

**Sistema de Gestion de Seguridad y Salud en el Trabajo para el Gimnasio Planet Fitness en
Abrego NS bajo la Norma ISO 45001:2018**

Sindy Yurley Méndez Forero

Leidy Dayana Torrado Ascanio

Mónica Adriana Boada Labarca

Yasneidy Juliana Contreras Celis

Angelica Del Carmen Paternina Marín

Tutor

Lina Johana González Barón

Universidad Nacional Abierta y A Distancia UNAD

Escuela de ciencias administrativas, contables, económicas y de negocios - Ecacen

Administración de empresas

2023

Lina Johana González Barón

Jurado

Jurado

2023

Dedicatoria

A nuestros familiares por su apoyo incondicional, por ser nuestra mayor motivación para ser cada día mejores y salir a luchar por nuestros sueños con coraje y dedicación. A nuestros amigos que han creído sinceramente en nosotros y nunca nos han abandonado durante esta etapa. Y finalmente a nuestros tutores que se esfuerzan cada día por dar lo mejor de sí para que cada uno de nosotros se fortalezca intelectualmente y seamos excelentes profesionales en los diferentes ámbitos laborales.

Agradecimientos

Primeramente, a nuestros padres que con su apoyo incondicional hemos podido iniciar y en poco tiempo culminar esta etapa universitaria, que con su cariño nos motivan a perseverar en nuestras metas y nunca rendirnos frente a las dificultades, ellos han sido siempre nuestros motores para salir adelante.

A nuestros tutores por transmitirnos sus conocimientos, gracias por la paciencia y por ser guía durante el aprendizaje como administradores de empresas.

A nuestros compañeros por el apoyo, por horas compartidas y los trabajos realizados en equipo.

Resumen

Durante el desarrollo de buscar implementar el Sistema de seguridad y Salud en el Trabajo se busca la protección y garantía de la vida y el bienestar de los empleados, partiendo desde las condiciones de trabajo con firmeza física de los trabajadores desde el modelo a seguir diseñados para su garantía. A través de esta investigación buscamos adentrarnos en la importancia de la implementación del SG-SST en la empresa Gimnasio Planet Fitness del municipio de Abrego Norte de Santander con el objetivo de eludir accidentes laborales, evitando los riesgos diarios dados por las actividades que los empleados realizan en su sitio de trabajo. Sin embargo, a través de encuestas a los empleados y resultados se pretende mostrar los peligros a los que se enfrentan con la ejecución de sus actividades diarias como contracturas, lesiones de rodilla, tendinopatías, roturas de fibras, fracturas, entre otras; siendo esto motivo de afectaciones serias en la salud para así mismo ofrecer recomendaciones para evitarlos.

Palabras claves: protección, bienestar, prevención, accidentes laborales, riesgos físicos.

Abstract

During the development of seeking to implement the Occupational Health and Safety System, the protection and guarantee of the life and well-being of employees is sought, starting from the working conditions with physical firmness of the workers from the model to follow designed to your guarantee. Through this research we seek to delve into the importance of the implementation of the SG-SST in the company Gymnasium Planet Fitness in the municipality of Abrego Norte de Santander with the aim of avoiding accidents at work, avoiding the daily risks given by the activities that employees carry out in their workplace. However, through employee surveys and results, it is intended to show the dangers they face when carrying out their daily activities such as contractures, knee injuries, tendinopathies, fiber breaks, fractures, among others; This being a reason for serious health effects in order to offer recommendations to avoid them.

Keywords: protection, well-being, prevention of occupational accidents, physical risks.

Tabla de Contenido

Introducción	11
Planteamiento del problema.....	13
Objetivos	15
Objetivo General.	15
Objetivos Específicos.....	15
Justificación	16
Antecedentes.....	18
Marco teórico	22
Marco Legal	24
Artículo 348: medidas de higiene y seguridad.....	24
Artículo 349: reglamento de higiene y seguridad	24
Metodología de la investigación	27
Tipo de Investigación	27
Diseño de la investigación	27
Población y muestra	27
Materiales y métodos	27
Procedimientos.....	28
Resultados esperados	29
Resultados.....	30
Objetivo 1. Determinar la importancia del SG-SST en las empresas en Colombia y a su vez la aplicación de la Norma ISO 45001:2018.	30
Objetivo 2. Identificar si el gimnasio Planet Fitness cuenta con un sistema de seguridad y salud en el trabajo.	30

Resultados de las encuestas.....	32
Genero de los trabajadores.....	32
Edad de los trabajadores.	32
Estado de salud.....	33
Conocimiento SG-SST.....	33
Capacitaciones sobre seguridad y salud en el trabajo.	34
Exámenes de ingreso.....	35
Elementos de protección personal.	35
EPP.....	36
Capacitaciones sobre accidentes e incidentes.	37
Accidente laboral.	37
Diseño de preguntas entrevista al gerente.....	38
Objetivo 3. Diseñar un plan de acción para implementar el Sistema de seguridad y salud en el trabajo en el gimnasio Planet Fitness.	39
Conclusiones	45
Recomendaciones.....	47
Bibliografía	49

Lista de Tablas

Tabla 1.....	28
Tabla 2.....	28
Tabla 3.....	31
Tabla 4.....	39

Lista de Figuras

Figura 1	32
Figura 2	32
Figura 3	33
Figura 4	33
Figura 5	34
Figura 6	35
Figura 7	35
Figura 8	36
Figura 9	37
Figura 10	37

Introducción

Con el presente informe se desea identificar la relevancia que tiene para las organizaciones implementar el SG-SST basado en la orientaciones de la norma ISO 45001:2018, con el objetivo de documentar a la organización para posteriormente lograr la realización y eludir las probables situaciones específicas a las que se expone el personal que labora en el gimnasio en donde pueden tener accidentes graves afectando su salud e integridad física, de la misma manera tener la tarea de prevenir incidentes e incentivar la salud y el bienestar, con una educación en salud laboral.

La implementación de un sistema de seguridad y salud en el trabajo en un gimnasio como Planet Fitness en Ábrego NS, basado en la norma ISO 45001:2018, es muy importante para garantizar el bienestar, la seguridad y tranquilidad de los empleados y usuarios del gimnasio.

La norma ISO 45001:2018 establece los requisitos para un sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo, y su implementación permitiría a Planet Fitness identificar, evaluar y controlar los riesgos laborales, establecer objetivos de seguridad y salud, y mejorar continuamente su desempeño en esta área. Entre los beneficios de la implementación de un sistema de seguridad y salud en el trabajo en Planet Fitness en Ábrego NS bajo la norma ISO 45001:2018 se encuentran:

1. Reducción de costos: La implementación de un sistema de seguridad y salud en el trabajo puede ayudar a reducir los costos asociados con accidentes y enfermedades laborales, tales como costos médicos, de compensación y de producción.

2. Cumplimiento legal: La norma ISO 45001:2018 se basa en la legislación y regulaciones de seguridad y salud en el trabajo, lo que apoya a Planet Fitness en Ábrego NS a cumplir con las leyes y regulaciones aplicables.

3. Mejora de la imagen: La implementación de un sistema de seguridad y salud en el trabajo puede mejorar la imagen de la empresa como un empleador responsable y preocupado por el bienestar de sus empleados y usuarios.

A raíz de esto, se considera importante la implementación del SG-SST para la empresa Gimnasio Planet Fitness del municipio de Abrego, ya que se requieren herramientas nuevas que mejoren la situación

actual, por lo que es preciso contribuir en la conducta de los trabajadores del gimnasio, ya que se espera mejorar con el cumplimiento laboral, contribuyendo en la integridad personal de los empleados y la disminución de los riesgos a los cuales están expuestos en su trabajo diario.

La investigación propuesta es importante porque permitirá identificar los riesgos laborales existentes en la organización, diseñar un SG-SST efectivo y promover un ambiente de trabajo seguro y saludable para los colaboradores, lo que a su vez contribuirá al mejoramiento de la productividad de la empresa y a la promoción del bienestar laboral.

Planteamiento del problema

Durante los años anteriores el SG-SST ha sido un planteamiento de gran motivación en las empresas forzandolas a estructurar sus métodos, y caracterizarlo teniendo en cuenta las nuevas necesidades derivadas del empleo de las tecnologías de la información y la comunicación, así como los nuevos contextos laborales donde predominan las exigencias mentales sobre las físicas”.

Según la Organización Internacional del Trabajo (OIT), 2,3 millones de personas en todo el mundo mueren cada año a causa de accidentes y enfermedades laborales, y dado el aumento de estos indicadores, existe la necesidad de fomentar una cultura de seguridad preventiva a nivel mundial con el fin de educir las tarifas anteriores.

También es importante resaltar que la seguridad industrial en Colombia se ha popularizado mucho, debido a que la siniestralidad en las empresas ha aumentado significativamente, y la falta de implementación de SG-SST ha traído como resultado padecimientos y accidentes laborales en los trabajadores.

Dado esto, la Empresa Gimnasio Planet Fitness, ubicado en el municipio de Abrego, Norte de Santander, a pesar de ser una sociedad familiar que se estableció en la comunidad hace unos años, toma el liderazgo en el avance de entrenamiento muscular, aeróbico, cardiovascular, funcional, CrossFit, entre otras; con un sistema de calidad que prioriza la buena técnica para el cuidado durante el entrenamiento, garantizando el buen manejo de los mismos.

Por otra parte, se brinda ofertas laborales para jóvenes cabeza de hogar y con discapacidad cognitiva, desempeñándose como entrenadores, área de limpieza y de mantenimiento, contratados directamente por el Gimnasio Planet Fitness. Estas personas adquieren un reconocimiento económico y sobre todo social, como también es responsabilidad de la entidad la comodidad, la seguridad de los trabajadores y el buen ambiente laboral.

Aunque es de subrayar que han ocurrido pocos accidentes en la empresa, es habitual la exposición a efectos psicológicos, biomecánicos, físicos, etc., característicos de las labores diarias, es por ello que se recomienda implementar controles mayormente operativos procurando la integridad de los empleados.

En el interior de la empresa se han presentado accidentes laborales, particularmente en el año 2020, donde unos de sus entrenadores sufrió una fractura cerrada de tibia y peroné en la pierna derecha causado por el deslizamiento de sus zapatos deportivos en la máquina de Sentadilla Squat; en el año 2021 uno de los colaboradores del área de limpieza mientras realizaba sus labores tuvo un percance con una mancuerna de 20 kilogramos que cayó en su pie derecho, afortunadamente no hubo fractura, pero las directivas del gimnasio tuvieron que pagar radiografía y curaciones ya que el trabajador era de nacionalidad extranjera y no contaba con seguro médico, en ese mismo año un colaborador del mismo personal de aseo tuvo un golpe en la cabeza con una barra libre causándole una herida abierta de 5 puntos; posteriormente en el año 2023 una de las entrenadoras sufrió un hematoma subungueal en el pie izquierdo causado por la caída de un disco de 45 kilogramos, haciendo que la empresa tuviera que asumir costos de traslado y gastos médicos pertinentes que se requieren para garantizar la salud del trabajador; por esta razón se cree la necesidad de plantear y crear un sistema de seguridad y salud en el trabajo para nuestro proyecto investigativo en el Gimnasio Planet fitness.

A razón de esto, mediante esta investigación se aspira reconocer los peligros que existen en la organización, implementar la documentación de dichos procesos, señalizar, capacitar a los entrenadores y el personal en general; siendo esto la base del diseño de SG –SST ayudando a evitar accidentes laborales que se llegasen a presentar a futuro.

Objetivos

Objetivo General.

Implementar el Sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo en la empresa Gimnasio Planet Fitness ubicada en el municipio de Abrego, Norte de Santander

Objetivos Específicos.

Determinar la importancia del SG-SST en las empresas en Colombia y a su vez la aplicación de la Norma ISO 45001:2018.

Identificar si el gimnasio Planet Fitness cuenta con un sistema de seguridad y salud en el trabajo.

Diseñar un plan de acción para implementar el Sistema de seguridad y salud en el trabajo en el gimnasio Planet Fitness.

Justificación

Con la presente investigación esperamos determinar la importancia que tiene la implementación de un SG-SST para las empresas de acuerdo a lo establecido en la *norma ISO 45001:2018*, con el fin de evitar la ocurrencia de situaciones específicas, a las cuales están expuestas las personas que trabajan en gimnasios donde pueden verse involucradas en accidentes graves que afecten su salud e integridad física, de igual forma el SG-SST tiene la tarea de prevenir accidentes y promover la salud y el bienestar, con la aptitud cultural ocupacional.

La implementación de un SG-SST en un gimnasio como Planet Fitness en Ábrego NS, de acuerdo con la *norma ISO 45001:2018*, es muy importante para garantizar la seguridad y el bienestar de los funcionarios y usuarios del gimnasio.

La *norma ISO 45001:2018* establece los requisitos para un SG-SST, cuya implementación permitiría a Planet Fitness de Ábrego NS establecer, calcular y vigilar los peligros laborales, crear objetivos de seguridad y salud para mejorar continuamente el desempeño en esta área. Los beneficios de implementar un SG-SST en Planet Fitness en Abrego NS de acuerdo con la *norma ISO 45001:2018* incluyen:

1. Ejecutar un SG-SST permite reducir costos en cuanto a aquellos accidentes y enfermedades laborales, que conlleve tratamientos médicos, indemnizaciones y costos de producción.
2. Aporta al cumplimiento legal, la aplicación de las regulaciones con norma ISO 45001:2018 contribuyen en Planet Fitness a cumplir con las regulaciones aplicables.
3. Llevar a cabo la mejora de la imagen para la adecuación de un SG-SST puede mejorar la forma en como vemos a la empresa; un empleador responsable y preocupado por el bienestar de sus empleados y usuarios.

Finalmente, es recomendable velar por la prevención de enfermedades y accidentes laborales, ya que los accidentes y enfermedades profesionales que dificultan el desempeño de las actividades diarias y afectan negativamente el trabajo son los más comunes en las empresas.

A la luz de lo anterior, vemos la importancia de implementar SG-SST para la empresa Planet Fitness Gym en Abrego, ya que se necesitan nuevas herramientas para mejorar la situación y el comportamiento del personal del gimnasio. Contribuyendo a una cultura de seguridad positiva y reducción de los peligros asociados con el trabajo diario.

Antecedentes

Seguidamente, se dan a conocer algunas investigaciones realizadas sobre problemáticas similares a la del Gimnasio Planet Fitness, las cuales nos servirán como base para la implementación del sistema de seguridad y salud en el trabajo.

Para el año 476 (D.C) en la ciudad de Roma se dieron los inicios de los derechos del ciudadano, fue allí donde se contemplo la necesidad e importancia de la salud pública, (sarmiento, 2012). Es importante conocer el proposito primordial de la seguridad y la salud en el trabajo en donde el ministerio de salud afirma esplicitamente que se debe a la mejora de las condiciones laborales protegiendo y garantizando la integridad fisica de los trabajadores por igualdad de genero.

Según, (Benavides & Peña Ordoñez, 2021) quienes, en la universidad católica de Manizales, realizaron la implementación de un diseño para el sistema de seguridad en el trabajo del gimnasio fitness gym zone, en donde los autores realizan esta investigación teniendo en cuenta los estándares mínimos en SG-SST bajo la resolución 0312 de 2019, se implementó una matriz en la cual evaluaron siete estándares donde comprobaron que seis de ellos no estaban dando un cumplimiento del 100% por lo cual concluyeron esta situación como un estado crítico para la organización. De acuerdo con los autores es de gran importancia realizar inicialmente una evaluación critica a la empresa, revisando minuciosamente el cumplimiento de cada uno de los puntos clave de la Norma ISO 45001:2018 sobre la cual se basará el SG-SST para el gimnasio en estudio, y así finalmente lograr obtener un estado actual de la empresa, el cual permita definir en qué situación se encuentra para posteriormente teniendo esta base fundamental proceder con la adecuada implementación del sistema.

El SG-SST está catalogado como uno de los sistemas fundamentales que toda empresa debe implementar dentro su constitución organizacional, es decir, los empleadores están en la obligación de realizar dicho proceso, así quedó plasmado bajo el Decreto 171 de 2016 expedido por el (Ministerio de Trabajo D.).

Teniendo en cuenta lo anterior la Alcaldía de Bogotá (Alcaldía , 2022) inicio el proceso de creación del SG-SST por lo que la entidad empezó a abordar la importancia de conservar la salud y

prevenir las enfermedades laborales y accidentes de trabajo, donde su principal objetivo fue la protección de la salud de cada uno de los trabajadores, se enfocó en implementar un método lógico el cual se le llama el ciclo PHVA (Planear, Hacer, Verificar y Actuar) todo esto implementando la Política, Planificación, Evaluación y por ultimo Acción de Mejora. El método aplicado por la alcaldía es bastante interesante por los resultados obtenidos donde se dio cumplimiento a los ítems mencionados anteriormente, los cuales pueden ser tenidos en cuenta al realizar el plan de acción para implementar el SG-SST en la empresa Planet Fitness.

Por otra parte los autores (Agudelo Ricaurte, De Bedout Monsalve, & Quiroz Zapata, 2019) en el proyecto realizado para la empresa Lácteos las Corralejas, manifiestan la importancia de cumplir con el SG-SST el cual hasta el 2019 no existía, el objetivo de este era ayudar a proteger y salvaguardar la salud de todos los trabajadores, disminuyendo tasas de accidentalidad y enfermedades laborales que se venían presentando frecuentemente con sus empleados, esta empresa decidió diseñar una propuesta estratégica encaminada a la implementación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo y así tener toda la normativa vigente.

En la investigación realizada en el (Instituto Nacional de Salud, 2019), se diseñó un plan de trabajo de SG-SST basado en el artículo 2.2.4.6.8 título 4 capítulo 6 decreto 1072/2015, el cual tenía como fin establecer estrategias que permitieran velar por la salud, seguridad y bienestar de los colaboradores, inicialmente realizaron el diagnóstico de condiciones de salud, la identificación de peligros, valoración de riesgos y determinación de controles con el objetivo de prevenir accidentes y enfermedades laborales.

Con la presentación de dichas investigaciones se logra apreciar como la seguridad y salud en el trabajo fue diseñada para respaldar la integridad física de los empleados, fortalecer normativamente las empresas y resaltar el valor que tiene la protección de sus colaboradores.

La seguridad y salud en el trabajo son aspectos fundamentales en cualquier organización, ya que pueden influir significativamente en la productividad y en la calidad de vida de los colaboradores. Según la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2011) define el concepto de seguridad y salud en el

trabajo como “el conjunto de actividades multidisciplinarias que tiene como objetivo la prevención de los accidentes y enfermedades relacionadas con el trabajo, la protección y promoción de la salud de los trabajadores y el mantenimiento de un ambiente de trabajo seguro y saludable”

Es muy importante recordar que los riesgos laborales pueden ser de diversa naturaleza, como los físicos, químicos, biológicos, psicológicos, ergonómicos y de seguridad, los cuales pueden generar accidentes laborales y enfermedades ocupacionales. Por tanto, se hace necesario hallar cada uno de los riesgos existentes en la organización en estudio, los cuales servirán como base fundamental para el diseño del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST), el cual tiene como fin permitir mitigar y prevenir posibles accidentes e incidentes laborales que se pudiesen presentar en el futuro.

Según la (Ley 1562 de 2012, 2012), establece el SG-SST es responsabilidad de la empresa y se debe implementar y mantener con el fin de que permita identificar, evaluar y controlar los riesgos laborales y mejorar las condiciones de trabajo de los colaboradores. La ley establece que el SG-SST debe ser diseñado de acuerdo con las necesidades y características de la organización y debe ser implementado en todas las áreas de la empresa.

Por lo anterior, se considera necesario realizar un diagnóstico de la situación en la que se encuentra actualmente la empresa, en relación con la seguridad y salud en el trabajo, a fin de identificar los riesgos existentes y diseñar un plan de acción para su prevención y control. Según (Ministerio de Trabajo, 2020), el diagnóstico de los riesgos laborales es una herramienta importante para lograr identificar los peligros y riesgos, así como para definir una serie de medidas preventivas y correctivas que se deben implementar. Es decir, la identificación de los riesgos laborales es fundamental para el diseño e implementación de un SG-SST efectivo, que permita prevenir los accidentes e incidentes laborales y garantice la seguridad y salud de los colaboradores en la organización.

La (Organización Internacional del Trabajo, 2016) define la seguridad y salud en el trabajo como ciencia diseñada para evaluar y controlar aquellos riesgos que se puedan presentar en el lugar de trabajo, o como consecuencia de este y donde se puede ver en peligro la salud de los empleados. El objetivo

primordial del SG-SST es garantizar condiciones laborales seguras y saludables, prevenir accidentes de trabajo, enfermedades laborales, fomentando un ambiente laboral estable y seguro.

El sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo como parte del sistema de gestión de recursos humanos, es fundamental en la conservación de las condiciones laborales del empleado en las empresas. Este contribuye a la mejora de la calidad de vida, teniendo en cuenta que esta influye sobre los colaboradores tanto en su ámbito profesional, como en su campo laboral. Un de ambiente de trabajo saludable, repercute positivamente en la motivación para realizar las actividades laborales dentro de la empresa. El sistema de gestión aplica a todos los empleadores públicos y privados, los trabajadores dependientes e independientes, los trabajadores cooperados, los trabajadores en misión, los contratantes de personal bajo modalidad de contrato civil, comercial o administrativo, las organizaciones de economía solidaria y del sector cooperativo. (Ryder, 2014)

En conformidad a lo anterior, la OTI, recalcó el valor de invertir en la precaución de accidentes laborales y el señor (Ryder, 2014), director general del OTI, recordó a los países “que el derecho a un trabajo seguro y saludable es una garantía básica que debe ser respetada por todos” (OTI,2014).

Acercas de las enfermedades laborales, se miden teniendo en cuenta la Tabla de enfermedades profesionales. De igual forma aclara que en los casos en que una enfermedad no figure en la tabla de enfermedades profesionales, pero se demuestre la relación de causalidad con los factores de riesgo ocupacional, será reconocida como enfermedad profesional.

El ministerio de seguridad social emitió el Decreto N°2566 de 2009 (Profesionales A. d., s.f.), que actualizo la lista de enfermedades profesionales para completar la explicación de protección de los trabajadores contra los riesgos laborales en el sistema general de riesgos laborales, este importante decreto cuenta con 42 enfermedades profesionales, todas estas reconocidas por organizaciones multilaterales como la organización internacional del trabajo y la organización mundial de la salud, también establece los criterios para incluir nuevas enfermedades, en las que exista algún factor de riesgo.

Marco teórico

La propuesta de diseño e implementación de un sistema integrado de calidad en la que hace referencia, (Miranda, 2012), en sus tesis de maestrías, en la cual destaca lo que refiere a la seguridad y salud en el trabajo como la importancia de que en las empresas se cuente con los riesgos que tienen los empleados en salud y pérdida económicas que esto generaría.

Continuando con el pensamiento de la seguridad (Blasco L. y., 2013), aseguran que la seguridad es un deber de contenido amplio y genérico, pues controlaría con mayor exactitud ya que abarca todos los puntos de vista que se relacionan con el trabajo e impulsa a expedir variedad de medidas que resultan necesarias.

Por su parte, (Rojas, 2011), plantea una “metodología para el cálculo de los accidentes de trabajo que facilitará un mayor control estadístico sobre los mismos en la industria azucarera de Holguín”.

Desde 1954, el Ministerio de Salud ha desarrollado un programa de seguridad y salud en el trabajo para formar profesionales como médicos e ingenieros que integran los subsectores de medicina, saneamiento y seguridad industrial. (Martínez J & Silva R, 2016)

La salud ocupacional consta de tres sectores principales: medicina del trabajo, higiene industrial y seguridad. “Utilizando el entorno de trabajo, tiene como objetivo mejorar y mantener la calidad de vida y la salud de los empleados y como medio para mejorar la calidad, la productividad y la eficiencia de las empresas” (Henaó 2010: 33).

Hablamos de accidentes cuando el desempeño de una actividad normal se paraliza debido a hechos imprevistos e incontrolables, los accidentes son causados por condiciones y comportamientos inseguros y se caracterizan por el factor humano. (Ramírez 2008)

Según Chiavenato (2007), la higiene laboral se refiere a un conjunto de reglas y procedimientos diseñados para proteger la salud física y mental de los empleados.

Mateo (2007), por su parte, afirma que la higiene del trabajo tiene como finalidad prevenir las enfermedades profesionales causadas por contaminantes físicos, químicos o biológicos que actúan sobre los empleados.

Fernández (2005) por su parte define la seguridad laboral como un conjunto de medidas utilizadas para prevenir accidentes y prevenir condiciones inseguras en el ambiente y la necesidad de instruir o persuadir a las personas para que implementen medidas preventivas.

En última instancia, los autores (Blasco L. G., 2018), aluden algunas motivaciones que previenen riesgos laborales y la tutela de la salud laboral; refiriéndose en orden, a la reclamación, conformación y dependencia del que originan ciertos resultados jurídicos y de inversión.

Esta investigación es acorde a las necesidades que tiene la empresa, debido a que el sistema de seguridad y salud en el trabajo en el Gimnasio Planet Fitness tiene falencias y con esto buscamos buscar mejorar y orientar para la implementación del sistema de una forma correcta y eficaz según la vigente norma, de esta manera se conseguirá que la empresa tenga procesos de calidad.

Marco Legal

De acuerdo a la constitución política de Colombia de 1991.

En el artículo 67, de la constitución política de Colombia, declara que la educación es un derecho fundamental que tiene cada persona, que cada uno pueda tener acceso a nuevos conocimientos, logrando que los colombianos tengamos una mejor cultura.

Código sustantivo de trabajo

Se decreta en el código sustantivo del trabajo, con la finalidad de renovar, las condiciones de trabajo de las organizaciones medidas de higiene y seguridad para salvaguardar la moralidad, la salud y la vida de los empleados; lo establece el ministerio de trabajo. Los artículos que comprende lo anteriormente mencionado son: (Ley 50, 1990)

Artículo 348: medidas de higiene y seguridad. Todo empleador o empresa están obligados a suministrar y acondicionar locales y equipos de trabajo que garanticen la seguridad y salud de los trabajadores; a hacer practicar los exámenes médicos a su personal y adoptar las medidas de higiene y seguridad indispensables para la protección de la vida, la salud y la moralidad de los trabajadores a su servicio; de conformidad con la reglamentación que sobre el particular establezca el Ministerio del Trabajo. (seguridad m. d., ley 50 1990)

Artículo 349: reglamento de higiene y seguridad. Los empleadores que tengan a su servicio diez (10) o más trabajadores permanentes deben elaborar un reglamento especial de higiene y seguridad, a más tardar dentro de los tres (3) meses siguientes a la iniciación de labores, si se trata de un nuevo establecimiento. El Ministerio de la Protección Social vigilará el cumplimiento de esta disposición. (seguridad r. d., ley 50 1990)

Artículo 350: contenido del reglamento. El reglamento especial que se prescribe en el artículo anterior debe contener, por lo menos, disposiciones normativas sobre los siguientes puntos:

1. Protección e higiene personal de los trabajadores.

2. Prevención de accidentes y enfermedades.
3. Servicio médico, sanidad del establecimiento, y salas cunas en su caso.
4. Prohibición de facilitar alojamiento en edificios de industrias peligrosas o insalubres.
5. Provisión de sillas para trabajadores de tiendas, boticas, fábricas, talleres y establecimientos similares.
6. Cuando se trate de trabajos con soldadura eléctrica, las condiciones que deben reunir los locales y los elementos de protección para los trabajadores.
7. Normas especiales, cuando se trate de empresas mineras y petroleras.
8. Medidas de seguridad en las empresas de energía eléctrica, en los depósitos de explosivos de materias infamantes y demás elementos peligrosos.
9. Higiene en las empresas agrícolas, ganaderas y forestales. (reglamento, ley 50, 1990)

Artículo 351: publicación. Una vez aprobado el reglamento de conformidad con el artículo, el empleador debe mantenerlo fijado en dos lugares visibles del local del trabajo. (publicación, ley 50, 1990)

Artículo 352. vigilancia y sanciones. Corresponde al Ministerio del Trabajo, por conducto de la Oficina Nacional de Medicina e Higiene Industrial, velar por el cumplimiento de las disposiciones de este capítulo, atender las reclamaciones de empleadores y obreros sobre transgresión de sus reglas, prevenir a los remisos, y, en caso de reincidencia o negligencia, imponer sanciones, teniendo en cuenta la capacidad económica del transgresor y la naturaleza de la falta cometida. (sanciones, ley 50, 1990)

1. Garantizar las prestaciones económicas y de salud a quienes tienen una relación laboral o capacidad económica suficiente para afiliarse al sistema.

2. Garantizar la prestación de los servicios sociales complementarios en los términos de la presente Ley.

3. Garantizar la ampliación de cobertura hasta lograr que toda la población acceda al sistema, mediante mecanismos que, en desarrollo del principio constitucional de solidaridad, permitan que sectores sin la capacidad económica suficiente como campesinos, indígenas y trabajadores independientes, artistas, deportistas, madres comunitarias, accedan al sistema y al otorgamiento de las prestaciones en forma integral.

El Sistema de Seguridad Social Integral está instituido para unificar la normatividad y la planeación de la seguridad social, así como para coordinar a las entidades prestatarias de las mismas, para obtener las finalidades propuestas en la presente Ley.

Artículo 7. Ámbito de Acción. El Sistema de Seguridad Social Integral garantiza el cubrimiento de las contingencias económicas y de salud, y la prestación de servicios sociales complementarios, en los términos y bajo las modalidades previstos por esta Ley. (Ley 100, 1993)

Metodología de la investigación

Esta investigación se ejecutó teniendo en cuenta los siguientes aspectos: Tipo de investigación, Diseño de la investigación, Población, Materiales y procedimientos.

Tipo de Investigación

La tipología de esta investigación es de carácter holístico, dado que se analizan los datos de manera tanto cualitativa y cuantitativa basados en el objetivo principal el cual es determinar la situación actual del Gimnasio Planet fitness con el fin de analizar el trabajo realizado en cada proceso de la empresa y considerar los resultados obtenidos; implementar el SG-SST mediante la normatividad vigente y finalmente implementar las encuestas de satisfacción a los trabajadores.

Diseño de la investigación

“La metodología representa la manera de organizar el proceso de la investigación, de controlar los resultados y de presentar posibles soluciones al problema que nos llevara a la toma de decisiones”. Esta investigación es de modalidad no experimental basada en la propuesta de implementación del SG-SST, donde la finalidad es observar, analizar y diseñar el plan de acción a ejecutar.

Población y muestra

La población de esta investigación son los funcionarios del Gimnasio Planet fitness incluyendo personal administrativo y operarios que realicen funciones directas de la empresa.

Materiales y métodos

Para esta recolección de datos se implementará visita a la empresa y encuesta enfocada a los trabajadores del Gimnasio.

Con el fin de analizar y procesar la información, se elaborarán tablas para un mejor manejo de la información obtenida del trabajo de campo y entrevistas. En base a los resultados obtenidos de las actividades anteriores, se establecerán de forma diferente las conclusiones y recomendaciones que surjan de cada fase del proyecto para comprender los procesos desarrollados en su funcionamiento e implementar el sistema de gestión. y fitness en el gimnasio

Resultados

Objetivo 1. Determinar la importancia del SG-SST en las empresas en Colombia y a su vez la aplicación de la Norma ISO 45001:2018.

El sistema de seguridad y salud en el trabajo esta conformado por una serie de actividades las cuales esta encaminadas en preservar la salud y el bienestar de los trabajadores mientras desarrollan sus funciones dentro de una organización, es deber de todas las empresas realizar la implementación y ejecución del SG-SST. Todos los empleados tienen derecho a trabajar en un ambiente seguro en donde no se atente contra su salud física ni emocional. No llevar a acabo este sistema puede acarrear mayores gastos para la empresa dado que en caso de un accidente laboral el empleador es quien debe cubrir todos los gastos relacionados a este, igualmente como empresa están expuestos a incurrir en sanciones legales por la omisión a la Normativa legal vigente. La Norma ISO 45001-2018 esta conformada por diez capsulas las cuales están trazadas para realizar un SG-SST de una forma optima y ágil, cada una de estas capsulas fue diseñada para que la implementación se realice llevando una secuencia de forma organizada sin dejar pasar por desapercibido ningún punto clave, por tal razón uno de los principales beneficios de esta norma es su facilidad de comprensión, debido a su composición se logra percibir mas rápidamente a comparación de otras normas como la iso 14001 o 9001 lo cual es un ahorro de tiempo y recursos para las organizaciones, esto con el fin de que sea aplicada sin execpcion por todas las empresas en Colombia.

La ejecución del SG-SST trae consigo una serie de beneficios entre los cuales se encuentra la contribución a una cultura de seguridad positiva, los empleados el estar capacitados y tener conocimiento de todos los riesgos a los cuales estan expuestos, fortalecen mejor sus practicas de trabajo al momento de ejecutar sus funciones lo cual contribuye a que sean mas efectivos y productivos para la organización.

Objetivo 2. Identificar si el gimnasio Planet Fitness cuenta con un sistema de seguridad y salud en el trabajo.

Situación actual de la empresa Gimnasio Planet Fitness ubicado en el municipio de Abrego Norte de Santander en relación con la seguridad y salud en el trabajo.

La empresa Planet Fitness cuenta con 8 empleados entre colaboradores y directivos a los cuales se les aplicó una encuesta a los trabajadores y una entrevista a uno de sus gerentes generales, con el fin de recolectar la información necesaria para la implementación de la norma ISO 45001:2018, seguidamente la presentaremos de la siguiente manera.

Tabla 3

Información general

Ocupación	Edad	Genero	Estado civil	Escolaridad
Directivo	43	Masculino	Casado	Profesional
Directivo	34	Femenino	Casada	Profesional
Secretaria	36	Femenino	Casada	Tecnóloga
Instructor	25	Masculino	Soltero	Técnico
Instructor	23	Femenino	Soltera	Tecnóloga
Instructor	22	Femenino	Soltera	Técnico
Aseo general	40	Femenino	Madre soltera	Primaria
Aseo general	30	Masculino	Soltero	Decimo

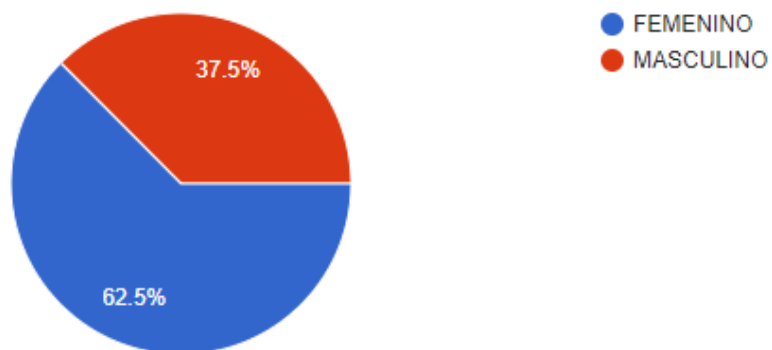
Tabla 3. Información general

Resultados de las encuestas

Figura 1

Genero de los trabajadores.

1. Genero



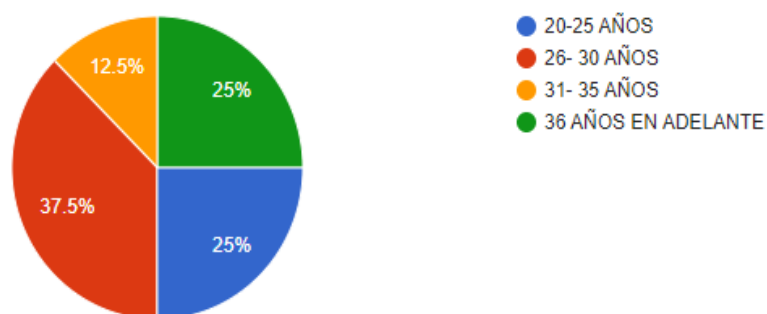
Fuente: Autoria propia

En la empresa Planet Fitness el 62.5% de los empleados son de genero femenino y el 37.5% masculino.

Figura 2

Edad de los trabajadores.

2. Edad



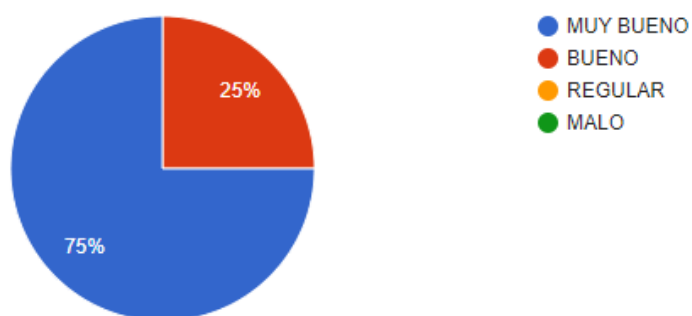
Fuente: Autoria propia

En la empresa laboran personas desde los 20 a los 36 años en adelante, esto quiere decir que no hay límite de edad para ingresar a dicha organización, sin embargo, el 37.5% del personal están entre las edades de 26 a 30 años, dicho esto Planet Fitness da la oportunidad de laboral y adquirir experiencia laboral sin discriminación alguna.

Figura 3

Estado de salud.

3. ¿Cuál es el estado actual de su Salud?



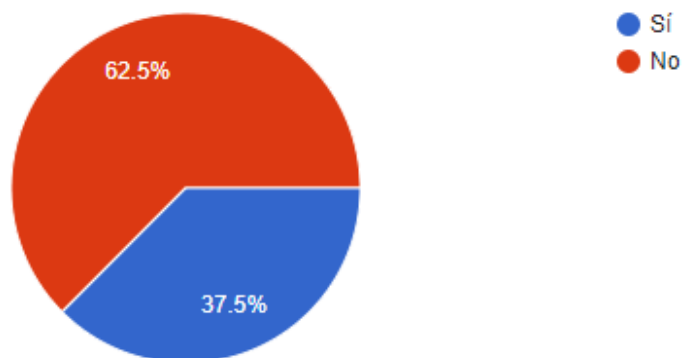
Fuente: Autoría propia

El 75% de los empleados dicen gozar de muy buena salud, dando creencia a que la actividad física contribuye a una vida saludable ya que entre los beneficios de trabajar en esta empresa es tener el beneficio de ejercitarse gratuitamente.

Figura 4

Conocimiento SG-SST.

4. ¿Conoce usted como empleado el SG-SST de la Empresa?



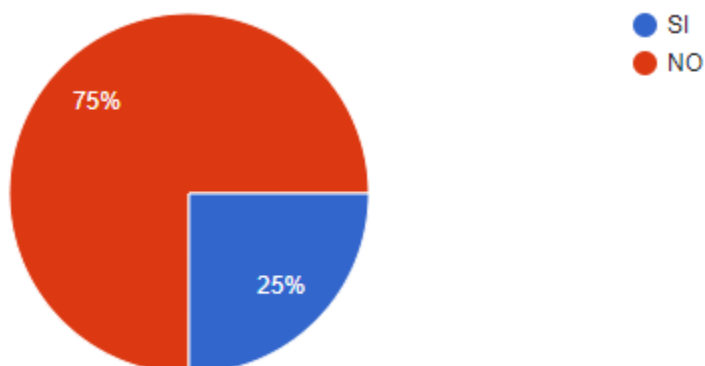
Fuente: Autoria propia

En cuanto al SG-SST el 62.5% de los empleados dicen no conocerlo y el 37.5% dicen que si por lo tanto es de vital importancia para la empresa capacitar a sus trabajadores principalmente en dicho tema para mejorar su ejecución.

Figura 5

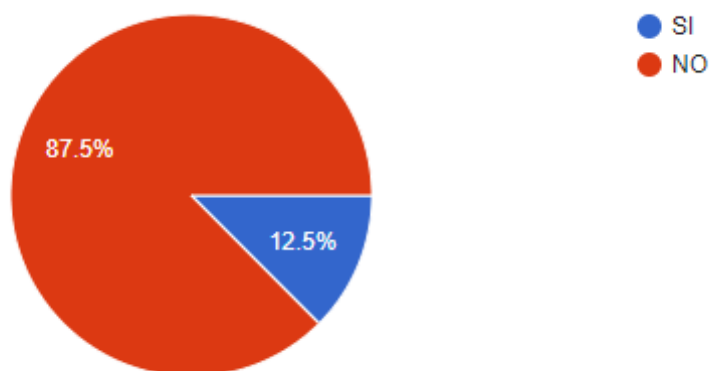
Capacitaciones sobre seguridad y salud en el trabajo.

5. ¿Ha recibido capacitaciones sobre Seguridad y Salud en el Trabajo?



Fuente: Autoria propia

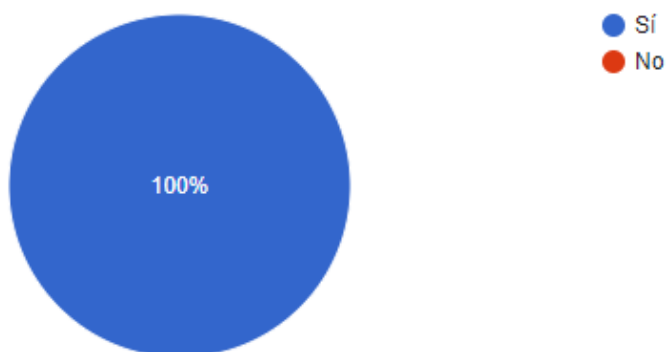
El Gimnasio Planet Fitness debe capacitar cada 6 meses a sus empleados en seguridad y salud en el trabajo ya que el 75% dice no haber recibido capacitación alguna, lo cual genera dudas y desconocimiento entre los trabajadores.

Figura 6***Exámenes de ingreso.*****6. ¿El Gimnasio Planet Fitness le practico los exámenes de Ingreso y Periódicos?**

Fuente: Autoria propia

En la empresa no se practican exámenes de ingreso y periódicos a algunos de sus empleados ya que tenemos un porcentaje del 87.5% que dice que no y el 12.5% dice que sí. La práctica de exámenes de ingreso y periódicos en el planet Fitness es de suma importancia para garantizar la seguridad y bienestar de los miembros. Estos exámenes, realizados por profesionales de la salud y el fitness, permiten evaluar el estado físico y la condición médica de cada individuo antes de iniciar o continuar con su programa de entrenamiento.

Figura 7***Elementos de protección personal.*****7. ¿Conoce usted los elementos de protección personal que debe usar en la Empresa?**



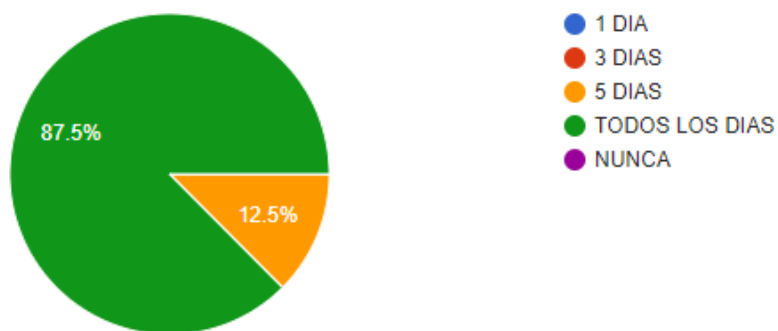
Fuente: Autoria propia

Es importante para la empresa la salud y la garantía de sus empleados dotándolos de elementos de protección para el cuidado personal y el riesgo por lo tanto el 100% de sus empleados dan fe de esto

Figura 8

EPP.

8. ¿Usualmente cuantos días utiliza las EPP que la empresa le suministra?



Fuente: Autoria propia

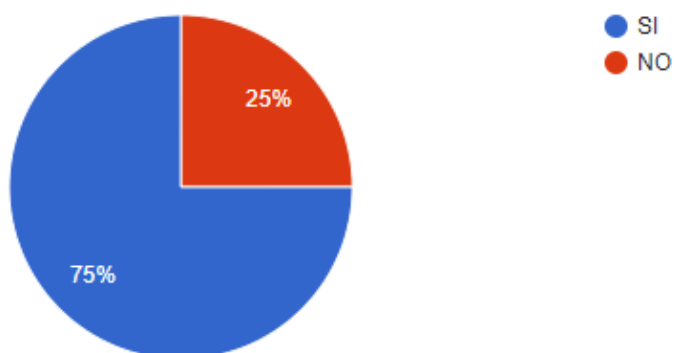
De otra parte, la empresa suministra a sus empleados lo necesario en EPP con un porcentaje de afirmación del 87.5%, mostrando de esta manera la importancia de dicho tema para la empresa. Ya que El uso de los Equipos de Protección Personal (EPP) que la empresa suministra es de vital importancia para garantizar la seguridad y protección de los trabajadores. Estos equipos están diseñados específicamente

para prevenir y reducir los riesgos laborales, protegiendo al empleado de posibles lesiones, enfermedades y daños a su salud.

Figura 9

Capacitaciones sobre accidentes e incidentes.

9. ¿Ha recibido capacitaciones sobre accidentes e incidentes que se pueden presentar en la empresa?



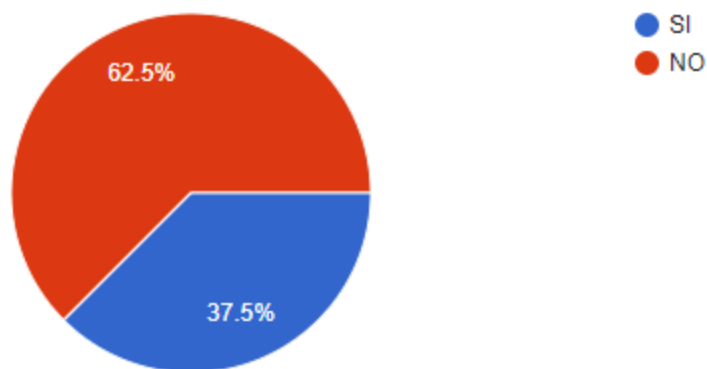
Fuente: Autoria propia

Teniendo en cuenta la importancia de capacitarse en accidentes que se puedan presentar mediante la encuesta el 75% de los empleados dicen recibir capacitación mediante publicidad y cuadros de instrucciones dentro del gimnasio, y el 25% dicen no conocer mucha orientación o explicación clara. Es importante que ese 25% de la empresa se empape de las capacitaciones, debido a que esto previene los accidentes laborales, genera una conciencia sobre seguridad y autocuidado y mejora el clima laboral de la empresa.

Figura 10

Accidente laboral.

10. ¿Ha tenido algún accidente laboral?



Fuente: Autoria propia

Dado a los grandes riesgos que se corren en las actividades diarias que se ejercen en un Gimnasio el 62.5% a sufrido incidentes laborales y el 37.5% no, dado esto la importancia de implementar el SG-SST dentro de la empresa, debido a que permite brindarle protección a los empleados, por temas de cumplimiento legal y normativo, además contar con un entorno labora seguro y saludable mejora la productividad de la empresa.

Diseño de preguntas entrevista al gerente

1. ¿A qué se dedica la empresa Gimnasio Planet Fitness?
2. ¿Conoce usted la importancia de tener un SG-SST (Sistema de Gestion de Seguridad y Salud en el Trabajo) en su empresa?
3. ¿Tiene conocimiento de los riesgos laborales a los cuales están expuestos sus trabajadores mientras realizan sus funciones dentro de la empresa?
4. ¿Los empleados del gimnasio Planet Fitness cuentan con todos sus implementos de protección personal?
5. ¿Con que frecuencia la empresa realiza capacitaciones sobre SG-SST para el personal?
6. ¿Alguno de sus empleados ha sido diagnosticado con una enfermedad laboral?
7. ¿Considera que teniendo en cuenta la actividad que desarrolla su empresa sus colaboradores están expuestos a riesgos laborales?

8. ¿Dentro de la organización se han presentado accidentes laborales?
9. Cuando se han presentado estos incidentes ¿cuál ha sido el manejo que se le ha dado a la situación?
10. ¿Conoce el procedimiento a realizar en caso de que se presente un accidente dentro de la empresa?

Link de la entrevista:

<https://drive.google.com/file/d/10Kbfsk1DaocLvzeuUn-RO-eoEInCMm60/view?usp=sharing>

Objetivo 3. Diseñar un plan de acción para implementar el Sistema de seguridad y salud en el trabajo en el gimnasio Planet Fitness.

Tabla 4

Plan de acción

PLAN DE ACCIÓN					
FASE CICLO PHVA	PROGRAMA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	RESPONSABLE DEL CUMPLIMIENTO	RECURSOS REQUERIDOS
PLANEAR	IMPLEMENTACION DEL SG-SST	IMPLEMENTACION DEL SG-SST	Realización de la gestión documental, que abarca el SG-SST.	Talento humano/ARL/Seguridad y salud en el trabajo	Humanos/físicos /tecnológicos
			Asistir en las charlas del comité paritario SG-SST.	Talento humano/ARL/Seguridad y salud en el trabajo	Humano/tecnológicos
			Proyectar los programas de inducción, capacitación para los empleados en los temas asociados con el sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo. Tener e visto bueno del cronograma por parte de COPASS del gimnasio.	Talento humano/ARL/Seguridad y salud en el trabajo	Humanos/físicos /tecnológicos
			Divulgación del sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo del gimnasio planet fitness.	Talento humano/ARL/Seguridad y salud en el trabajo	Humanos/físicos /tecnológicos

			Organización y responsabilidades. En esta implementación es necesaria la ayuda y responsabilidad del personal en relación con SG-SST. Debe haber coordinador para las actividades relacionadas	Talento humano/ARL/Seguridad y salud en el trabajo	Humanos/físicos /tecnológicos
			Identificar y evaluar los posibles peligros y riesgos presentes en todo el gimnasio, incluyendo manipulación de equipos, manejo de cargas, exposición a productos químicos y otros elementos de riesgo. Determinar el nivel de riesgo asociado	Seguridad y Salud en el Trabajo	Recursos humanos
			Definir la política de Seguridad y Salud en el Trabajo que refleje el compromiso de la gerencia y el área de gestión humana con la seguridad y salud de las personas. Establecer responsabilidades y programar jornadas de concientización y evaluación del programa	Talento humano/Seguridad y Salud en el Trabajo	Recursos humanos
SUBPROGRAMA DE HIGIENE Y		PLANIFICACION DE CUIDADO Y REACCION ANTE EMERGENCIA	Organización, realización y valoración del simulacro de evacuación de emergencia del gimnasio.	Talento humano/ARL/Seguridad y salud en el trabajo	Humano/tecnológicos
			Realización de control de revisión de todos los implementos relacionados con	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo	Humanos/físicos /tecnológicos

HACER	SEGURIDAD INDUSTRIAL		la prevención y atención de emergencias		
		ARTICULOS DE PROTECCION PERSONAL	Realizar la estructura de artículos de protección personal y proceder a la entrega e inspección de dichos artículos.	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo	Humano/tecnológicos
	SUBPROGRAMAS DE MEDICINA PREVENTIVA Y DEL TRABAJO	DICTAMEN DE CONDICIONES DE SALUD	Diseñar matriz sociodemográfico, de los empleados del gimnasio.	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo	Humano/tecnológicos
		VALORACIONES MEDICAS OCUPACIONALES	Valoraciones medicas ocupacionales (ingresos, egresos, periódicas, post incapacidad)	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo	Humanos/físicos /tecnológicos /financieros
	SUBPROGRAMA DE HIGIENE Y SEGURIDAD INDUSTRIAL	REALIZAR CAPACITACIONES PERIÓDICAS	Programar sesiones de capacitación en el uso adecuado de equipos y maquinaria, técnicas de levantamiento seguro, prevención de lesiones musculares y óseas, y procedimientos de emergencia. Brindar entrenamientos específicos según sea necesario, como capacitación en alturas	Talento humano	Recursos humanos
	SUBPROGRAMAS DE MEDICINA PREVENTIVA Y DEL TRABAJO	GARANTIZAR ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL	Proporcionar a los empleados los equipos e indumentaria adecuados, como cascos, gafas de seguridad, guantes y calzado apropiado. Establecer el uso obligatorio de elementos en zonas específicas, como bodegas y áreas de limpieza.	Talento humano/Seguridad y Salud en el Trabajo	Recursos humanos/físicos/tecnológicos

		VIGILANCIA DE LA SALUD	Establecer un programa de vigilancia de la salud para monitorear la condición física de cada empleado, especialmente aquellos que realizan mucha más actividad que otros.	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo	Humanos/físicos /tecnológicos /financieros
VERIFICAR	VERIFICACION Y SEGUIMIENTO	ANÁLISIS DE INCIDENTES Y ACCIDENTES	Contar con disponibilidad de relación, indicadores y la investigación de los incidentes y accidentes de trabajo ocurridos.	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo	Humano/tecnológicos
		EVALUACION Y MONITOREO	Evaluación y seguimientos de los objetivos planteados	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo	Humano/tecnológicos
	VERIFICACION Y SEGUIMIENTO	IDENTIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DE RIESGOS	Realización de evaluaciones de riesgos periódicas para identificar nuevas amenazas y evaluar la efectividad de las medidas preventivas implementadas.	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo	Humano/tecnológicos
	VERIFICACIÓN Y SEGUIMIENTO	REALIZAR INSPECCIONES REGULARES	Realizar inspecciones periódicas para verificar el estado de los equipos, sistemas de seguridad, oficinas y otros aspectos relevantes. Utilizar formatos de registro y control para evidenciar las revisiones y el estado de los equipos	Seguridad y Salud en el Trabajo	Recursos humanos/físicos
			INSPECCION DEL PLAN DE ACCION	Vigilancia del plan de acción y mejora de los resultados.	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo

MEJORA CONTINUA	MEJORA CONTINUA	NOTIFICAR LOS RESULTADOS	Informar los resultados pertinentes de mejora a los empleados.	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo	Humanos/físicos /tecnológicos
		CONSERVAR LA INFORMACION	Archivar la documentación e información como evidencia de la mejora continua.	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo	Humanos/físicos /tecnológicos
MEJORA CONTINUA	MEJORA CONTINUA	REVISIÓN PERIODICA	Realizar revisiones periodicas del SG-SST para identificar areas por mejorar y establecer acciones que preveen y sean correctivas a fin de que la implementación vaya de mejora en mejora.	Talento humano/Seguridad y salud en el trabajo	Humanos/físicos /tecnológicos
	MEJORA CONTINUA	REALIZAR EVALUACIONES PERIÓDICAS DEL DESEMPEÑO DEL SG-SST	Evaluar de manera regular el desempeño del Sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo. Establecer indicadores de control para medir su eficacia. Utilizar los resultados de la evaluación para implementar mejoras en los procesos, corrigiendo deficiencias identificadas y asegurando un ambiente laboral cada vez más seguro	Talento humano/Seguridad y Salud en el Trabajo	Recursos humanos/tecnológicos/ financieros

Tabla 4. Plan de acción

Conclusiones

Objetivo1

Con el desarrollo del presente proyecto se logró comprender la gran importancia que tiene el SG-SST (Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo) dentro de una organización, sin importar el tamaño o la ubicación geográfica todas las empresas en Colombia deben velar por la seguridad laboral de sus empleados. Al realizar la investigación bibliográfica logramos profundizar en los conceptos de la Norma ISO 45001-2018 la cual en sociedad con la OIT (Organización internacional del trabajo) reflejan una serie de requisitos que toda organización debe cumplir con el fin de proteger a los trabajadores de accidentes y enfermedades laborales.

La implementación del Sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST) es de vital importancia para cualquier empresa, incluyendo los gimnasios y centros de fitness. A través de la implementación de prácticas y medidas de seguridad, se busca proteger la integridad física y mental de los empleados y clientes, minimizando los riesgos de accidentes, lesiones y enfermedades laborales. La prioridad de un gimnasio debe ser crear un entorno seguro y saludable para todos los involucrados, promoviendo la prevención, la capacitación y el uso adecuado de los equipos de protección personal (EPP).

Objetivo 2

Teniendo en cuenta la investigación realizada en el gimnasio Planet Fitness, a través de las visitas, entrevista y encuestas implementadas se logra identificar que el gimnasio no cuenta con el sistema de seguridad y salud laboral de acuerdo a lo establecido en la Norma ISO 45001/2018. El gerente en la entrevista nos mencionaba un protocolo el cual ha sido ejecutado en los casos donde han ocurrido accidentes, sin embargo, dicho protocolo no está legalmente documentado. La implementación del SG-SST es un deber de todos los empleadores sin importar el tipo, ni tamaño de la empresa se debe contar con dicho sistema, el cual garantiza la responsabilidad de la organización frente a los empleados velando que desempeñen sus funciones en un entorno seguro donde no se atente contra su salud e integridad física y emocional. De igual manera según lo estipulado en la Norma es fundamental por parte de la organización dar a conocer a los empleados los diferentes peligros a los cuales están expuestos en sus sitios de trabajo

esto contribuye eficazmente sobre la reducción de riesgos laborales, lo cual también es de gran beneficio para la compañía, ya que el personal al estar capacitado y conocer de dichos lineamientos de seguridad, actúan con mayor precaución al realizar sus funciones, se genera una cultura de seguridad y se logra que la empresa incremente su productividad y rentabilidad.

Objetivo 3

Basados en los hallazgos mencionados anteriormente el grupo investigativo propuso la implementación del SG-SST para el gimnasio, el cual se llevo a cabo de manera satisfactoria a través del plan de acción fundamentado en la Norma ISO 45001-2028, este plan fue establecido teniendo en cuenta en ciclo PHVA (Planear, Hacer, Verificar y Actuar). En donde inicialmente se identificaron las diferentes necesidades teniendo en cuenta los riesgos existentes en cada área de acuerdo a sus actividades, con esta información se realizó la selección de responsabilidades y el responsable de coordinar las actividades a ejecutar, seguidamente se llevo a cabo la ejecución de cada uno de los procesos incluyendo el diseño del simulacro de evacuación para emergencias, programación de los exámenes ocupacionales para todo el personal y demás métodos abarcados, posteriormente se realiza la verificación y validación de la ejecución conforme a lo dispuesto en el SG-SST ejecutado y se hacen las respectivas evaluaciones de seguimiento con el fin de corroborar el cumplimiento de los objetivos planteados. Finalmente se identifican las acciones de mejora teniendo en cuenta los análisis realizados en la fase de verificación, con el fin de corregir y permanecer en mejora continua, toda la información recopilada se da a conocer a todos los empleados de la empresa a fin de que todos estén en conocimiento del estado actual de la organización contribuyendo así a la creación de una cultura de seguridad para el gimnasio.

Recomendaciones

Considerando la valoración que se realizó anteriormente se deduce los riesgos que continuamente tienen los empleados de la empresa Gimnasio Plante Fitness por ello la importancia de implementar entre su organización el SG-SST, con una política de seguridad que busque la disminución de accidentes logrando así mayores garantías de riesgos, mejorando la confianza y tranquilidad en las actividades diarias y así lograr avanzar en productividad y buen servicio en sus tareas, de esta manera se crean auto asistencias físicas entre compañeros, para así poder mitigar las deficiencias que hay dentro de la empresa.

Es de gran importancia y necesidad que Planet Fitness mantenga entre sus colaboradores a una persona que se encargue de ejercer la seguridad y salud en el trabajo manteniendo el orden y la información de dicho tema dentro de la empresa con los empleados.

Es esencial que el personal del gimnasio reciba capacitaciones periódicas sobre seguridad y salud en el trabajo. Estas capacitaciones deben abordar temas como el uso correcto de las máquinas y equipos, la ergonomía, la prevención de lesiones, los procedimientos de emergencia y la importancia del uso de los EPP. Asimismo, se debe incluir a los miembros del gimnasio en estas capacitaciones para que estén informados sobre las medidas de seguridad y puedan participar activamente en su propia protección; de igual forma entre los colaboradores no pueden faltar los equipos de protección para su uso personal en donde se lograra prevenir accidentes e incidentes.

Es fundamental llevar a cabo inspecciones periódicas de todos los equipos y maquinarias utilizados en el gimnasio tales como mantenimiento de guayas, barras, discos, lasos, mancuernas, todo debidamente engrasado para tener el 100% de su funcionamiento; esto garantizará que estén en buen estado y cumplan con los estándares de seguridad y calidad.

La debida señalización en todo el establecimiento, camillas, inmovilizadores, un botiquin completo y un plan de respuesta rápida es fundamental para ayudar de manera significativa al momento de presentarse alguna eventualidad.

Hacer reuniones periodicas entre el equipo de trabajo sobre los riesgos que existen diariamente y su posible prevención de lesiones y demás.

La correcta organización de las maquinas, mancuernas, la zona de crosfitt y los sacos de boxeo, asi como los implementos de aseo, los útiles con riesgos biológicos, la señalización de los riesgos de el buen uso de las maquinas y el mantenimiento de los equipos de ventilación (ventiladores), tirar los espejos partidos, canecas rotas y la electricidad en excelente estado, hacen parte del correcto funcionamiento de SG-SST dentro de la compañía.

Finalmente, se debe mencionar que toda empresa sin importar su tamaño debe contar con un plan de emergencia, calamidad o desastre implementándolo de forma eficiente y eficaz como principal y único objetivo de precaver incidentes y saber actuar en el momento que se de algún caso, entretanto llegue el equipo especializado para atenderlo de forma oportuna.

Bibliografía

- Agudelo Ricaurte, L. F., De Bedout Monsalve, C. L., & Quiroz Zapata, J. D. (2019). Obtenido de https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/4067/1152211172_2019.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Alcaldia , M. I. (2022). Obtenido de https://www.ipes.gov.co/images/informes/SDE/Planeacion_estrategica/2022/PA02-DE-006%20V7%20Sistema%20de%20Gesti%C3%B3n%20de%20Seguridad%20y%20de%20la%20Salud%20en%20el%20Trabajo.pdf
- Benavides, J. C., & Peña Ordoñez, D. J. (2021). Obtenido de https://repositorio.ucm.edu.co/bitstream/10839/3568/1/Diseno_sistema_gestion_seguridad_salud_trabajo_gimnasio_FITNESS_GYM_ZONE_acuerdo_resolucion_0312_2019.pdf
- Blasco, L. G. (2018). Obtenido de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-46702016000100001
- Blasco, L. y. (2013). Obtenido de López, J., & Blasco, J. (2013). Curso de prevención de riesgos laborales. La Habana: 5a. ed., Valencia, Tirant lo Blanch
- Blasco, L. y. (2013). Obtenido de López, J., & Blasco, J. (2013). Curso de prevención de riesgos laborales. La Habana: 5a. ed., Valencia, Tirant lo Blanch
- Congreso de la Republica de Colombia.* (s.f.). Obtenido de <http://secretariasenado.gov.co/constitucion-politica>
- Guevara. (2015). Obtenido de <https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/6499/ENSAYO%20DE%20GRADO.pdf?sequence=1>

Instituto Nacional de Salud. (Enero de 2019). Obtenido de

<https://www.ins.gov.co/Transparencia/SiteAssets/Paginas/planeacion/MIPG/PLAN%20SST.pdf>

Ley 100. (1993). Obtenido de

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=5248>

Ley 1562 de 2012. (2012). *Por la cual se modifica el Sistema de Riesgos Laborales* . Obtenido de Diario Oficial N° 48.447:

https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Ley%201562%20de%202012.pdf

Ley 50. (1990). Obtenido de

http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/codigo_sustantivo_trabajo_pr012.html#350

Martínez J, M. N., & Silva R, M. (2016). *DISEÑO Y DESARROLLO DEL SISTEMA DE*

GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO ENFOCADO EN EL DECRETO 1072/2015 y OSHAS 18001/2007 EN LA EMPRESA LOS ANGELES OFS.

Obtenido de

<https://repository.udistrital.edu.co/bitstream/handle/11349/2900/MariaNellysMartinezMariaSilva2016.pdf;jsessionid=7C6CB15B6CB5997F95C7EA7199AFE930?sequence=1>

Ministerio de Trabajo. (2020). *Guía para la implementación del sistema de seguridad y salud en el trabajo*. Obtenido de

<https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/458362/GUIA+SST+2020.pdf/2da5c0e5-5c5e-f6fa-48d5-9b88c188cf0f>

Ministerio de Trabajo, D. (s.f.). Obtenido de https://www.arlsura.com/files/decreto171_16.pdf

Miranda. (2012). Obtenido de Miranda, C. (2012). Diseño de un sistema integrado de gestión de calidad, medio ambiente, seguridad y salud en el trabajo en la empresa de plaguicidas .

Cuba: Instituto Superior Politécnico “José Antonio Echeverría.

OIT. (2011). *Promoción de la seguridad y salud en el trabajo*. Obtenido de

<https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/areasofwork/workplace-health-promotion-and-well-being/lang-->

[es/index.htm#:~:text=La%20promoci%C3%B3n%20de%20la%20salud,los%20hombres%20en%20el%20trabajo.](https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/areasofwork/workplace-health-promotion-and-well-being/lang--es/index.htm#:~:text=La%20promoci%C3%B3n%20de%20la%20salud,los%20hombres%20en%20el%20trabajo.)

Profesionales, A. d. (s.f.). Obtenido de

<https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=36783&dt=S>

Profesionales, A. d. (s.f.). Obtenido de

<https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=36783&dt=S>

publicación. (ley 50, 1990). Obtenido de

http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/codigo_sustantivo_trabajo_pr011.html#348

reglamento, c. d. (ley 50, 1990). Obtenido de

http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/codigo_sustantivo_trabajo_pr011.html#348

Rojas. (2011). Obtenido de Rojas, R. (2011). Los accidentes del trabajo en la Industria Azucarera de Holguín. Cuba: Facultad de Ingeniería Industrial, Holguín.

Ryder. (2014). Obtenido de <https://www.mintrabajo.gov.co/web/guest/relaciones-laborales/riesgos-laborales/sistema-de-gestion-de-seguridad-y-salud-en-el->

trabajo?_com_liferay_portal_search_web_portlet_SearchPortlet_formDate=16845300169
99&p_p_id=com_liferay_portal_search_web_portlet_S

sanciones, V. y. (ley 50, 1990). Obtenido de

http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/codigo_sustantivo_trabajo_pr012.html#352

sanciones, V. y. (ley 50,1990). Obtenido de

http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/codigo_sustantivo_trabajo_pr012.html#352

sarmiento. (2012). Obtenido de https://www.ssbiobio.cl/view/participacion_ciudadana.php

seguridad, m. d. (ley 50 1990). Obtenido de

http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/codigo_sustantivo_trabajo_pr011.html#348

seguridad, r. d. (ley 50 1990). Obtenido de

http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/codigo_sustantivo_trabajo_pr011.html#348