplicar los criterios y estándares de calidad en las dimensiones éticas, científicas y tecnológicas de la práctica de enfermería. 4. Dirigir los servicios de salud y de enfermería. 5. Dirigir instituciones y programas de atención primaria en salud, con prioridad en la atención de los grupos más vulnerables de la población

	<p>y a los riesgos prioritarios en coordinación con los diferentes equipos interdisciplinarios e intersectoriales.</p> <p>6. Ejercer responsabilidades y funciones de asistencia, gestión, administración, investigación y docencia, tanto en áreas generales como especializadas y aquellas conexas con la naturaleza de su ejercicio, tales como asesorías, consultorías y otras relacionadas.</p>
--	--

Fuente: Ley 266 de 1996, Reglamenta la Profesión de Enfermería en Colombia. Ministerio de Salud y Protección Social. Perfil y Competencias Profesionales del Profesional de Enfermería en Colombia. Colombia 2014. Universidad Santiago de Cali, perfil ocupacional del Profesional de Enfermería.

Procesos por competencias en Enfermería

Los procesos son la secuencia de procedimientos que se encadenan de manera ordenada y predefinida de acuerdo con los objetivos a alcanzar en la prestación del servicio. En estos, los estudiantes de las diversas disciplinas se ven expuestos al riesgo ocupacional, entendido como la probabilidad de exposición a cualquiera de los factores de riesgo o peligro durante el desarrollo de las prácticas formativas o actividades a realizar, como requisito para culminar sus estudios u obtener un título o certificado de técnico laboral por competencias, que lo acreditará para el desempeño laboral. En los escenarios donde se realiza la práctica o actividad, los peligros a los que se exponen pueden producir enfermedades o accidentes y son inherentes a su proceso de formación; hoy en día están protegidos por el Sistema General de Riesgos Laborales según el Decreto 055 del 2015, el Decreto 1295 de 1994, la Ley 1562 del 2012, el Decreto 1443 del 2014 y el Decreto 1072 del 2015 ^(2,3,4) tal como se describe en el Diagrama 1⁽¹⁾.

Diagrama 1. Competencias del profesional de enfermería



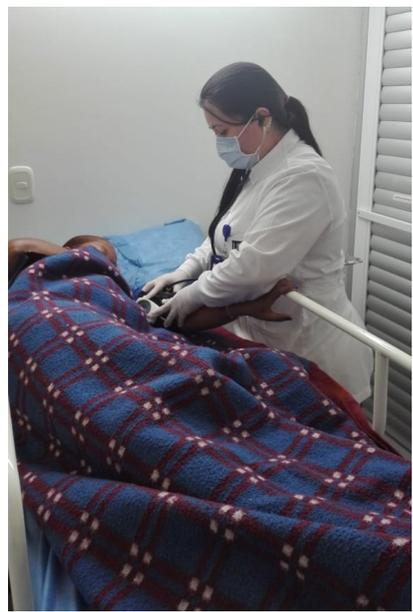
Fuente: Ministerio de Salud y Protección Social. Perfil y Competencias Profesionales de Salud en Colombia. Colombia 2014. Riopelle, Teixidó. “La práctica enfermera: fundamentos científicos y acercamiento humanista”, 2002.

Cada uno de los procesos a su vez se ve reflejado en un conjunto de acciones acorde a las competencias establecidas, que a continuación se describen: procesos asistenciales, procesos comunitarios, procesos de gestión y procesos de investigación, en donde se enfrentan a peligros de acuerdo con la criticidad de la acción realizada.

Cuadro 23. Descripción de competencias del estudiante en el proceso asistencial en enfermería

Proceso asistencial	
<p>Ejerce el rol según los principios éticos y deontológicos, basando su actuar en el modelo conceptual de cuidado en enfermería, aplicándolo a cada persona, evaluando la satisfacción de las necesidades de la persona, familia y comunidad, propiciando acompañamiento a cada una de acuerdo con sus reacciones psicológicas, físicas y sociales, ayudando a identificar las soluciones más apropiadas con relación a cada situación, propiciando un clima de confianza para el desarrollo y bienestar de la persona, que conlleve a mantener y mejorar la salud.</p> <p>Aplica los cuidados de prevención y promoción de la salud según las necesidades y a partir los recursos que disponga, incentiva el interés por el aprendizaje del conocimiento, habilidades y actitudes que puedan contribuir o mejorar la salud.</p>	

Cuidado integral y continuo a las personas vigilando el estado de salud centrándose en las complicaciones y las reacciones al tratamiento para realizar los ajustes según su juicio profesional. Comunica al equipo multidisciplinario las alteraciones del estado de salud de la persona para realizar las acciones pertinentes. Ejecuta procedimientos propios de enfermería indispensables para la atención inicial de emergencias y las técnicas del cuidado especializado teniendo en cuenta las reacciones de las personas atendidas.



Rehabilitación. Propende por la mayor recuperación de una persona con discapacidad en los aspectos funcional, físico y mental, para promover su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con los demás miembros de la comunidad. Elabora el plan de rehabilitación integral para el individuo, orientado a la solución de problemas específicos y objetivos preestablecidos, de acuerdo con su realidad física, psíquica y del entorno sociocultural y económico. Participa con el equipo interdisciplinario del nivel básico de atención, en el desarrollo de las acciones conducentes a la recuperación de la persona.



Fuente: autores. Revisión documental. Cali. 2019

A diario en las prácticas formativas, los estudiantes realizan su rol en íntimo contacto con las mucosas, sangre y fluidos corporales de numerosos pacientes, por tanto, existen múltiples posibilidades de transmitir y contraer enfermedades infecciosas durante la asistencia médica, ya que su campo de acción es en áreas y procedimientos muy contaminados. Por esto se hace imperativo que los estudiantes identifiquen las áreas de acuerdo con su nivel de riesgo de contaminación ^(5,18) como se clasifican en el Cuadro 24.

Cuadro 24. Descripción del nivel del riesgo de contaminación por las tareas a realizar en el proceso asistencial en enfermería

Proceso asistencial		
Áreas de alto riesgo o Críticas	Áreas de riesgo intermedio o semi-críticas	Áreas de bajo riesgo o no críticas
Contacto directo y permanente con sangre y otros fluidos corporales a los cuales se aplican las normas de precaución universal.	Actividades cuyo contacto con sangre no es permanente, pero exigen al realizar el procedimiento, la aplicación de las normas de bioseguridad.	Actividades que no implican por sí mismas exposición a sangre.
Áreas de cirugía Hospitalización en general. Unidades de cuidados intensivos y recién nacidos. Unidades de quemados Salas de parto y ginecobstetricia Unidades sépticas Unidades de diálisis	Áreas de consulta externa Áreas de consulta especializada Esterilización Fisioterapia Rayos X de hospitalización Áreas de preparación de soluciones enterales y parenterales Servicios de alimentación	Áreas administrativas Pasillos Salas de Espera Farmacia Oficina de nutrición

Urología Servicio de urgencias Manejo de residuos sólidos hospitalarios.		
--	--	--

Fuente: Ministerio de Salud. Dirección General de Promoción y Prevención Programa Nacional de Prevención y Control de las ETS/VIH/SIDA. Conductas básicas en bioseguridad: manejo integral. Protocolo Básico para el Equipo de Salud.

En los procesos comunitarios que se realizan, uno de los roles de los estudiantes es estar en contacto con el individuo, la familia y la comunidad, esto hace que estén expuestos a factores de riesgo generados por el propio contexto, los cuales aumentan las posibilidades de que ocurra un accidente durante las prácticas, diferente a la transmisión o la posibilidad de contraer enfermedades infecciosas en el componente asistencial, ya que el campo de acción es en zonas, instituciones, áreas y procedimientos que en su gran mayoría no están contaminados. De ahí la importancia de conocer los riesgos a los que se exponen en el desarrollo de estas acciones.

Cuadro 25. Descripción de competencias del estudiante en el proceso comunitario

Proceso comunitario	
<p>Promoción de la salud</p> <p>Utiliza técnicas educativas para promover estilos de vida saludable en las personas, la familia y la comunidad.</p> <p>Participa en la ejecución de programas de salud pública de acuerdo con lineamientos técnicos y políticas públicas de salud.</p> <p>Creación de entornos favorables para la promoción de la salud del individuo, de la familia y de la comunidad.</p> <p>Fomenta los espacios y mecanismos de participación social para la identificación e intervención de las necesidades en salud y sus determinantes.</p> <p>Optimiza los recursos intersectoriales para mejorar las condiciones de salud, del individuo, la familia y la comunidad.</p>	

Prevención de la enfermedad

Realiza acciones encaminadas a evitar la enfermedad, retardarla, o atenuar sus consecuencias, según la evidencia científica, condiciones y características de la población.

Participa en el diseño y desarrollo de programas de salud orientados a prevenir las enfermedades.

Participa en los programas para la detección precoz de enfermedades.

Promueve las acciones sectoriales, transectoriales y comunitarias para la prevención y atención integral, humanizada y de calidad desde los enfoques de derechos, de género y diferencial.

Participa en las acciones del Sistema de Vigilancia en Salud Pública.



Fuente: autores 2019

Fuente: Competencias del Profesional de Enfermería en Colombia.

Cuadro 26. Descripción del nivel del riesgo de contaminación por las tareas a realizar en el proceso comunitario

Proceso comunitario		
Áreas de alto riesgo Presencia en zonas de riesgo y en las que pueden entrar en contacto directo con fluidos corporales a los cuales se deben aplicar las normas de precaución universal.	Áreas de riesgo intermedio Actividades cuyo contacto directo con fluidos no es permanente, pero exigen al realizar el procedimiento y la aplicación de las normas de bioseguridad.	Áreas de bajo riesgo Actividades de información, comunicación y educación.
* Áreas endémicas * Manejo de residuos sólidos. * Zonas insalubres.	* Programa de hipertensión. * Programas para diabetes. * Programa de tuberculosis.	*Instituciones educativas. *Hogares maternos. *Hogares geriátricos. Espacios públicos.

Fuente: Ajustado de Ministerio de Salud. Dirección General de Promoción y Prevención Programa Nacional de Prevención y Control de las ETS/VIH/SIDA. Conductas Básicas en Bioseguridad: Manejo Integral. Protocolo Básico para el Equipo de Salud.

Cuadro 27. Descripción de competencias del estudiante en el proceso de gestión

Proceso de gestión	
<p>Diseña la prestación de servicios de salud optimizando la acción interdisciplinaria, intersectorial y la participación comunitaria, con base en criterios de suficiencia, calidad, oportunidad y costo-beneficio para la población</p> <p>Interviene en diferentes escenarios del nivel nacional y local para la articulación de acciones que fortalezcan los servicios de salud y las acciones de salud pública.</p> <p>Implementa planes, programas y proyectos en salud con base en decisiones técnicas, científicas, tecnológicas y administrativas, que favorezcan la salud y la rentabilidad social.</p> <p>Evalúa en todos los procesos, los componentes e intervinientes de la calidad de los servicios de salud individual, familiar y colectiva, de acuerdo con resultados en salud esperados y criterios de calidad y eficiencia establecidos.</p>	 <p>Fuente: autores 2019</p>

Fuente: Competencias del Profesional de Enfermería en Colombia.

Estos procesos de gestión, aunque se clasifican de bajo riesgo, es probable que generen riesgos mayores por el interés de las partes interesadas en el proceso; de ahí que aunque los autores lo clasifican en riesgo medio y bajo, se tiene presente que estos procesos pueden llevar a peligros muy graves dado que en muchas ocasiones es necesario desplazarse a zonas llamadas “rojas” por violencia o de difícil acceso.

Cuadro 28. Descripción del nivel del riesgo de contaminación por las tareas a realizar en el proceso de gestión

Proceso de gestión	
Áreas de riesgo intermedio	Áreas de bajo riesgo
Actividades en zonas de inseguridad ciudadana y con intereses de algunos actores.	Actividades de gestión.
<ul style="list-style-type: none"> * Desarrollo de programas. * Acuerdos políticos, económicos y sociales. 	<ul style="list-style-type: none"> * Instituciones gubernamentales. * Instituciones hospitalarias. * Instituciones educativas. * Hogares maternos. * Hogares geriátricos. * Espacios públicos.

Fuente: autores. Revisión documental. Cali. 2019

Cuadro 29. Descripción de competencias del estudiante en el proceso de investigación

Proceso de investigación

Fuente: autores 2019
<ul style="list-style-type: none">* Gestiona conocimientos para la comprensión y solución de las necesidades y problemas de salud que procuren el mejoramiento de la prestación de los servicios de salud y el desarrollo de la profesión.* Identifica los problemas de salud en los ámbitos políticos, social administrativo y tecno científico.* Propone procesos de investigación que promuevan la solución de problemas de salud y los problemas de la profesión.* Aplica métodos científicos y asume un pensamiento crítico para resolver problemas relacionados con la salud, integrando lo científico y lo tecnológico en su contexto social.* Interpreta textos científicos para resolver problemas.* Participa en equipos interdisciplinarios de investigación para la caracterización de problemas y creación de conocimiento en diferentes ámbitos.* Participa en el diseño e implementación de sistemas de información con base en referentes nacionales e internacionales.* Realiza investigación acorde con los principios bioéticos, legales y metodológicos establecidos.* Asegura la apropiación social de los resultados de la investigación en el contexto disciplinar.

Fuente: Competencias del Profesional de Enfermería en Colombia.

Se podría decir que en los procesos de investigación se pueden manejar todos los niveles del riesgo; dependiendo del tipo de investigación, es probable que se generen riesgos mayores por el interés de las partes interesadas en el proceso, por ello los autores lo clasifican en riesgo alto, medio y bajo, teniendo presente que estas actividades en algunas ocasiones pueden llevar a graves peligros dentro de la investigación experimental o generar daño a la población y/o al medio ambiente, sumado todo ello al desplazamiento a zonas rojas por violencia o a zonas difícil acceso geográfico.

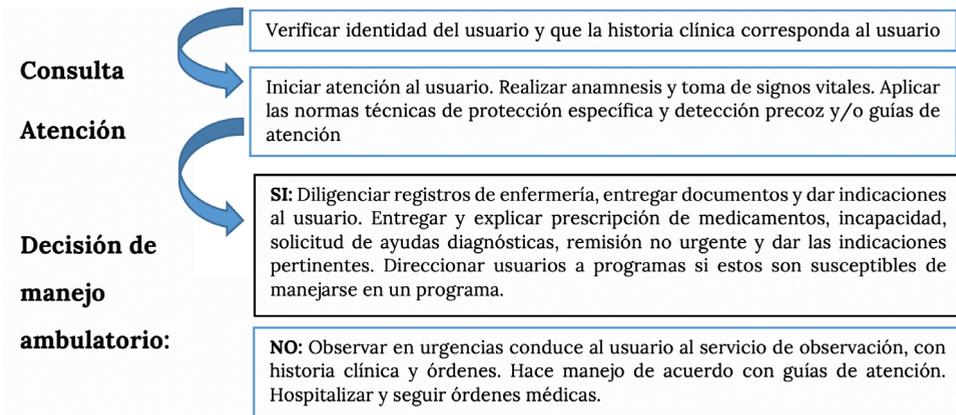
Cuadro 30. Descripción del nivel del riesgo de contaminación por las tareas a realizar en el proceso de investigación

Proceso de investigación		
Áreas de alto riesgo Investigaciones a riesgo y en la que pueden entrar en contacto directo con fluidos corporales a los cuales se aplican las normas de precaución universal.	Áreas de riesgo intermedio . Actividades cuyo contacto directo con fluidos no es permanente, pero exigen, al realizar el procedimiento, la aplicación de las normas de bioseguridad.	Áreas de bajo riesgo. Actividades de información, comunicación y educación.
Desarrollo de estudios experimentales. Trabajo zonas de riesgo.	Desarrollo de investigaciones donde se realicen valoraciones médicas. Desarrollo de estudios experimentales o no experimentales, de acuerdo con el objetivo.	Desarrollo de estudios no experimentales.

Fuente: autores. Revisión documental. Cali. 2019

A continuación, en el Diagrama 2, se describe el mapa de riesgos de acuerdo con la clasificación de las áreas hospitalarias donde el profesional de enfermería se desempeña.

Diagrama 2. Mapa de riesgos según la clasificación de las áreas hospitalarias



Fuente: autores. Revisión documental. Cali. 2016

Los estudiantes de Enfermería en prácticas formativas se exponen a situaciones que generan peligros durante el desarrollo de las actividades que se describen en el Cuadro 31.

Cuadro 31. Situaciones de exposición a peligros en el desarrollo de actividades en la práctica formativa

Actividad	Situación de exposición
Primeros Auxilios.	Contacto con sangre u otros fluidos corporales. Mordeduras y lesiones por uñas de los pacientes.

Reanimación cardiopulmonar.	Contacto con saliva, vómito y otras secreciones corporales o laceraciones de la boca.
Manipulación de ropa u objetos contaminados.	Contacto con sangre o fluidos corporales, derrames accidentales, salpicaduras, aerosoles gotas.
Manejo de equipos.	Contacto con equipos que contengan líquidos o fluidos corporales.
Atención de partos u otros procedimientos de ginecobstetricia.	Contacto accidental por expulsión de fluidos corporales provenientes de las pacientes.
Manejo de pacientes. Trabajo con sangre o fluidos corporales contaminados.	Contacto con sangre y otros fluidos corporales, salpicaduras, derrames y aerosoles.
Manejo de jeringas y agujas y material cortopunzante.	Contacto e inoculación accidental con secreciones por pinchazos y cortaduras.
Uso de bisturíes y otras piezas manuales.	Chuzones o cortaduras con equipos. Contacto con equipo contaminado.
Manipulación de pacientes con heridas, lesiones, abrasiones de piel, heridas quirúrgicas.	Contacto con sangre, fluidos y tejidos corporales.
Manejo de frascos, ampollas y otros recipientes que contengan sangre o fluidos corporales.	Recipientes quebrados pueden generar contacto con sangre u otros fluidos corporales.
Trabajo con máquinas de diálisis y equipos que contengan sangre o fluidos corporales.	Contacto accidental con material potencialmente infectado por salpicaduras, derrames y manejo de equipos manuales en procedimientos de rutina.
Recolección de sangre y otros fluidos corporales.	Accidentes con agujas, aerosoles, salpicaduras o derrames de sangre o fluidos contaminados.

Fuente: Ministerio de Salud. Dirección General de Promoción y Prevención. Programa Nacional de Prevención y Control de las ETS/VIH/SIDA. Conductas Básicas en Bioseguridad: Manejo Integral. Protocolo Básico para el Equipo de Salud.

A continuación, se describen los peligros, sus fuentes generadoras, los efectos y las medidas de prevención para atenuar y mitigar el riesgo, de acuerdo con la priorización dada desde un previo análisis de accidentalidad durante las prácticas, enfatizando que estos son los peligros prioritarios, aunque no son los únicos existentes en las áreas de trabajo, dado que siempre existen diversos peligros que están controlados. En el Cuadro 32 se detalla lo correspondiente a riesgo biológico. Igualmente, en el Cuadro 33 se presenta lo correspondiente a riesgo biomecánico; en el Cuadro 34 el riesgo psicolaboral, y en el Cuadro 35 el riesgo locativo.

Cuadro 32. Descripción de medidas de prevención para mitigar los peligros biológicos a los que se exponen estudiantes de enfermería en las prácticas formativas

Biológico		
Nombre del peligro	Fuente generadora	
 <p>BIOLOGICO</p> <p>http://www.riesgosdetrabajo.com/wp-content/uploads/2016/01/Riesgos_4.jpg</p> <p>Virus Bacterias Hongos</p>	Exposición a fluidos corporales que pueden contener virus, bacterias hongos, parásitos. También puede sufrir picaduras o mordeduras. Manejo inseguro de residuos sólidos hospitalarios; manipulación de material corto punzante contaminado.	
	Efectos	Medidas de prevención
	Depende del agente presente o potencial y del tipo de exposición: * Infecciones agudas . * Infecciones de transmisión hematológica, aérea o por contacto de diversa severidad. * Enfermedades infectocontagiosas por el tipo de labor y exposición. * Inoculación directa o contacto: Hepatitis víricas. Síndrome de Inmunodeficiencia.	* Garantizar esquema de vacunación * Utilizar y estandarizar el uso de barreras químicas como desinfectantes y soluciones sanitizantes. * Respetar señales de áreas de trabajo donde se encuentre el riesgo * Recibir inducción y entrenamiento en procedimientos seguros de trabajo * Utilizar los elementos de protección personal

Fuente: Ajustado de Pardo I, Estrada C, et al. (2017) Control de riesgos ocupacionales en prácticas formativas en salud.

Cuadro 33. Descripción de medidas de prevención para mitigar los peligros biomecánicos a los que se exponen estudiantes de enfermería en las prácticas formativas

Biomecánico - Ergonómico		
Nombre del peligro	Fuente generadora	
 <p>Riesgos Ergonómicos</p> <p>http://www.riesgosdetrabajo.com/wp-content/uploads/2016/01/Riesgos_4.jpg</p>	CARGA ESTÁTICA Posición prolongada sedente, movimientos repetitivos	
	Efectos	Medidas de prevención
<ul style="list-style-type: none"> * Fatiga visual, sensación de “arena en los ojos” por sequedad de la conjuntiva y córnea, definitivamente el trabajo con computador no afecta la capacidad visual, hace evidentes las alteraciones preexistentes. * Tensión y espasmos musculares. * Desbalance muscular por posturas prolongadas (Ej. Debilidad abdominal por postura sentada prolongada que puede desencadenar dolor lumbar secundario). * Dolores osteo-musculares a diferentes niveles (cervical, lumbar, rodilla). * Problemas circulatorios, tipo várices en predispuestos. * Cuadros de cefalea o dolor cervical, alteraciones osteo-musculares por una suma de efectos por estrés, carga de trabajo y diseño del puesto de trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> * Es conveniente realizar descansos periódicos antes de que comience la fatiga o el dolor. * El puesto de trabajo debe ser diseñado para su mano dominante. * Recibir capacitación en higiene postural. * Disponer de silla ergonómica. * Sentarse con la espalda recta y los hombros relajados. * Ubicar herramientas de trabajo de modo tal que pueda alcanzarlas sin alargarse excesivamente los brazos, ni girar el tronco. * Realizar mantenimiento preventivo a la silla y a las áreas de trabajo 	

Fuente: Ajustado de Pardo, I. et al. (2017) Control de riesgos ocupacionales en prácticas formativas en salud.

Cuadro 34. Descripción de medidas de prevención para mitigar los peligros psicolaborales a los que se exponen estudiantes de Enfermería en las prácticas formativas

Psicolaboral		
Nombre del peligro	Fuente generadora	
 <p>Riesgos Psicosociales</p> <p>http://www.riesgosdetrabajo.com/wp-content/uploads/2016/01/Riesgos_4.jpg</p>	<p>Gestión organizacional (tipo de contratación, falta de inducción y capacitación). Características de la organización del trabajo (comunicación deficiente, falta de tecnología) Características del grupo social del trabajo (relaciones interpersonales, atención del paciente y los familiares, trabajo en equipo débil). Condiciones de la tarea (carga mental alta, contenido de la tarea, sistemas de control deficientes, falta de definición de roles, trabajo con monotonía, etc).</p>	
	Efectos	Medidas de prevención
	<ul style="list-style-type: none"> * Efectos generales: fatiga, alteraciones de la alimentación y el sueño, falta de interés, compromiso y motivación. * Se potencian efectos a nivel de diferentes sistemas: nervioso, cardiovascular, metabólico, digestivo, entre otros * De acuerdo con los rasgos de la personalidad se pueden presentar o exacerbar estados de ansiedad, depresión, somatización, adicciones, conductas agresivas, entre otros. * Afecta el clima organizacional, la productividad de la empresa, con efectos sobre ausentismo y accidentalidad. * Estrés laboral crónico. * Síndrome de desgaste laboral (Burnout). 	<ul style="list-style-type: none"> * Fomentar trabajo en equipo. * Promocionar la autonomía en la realización de tareas. * Establecer procedimientos de atención. * Adecuar la cantidad de trabajo al tiempo que dura la jornada a través de una buena planeación. * Mejorar la dieta y comer con regularidad. * Practicar ejercicio tres veces al día durante veinte minutos. * Mantener un buen hábito de sueño. * Practicar ejercicios de relajación mental * Buscar tiempos para unas breves vacaciones.

Fuente: Ajustado de Pardo I, Estrada C, et al. (2017) Control de riesgos ocupacionales en prácticas formativas en salud.

Cuadro 35. Descripción de medidas de prevención para mitigar los peligros locativos a los que se exponen estudiantes de enfermería en las prácticas formativas

De Seguridad - Locativos		
Nombre del peligro	Fuente generadora	
 <p>https://www.adhesiuscastello.com/wp-content/uploads/2018/03/Riesgo-de-tropezar-picto.jpg</p>	Locativo (almacenamiento, superficies de trabajo, irregularidades, deslizantes, con diferencia del nivel) condiciones de orden y aseo, caídas de objetos.	
	Efectos	Medidas de prevención
	<ul style="list-style-type: none"> * Caídas a nivel del piso o de alturas. * Lesiones de diversa gravedad (cortadas, abrasiones, esguinces, fracturas, etc.) * Contusiones de diversa gravedad . * Se potencian otros riesgos (químicos, incendio o explosión, ergonómicos) * Se potencian riesgos colectivos (como incendio). * Efectos negativos sobre la motivación y productividad. * Muerte o lesiones mayores. 	<ul style="list-style-type: none"> * Verifique el lugar de trabajo antes de iniciar labores (entrada de agua, energía, entre otros). * Compruebe la iluminación de las áreas. * Verifique el orden y aseo del lugar de trabajo(almacenamiento). * Verifique que las vías de acceso y circulación estén despejadas * Si identifica un peligro infórmelo oportunamente. * Asista a las capacitaciones sobre el tema. * Cumpla con la señalización y demarcación de las áreas.

Fuente: Ajustado de Pardo I, Estrada C, et al. (2017) Control de riesgos ocupacionales en prácticas formativas en salud.

Referencias bibliográficas

1. Ministerio de Salud y Protección Social. Perfil y competencias profesionales de Enfermería en Colombia. Colombia 2014 https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/TH/Enfermer%C3%ADa_Octubre2014.pdf
2. Presidente de la República de Colombia. Decreto 055 de 2015. “Por el cual se reglamenta la afiliación de estudiantes al Sistema General de Riesgos laborales y se dictan otras disposiciones”. Ministerio de Salud y Protección Social. Ministerio de Trabajo y Ministerio de Educación. Bogotá, 14 de enero de 2015. Disponible en internet: <http://www.mintrabajo.gov.co/normatividad/decretos/2015.html>.
3. Ministerio de Gobierno de la República de Colombia. Decreto 1295 de 1994. Por el cual se determina la organización y administración del Sistema General de Riesgos Profesionales. Diario Oficial No. 41.405, del 24 de junio de 1994. Ministerio de Trabajo y Seguridad Social. Disponible en internet: http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/decreto_1295_1994.html. Fecha de consulta: 25 de junio del 2016
4. Presidente de la República de Colombia. Decreto 1072 del 2015. Por medio del cual se expide el Decreto Único Reglamentario del Sector Trabajo. Ministerio de Trabajo. Bogotá. Colombia 2015. Disponible en internet: <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=62506>
5. Pardo-Herrera, Estrada-González. *Control de riesgos ocupacionales en prácticas formativas en salud*. Cali, Colombia:

Editorial Universidad Santiago de Cali. Disponible en <https://repository.usc.edu.co/handle/20.500.12421/60>. 2017

6. Instituto Colombiano de Normas Técnicas y Certificación. Guía Técnica Colombiana GTC 45: Guía para la identificación de los peligros y la valoración de los riesgos en seguridad y salud ocupacional. Bogotá: ICONTEC, 2012.
7. Ministerio de la Protección Social. Guía técnica para el análisis de exposición a factores de riesgo ocupacional en el proceso de evaluación para la calificación de origen de la enfermedad profesional. Imprenta Nacional de Colombia. Bogotá. 2011. Disponible en internet: <http://fondoriesgoslaborales.gov.co/documents/Publicaciones/Guias/GUIA-TECNICA-EXPOSICION-FACTORES-RIESGO-OCUPACIONAL.pdf>.
8. Congreso de la Republica. Ley 266 de 1996. Por la cual se reglamenta la profesión de enfermería en Colombia y se dictan otras disposiciones. Disponible en internet: https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-105002_archivo_pdf.pdf

