



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 1 de 33



PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Castellanos
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 120417

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 2 de 33

Contenido

1.	INTRODUCCIÓN.....
1.1.	Descripción de la Empresa:.....
1.2.	Descripción de actividades a desarrollar contractualmente.....
-	Administración y supervisión en campo.....
-	Producción.....
-	Atención en línea.....
-	Logística.....
1.3.	Tiempo de Contrato en Shahuindo.....
1.4.	Cantidad de Trabajadores.....
2.	OBJETIVOS.....
2.1.	Objetivos General:.....
2.2.	Objetivos Específicos:.....
3.	ALCANCE DEL PROGRAMA.....
4.	BASE LEGAL Y OTRAS NORMAS.....
5.	RESPONSABLES.....
5.1.	Gerencia General / Administración De Contrato.....
5.2.	Jefes / Administradores y/o Supervisores De Área.....
5.3.	Jefe / Ingeniero de Seguridad.....
5.4.	Asistente Social / Recursos Humanos.....
5.5.	Trabajador:.....
6.	PROGRAMA DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL.....
6.1.	Matriz de Riesgos a la Salud por puesto de trabajo.....
6.2.	Evaluación de Riesgos a la Salud Ocupacional.....
7.	Control de riesgos a la salud ocupacional.....
8.	Contenido del Programa de Salud e Higiene Ocupacional.....
9.	REGISTROS.....
	REGISTRO 01: Registro de monitoreo de agentes físicos, químicos, biológicos, disergonómicos y psicosociales (Formato basado en el RM050-2013 TR).....
	REGISTRO 02: Registro de enfermedades ocupacionales (Formato basado en el RM050-2013 TR).....
10.	ANEXOS:.....
	Definiciones: 13
	ANEXO 02: Matriz de Identificación de Peligros de Higiene Ocupacional.....
	ANEXO 03: Matriz de Seguimiento de Controles de Higiene Ocupacional.....

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Juan Manuel Vargas Cevallos
ING. DE SEGURIDAD
C.P. 10047

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodriguez
DNI: 43517032
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 3 de 33

1. INTRODUCCIÓN

Servicios Generales Moshamax S.A. comprometida con las regulaciones nacionales aplicables, y de nuestro cliente, elabora El Plan Anual de Higiene y Salud Ocupacional (PHISO) conformado por programas y actividades a desarrollar, basado en el enfoque de prevención primaria, prevención secundaria y prevención terciaria, para asegurar la salud y seguridad en nuestros colaboradores mientras desempeñen sus funciones para la organización. El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, como marco legal y de consenso, constituye un elemento fundamental en el diseño y control de las acciones preventivas de Moshamax. Así, Servicios Generales Moshamax, trata de dar respuesta con este plan a los retos planteados según el D.S. Nº 005-2012-TR, Reglamento de La Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, y fomentar una cultura preventiva en toda la operación.

Servicios Generales Moshamax S.A., viene realizando sus operaciones en Minera Pan American Silver - Shahuindo desde el 01 de marzo del 2019 cuyo proceso principal en el contrato es:

- Proceso de servicio de alimentación.

Procesos de soporte en Servicios Alimenticios Corporativos son:

- Proceso de almacenes y logística.
- Proceso de producción de alimentos.
- Proceso de atención en comedores.
- Proceso administrativo (Gerencia / SSOMA / Gestión de la calidad / Asistente social / Nutrición).

Este Plan Anual de Higiene y Salud Ocupacional está orientado principalmente al cuidado de la Salud Integral de todos los trabajadores que conforman nuestra empresa.

1.1. Descripción de la Empresa:

Representante Legal Dirección

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Córdova
ING. DE SEGURIDAD
C.P. 1047

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 4 de 33

- **Nombre:** Victoria Polo Rodríguez
- **Dirección:** Jr. Bolognesi sin nro. San Pablo. Cajabamba (Esq. Con Av. San Lorenzo)
Cajamarca - Cajabamba – Cajabamba
- **Teléfono:** 951 823 339
- **E-mail:** gerente.general@moshamax.com

Dueño de contrato en Shahuindo:

- Juan Bacon Idrogo

1.2. Descripción de actividades a desarrollar contractualmente

Servicios Alimenticios

- **Administración y supervisión en campo**
 - Trabajo en oficinas y supervisión en campo.
- **Producción**
 - Preparación de alimentos.
 - Pre elaborado de verduras y tubérculos.
 - Preparación de postres y pan.
 - Pre elaborado de cárnicos.
 - Lavado de vajilla en maquina industrial.
 - Lavado de lava fondos.
 - Elaboración y traslado de ensalada, jugos, refrescos y otros.
 - Habilitado de ranchos fríos.
 - Empacado de alimentos a campo.
- **Atención en línea**
 - Servicio de atención en línea.
 - Limpieza de planta de producción y comedor.
- **Logística**
 - Recepción, despacho de productos químicos y EPP.
 - Recepción, almacenamiento y despacho de materia prima traslado de insumos al almacén.

1.3. Tiempo de Contrato en Shahuindo

- Fecha de inicio: 01/03/2019
- Fecha de finalización: 28/02/2023

1.4. Cantidad de Trabajadores

La empresa está compuesta por 102 personas:

- Gerente General: 01

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Córdova
ING. DE SEGURIDAD
C.P. 10047

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

- Administrador de contrato: 01
- Jefe de RRHH: 01
- Jefe comercial: 01
- Asistente administrativo: 01
- Asistente social: 02:
- Asistente de RRHH: 01
- Administrador de comedor: 02
- Ingeniero de seguridad: 02:
- Supervisor de comedor: 02
- Jefe de calidad: 01
- Supervisor de calidad: 02
- Jefe de logística: 01
- Jefe de almacén: 01
- Jefe de producción: 01
- Almacenero: 01
- Maestros panadero y pastelero: 02
- Panadero: 01
- Cocinero: 15
- Auxiliar general: 47
- Ayudante de almacén: 03

Sistema de Rotación:

- 14 x 7.

Horario de Trabajo:

- 6:00 a.m. a 18:00 pm. **Pre elaborados.**
- 00:00 a.m. a 5:00 am. **Jugos.**
- 00:00 a.m. a 12:00 p.m. **Cocina.**
- 8:00 a.m. a 20:00p.m. **Almacén.**
- 3:00 a.m. a 22:00 p.m. 15:00 p.m. a 19:00 p.m. **Empaque.**
- 7:00 a.m. a 19: 00 p.m. **Habilitado, empaque.**
- 8:00 a.m. a 20:00 p.m. **Panadería.**
- 17:00 p.m. a 5:00a.m. **Panadería turno noche.**
- 8:00 a.m. a 20:00 p.m. **Carnes.**
- 5:00a.m. a 14:00p.m. 17:00p.m. a 20:00 p.m. **Línea.**
- 00:00 h a 12:00 p.m. **Ranchos fríos.**
- 8:00 a.m. a 20:00 p.m. **Cocina turno día.**
- 5:00a.m. a 2:00p.m. 17:00p.m. a 20:00p.m. **Lava Vajilla.**
- 17:00p.m. a 5:00a.m. **Lava fondos.**

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Cerdas
ING. DE SEGURIDAD
C.P. 10047

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodriguez
DNI: 43517032
GERENTE GENERAL



SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 6 de 33

Lugar de Pernocte:

- Campamento Vivero.

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

El presente programa de Salud e Higiene Ocupacional tiene como propósito prevenir las enfermedades profesionales o la intensificación de las enfermedades ocupacionales en el personal de la empresa Servicios Generales Moshamax S.A. en cumplimiento de nuestra normativa nacional y de los estándares establecidos por la UM. Shahuindo.

2.2. Objetivos específicos:

- Implementar y monitorear la Gestión del Programa Anual de Salud Ocupacional en la empresa Moshamax.
- Identificar los agentes físicos, químicos, biológicos, disergonómicos y psicosociales por cada puesto de trabajo.
- Realizar una matriz IPERC resumida de los peligros físicos, químicos, biológicos, disergonómicos y psicosociales a partir de su matriz de línea base.
- Determinar una matriz de peligros de Higiene Ocupacional incluyendo los puestos, áreas, población y número de muestras.
- Evaluar de manera cuantitativa todos los peligros con valoración inicial importante.
- Determinar los controles para aquellos peligros con valoración cuantitativa moderada o alta.
- Implementar los controles que se hayan recomendado y colocado en la matriz de seguimiento de controles.
- Capacitar al personal de acuerdo a los peligros identificados por puesto de trabajo y que tengan valoración cuantitativa de riesgo moderado y alto.
- Realizar una campaña de salud de acuerdo a lo establecido en el programa anual de salud; (Realización de campaña de inmunización contra influenza y/o tétano).
- Realizar campaña de mejora ergonómica.

3. ALCANCE DEL PROGRAMA

El presente Programa de Salud e Higiene Ocupacional es aplicable a todo el personal de la empresa Moshamax que labora en la Unidad Minera Shahuindo.

4. BASE LEGAL Y OTRAS NORMAS.

- Ley general de salud N° 26842 Cap. VII de la Higiene y Seguridad en los Ambientes laborales art. 100.

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Juan Manuel Vargas Castellanos
ING. DE SEGURIDAD
C.P. 1004

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517032
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 7 de 33

- Ley N° 29783, ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y su reglamentación.
- Ley N° 30947 Salud Mental y su Decreto Supremo N° 007-2020-SA.
- Decreto. Supremo. 024-2016-EM Reglamento de Seguridad y Salud Ocupacional en Minería.
- Decreto Supremo N° 023-2017-EM; modifican diversos artículos y anexos del reglamento de Seguridad y Salud Ocupacional en Minería, aprobado por Decreto Supremo N° 024-2016-EM.
- DS 015-2021 SA. Reglamento sobre los valores límite permisibles para agentes químicos en el ambiente de trabajo.
- RM 375 – 2008 SA., norma básica de ergonomía y procedimiento de evaluación de riesgo disergonómicos.
- RM 312-2011/MINSA Protocolos de Exámenes Médico Ocupacionales Obligatorios por Tipo de Actividad.
- Norma técnica 068-MINSA/DGSP-V1., norma técnica de salud que establece el listado de enfermedades profesionales.
- RM 374-2008-TR. “Listado de los agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales que generan riesgos para la salud de la mujer gestante y/o el desarrollo normal del embrión y el feto, sus correspondientes intensidades, concentraciones o niveles de presencia y los períodos en los se afecta el embarazo”; “Listado de actividades, procesos, operaciones o labores, equipos o productos de alto riesgo”.

5. RESPONSABLES

5.1. Gerencia general / Administración de contrato

- Implementar en la Política de la empresa referentes a Salud Ocupacional e Higiene Industrial.
- Proporcionar los recursos necesarios para la implementación de los estándares, normas, procedimientos y medidas correctivas en relación a los riesgos identificados, así como para la ejecución del presente Plan.
- Cumplir y hacer cumplir las observaciones y recomendaciones realizadas por el Comité de Seguridad y Salud en el trabajo.
- Facilitar la capacitación en Salud Ocupacional a los colaboradores de la empresa Moshamax.
- Procurar el cuidado integral de la salud de los trabajadores.
- Asegura la provisión de los recursos mediante la aprobación de presupuestos.

5.2. Jefes / Administradores y/o Supervisores de área

- Aseguran la implementación de los procesos necesarios para el presente Programa.
- Informa a la alta dirección sobre el desempeño del SGSSO y de cualquier necesidad

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Córdova
ING. DE SEGURIDAD
CPI

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517032
GERENTE GENERAL

de mejora.

- Aseguran que se promueva en los trabajadores la toma de conciencia de los requisitos de las partes interesadas y del SGSSO.
- Participar en las evaluaciones de riesgos a la Salud del personal a su cargo.
- Hacer seguimiento al cumplimiento de las medidas propuestas provenientes de las evaluaciones de riesgos a la salud de los trabajadores.
- Capacitar a sus trabajadores en temas de Salud Ocupacional e Higiene Industrial.

5.3. Jefe / Ingeniero de seguridad

- Elaborar, revisión y seguimiento del Programa Anual de Higiene y Salud Ocupacional.
- Establecer el cronograma de monitoreo de agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales aplicables a los diferentes puestos de trabajo.
- Adopta lineamientos y estándares del SGSSO de acuerdo a sus actividades y necesidades.
- Gestiona la implementación y seguimiento del Programa de Salud e Higiene.
- Elaboran, revisan y aprueban (caso aplique) los documentos específicos de la empresa.
- Determinan necesidades de mejora.
- Informa a las jefaturas y/o gerencia los resultados obtenidos de la gestión.
- Preparar información, según requerimiento, referida a temas de Higiene Industrial asociados a los diferentes peligros a la salud del lugar de trabajo.
- Auditar el programa cuando se considere necesario.
- Cumplen con la legislación aplicable.
- Mantener los archivos de las evaluaciones y resultados de monitoreos realizados.

5.4. Asistente social / Recursos humanos

- Coordinar la realización de los exámenes médicos pre ocupacionales, periódicos y de retiro del personal de la empresa.
- En caso de identificar una trabajadora en estado de gestación dentro de la empresa, garantizar el cumplimiento del procedimiento.
- Realizar las evaluaciones de riesgo de las mujeres gestantes y reubicación de puesto de trabajo en caso de ser necesario, en coordinación con el Médico Ocupacional y/o Medico de la Unidad Médica - Shahuindo.
- Mantener las constancias de los SCTR vigentes de todos los colaboradores de la empresa.
- Coordinar la realización de los exámenes médicos pre ocupacionales, periódicos y de retiro del personal de la empresa.
- Realizar las coordinaciones con la Unidad Médica Shahuindo la evaluación de aptitud de los colaboradores re ingresantes de descanso médico prolongado y de

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
Juan Manuel Vargas Córdova
ING. DE SEGURIDAD
C.P. 10047

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

algunos casos específicos.

- Mantener actualizado y ordenado los registros de los exámenes médicos pre ocupacional, periódicos y de retiro del personal de la empresa.
- Coordinar y asegurarse que los resultados de los exámenes médicos se deben brindar de manera confidencial a los trabajadores los resultados de los exámenes médicos practicados (pre ocupacional, periódico o de retiro).
- Verificar que el 100% de sus trabajadores tengan exámenes médicos vigentes.
- Hacer el seguimiento de los trabajadores observados en los exámenes médicos.

5.5. Trabajador:

- El cumplir con las evaluaciones médicas ocupacionales programadas.
- Participar activamente en las actividades programadas en el Programa Anual de Salud e Higiene Ocupacional 2022.
- Conocer e identificar los peligros a la salud relacionados al desarrollo de sus actividades.
- Promover el autocuidado integral de su salud, suministrar información clara y veraz sobre su estado de Salud, a través de charlas y/o capacitaciones.
- Cumplir las normas, reglamentos e instrucciones del plan de Salud Ocupacional de Moshamax.
- Participar en las actividades de prevención de enfermedades profesionales.
- Presentarse a los exámenes médicos requeridos luego de recibir la debida notificación.
- Informar a sus superiores sobre condiciones y/o actos subestándares en sus lugares de trabajo, informando toda condición ambiental peligrosa y práctica insegura durante la ejecución de sus labores, recomendando medidas de prevención y control para los factores de riesgo ocupacionales.
- Participar activamente en las actividades de prevención y promoción en salud ocupacional y monitoreos de higiene ocupacional que organice la empresa.

6. PROGRAMA DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL

6.1. Matriz de Riesgos a la Salud por puesto de trabajo

VER ANEXO 01

De acuerdo a la evaluación inicial se determina aquellos puestos y agentes ocupacionales que requieren ser evaluados cuantitativamente, para ello se usará la matriz de identificación de peligros de Higiene Ocupacional.

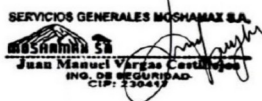
6.2. Evaluación de Riesgos a la Salud Ocupacional

Para garantizar una correcta medición de los agentes ocupacionales, a continuación, se detalla las metodologías específicas, los tiempos mínimos de toma de muestra y el equipamiento necesario.

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Cevallos
ING. DE SEGURIDAD
C.P. 10047

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517032
GERENTE GENERAL

ITEM	GRUPO DE AGENTE	AGENTE ESPECIFICO	METODOLOGIA	TIEMPO DE MEDICIÓN	EQUIPAMIENTO(**)
1	FÍSICO	Dosimetría de ruido	NTP-ISO 9612:	9 horas	Dosímetro de Ruido
2		Sonometría	NTP-ISO 9612	5 minutos / estación	Sonómetro
3		Iluminación	Norma Oficial Mexicana (NOM-025)	1 min/punto	Luxómetro
4		Vibración	ISO: 2631-1, Cuerpo entero. ISO 5349: 2002, Mano-brazo.	9 horas	Vibrómetro
5		Radiación UV	Lectura Directa	1 min /punto	Medidor de Radiación UV
6		Estrés térmico	ISO 7243 :2017	30 min	Medidor de estrés térmico
7	QUÍMICO	Polvo respirable	NIOSH 0600	9 horas	Bomba gravimétrica , filtros y Cyclon
8		Polvo inhalable	NIOSH 0500	9 horas	Bomba gravimétrica y filtros
9		Sílice Cristalina	NIOSH 7500	9 horas	Bomba gravimétrica , filtros y Cyclon
10		Vapor de mercurio	NIOSH 6009	9 horas	Bomba gravimétrica y tubo sorbente
11		Vapores orgánicos volátiles (vocs)	Lectura Directa	15 minutos	Medidor de VOCs por lectura directa
12		Humos de soldadura	NIOSH 7303	9 horas	Bomba gravimétrica y filtros
13	BIOLÓGICO	Bacterias	SMEWW-APHA-AWWA (*)	Según dure la colección de la muestra	Termohigrómetro
14	ERGONÓMICO	Posturas forzadas	Reba, Rula, Iso u otras	Según dure el ciclo del trabajo	Flexómetro
15		Levantamiento y transporte de cargas	Niosh, Ginsht u otras	Según dure el ciclo del trabajo	Balanza o dinamómetro
16		Movimientos Repetitivos	Check list Ocrá, Ocrá o JSI	Según dure el ciclo del trabajo	Flexómetro
17	PSICOSOCIAL	Factores de Riesgos Psicosocial	Manual General de baterías de Evaluación de R. Psicosociales- Univ. Javeriana de Colombia /SUSESO ISTAS.	Según dure la encuesta	No Aplica

(*): Método referencial, (**): Los equipos deberán tener sus certificados de calibración de fábrica o verificación de calibración con equipo patrón que cuente con certificado de calibración de fábrica, todos vigentes.

7. Control de riesgos a la salud ocupacional.

Luego de haber realizado las mediciones o monitoreos, obtendremos niveles exposición o categoría de riesgos que se encuentran por encima de los niveles de acción, Límites de Exposición Ocupacional (LEO) o niveles de riesgos capaces de

Elaborado por:

Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas
ING. DE SEGURIDAD
C.P. 10017

Aprobado por:

Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517032
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".

generar algún daño futuro en los trabajadores. Por ello es necesario tomar medidas de control que reduzcan los niveles obtenidos y podamos tener la certeza que no tendremos alguna enfermedad futura en algunos de nuestros trabajadores.

Nuestra norma sectorial DS 024-2016 EM y su modificatoria DS.023-2017 EM; establecen una jerarquía de controles las cuales se enumeran a continuación:

- **Eliminación.** - Toda acción capaz de eliminar el peligro. Ejm: Automatización del proceso de pintado, uso de camiones autónomos, etc.
- **Sustitución.** - Cambiar el peligro por otro más seguro o diferente que no sea tan peligroso para los trabajadores. Ejm: Cambio de pintura que no contiene agentes cancerígenos.
- **Ingeniería.** - Uso de tecnologías de punta, diseño de infraestructura, métodos de trabajo, selección de equipos, aislamientos, mantener los peligros fuera de la zona de contacto de los trabajadores, entre otros. Ejm: Colocación de pantallas acústicas, colocación de campanas extractoras para humos de soldadura, colectores de polvo en perforadas, etc.
- **Administrativos.** - cambio de procedimiento de trabajo con menor riesgo ergonómico, señalización de áreas de trabajo ruidosas, capacitación y entrenamiento, uso de dispositivo para medir el ajuste de respiradores, etc.
- **Control por EPPs.** - es la última barrera entre el contaminante y el trabajador. Ejm: Respirador cara completa o full face, traje contra químicos, protector auditivo.

8. Contenido del Programa de Salud e Higiene Ocupacional.

El programa de SHO contiene los siguientes Pilares que sostienen la gestión de Salud e Higiene, estos son:

8.1. Salud Ocupacional:

- 8.1.1. Cronograma de exámenes médicos ocupacionales (EMOs).
- 8.1.2. Elaboración de los Registro de entrega de EMOs.
- 8.1.3. Elaboración de los Registro de atenciones médicas.
- 8.1.4. Capacitación en Salud Ocupacional.
- 8.1.5. Elaboración de los Registro de enfermedad (si aplicase).

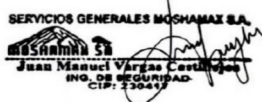
8.2. Higiene Ocupacional:

- 8.2.1. Identificación de los peligros a la salud
- 8.2.2. Evaluación de riesgos a la salud (agentes físicos, químicos, ergonómicos y psicosociales).
- 8.2.3. Elaboración de los registros de monitoreo.

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Cevallos
ING. DE SEGURIDAD
CPI 12047

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodriguez
DNI: 43517032
GERENTE GENERAL



SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 12 de 33

8.2.4. Implementación de controles (según aplique):

8.2.4.1. Control por sustitución

8.2.4.2. Propuesta de controles de Ingeniería

8.2.4.3. Capacitaciones

8.2.4.4. Boletines

8.2.4.5. Campaña Ergonómica.

8.2.5. Inventario de materiales peligrosos con sus HSDM y hojas de aprobación.

8.2.6. Relación de EPP's por puesto de trabajo.

8.2.7. Pausas activas y/o gimnasia Laboral.

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Cerdas
ING. DE SEGURIDAD
C.P. 10447

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodriguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 13 de 33

9. REGISTROS

REGISTRO 01: Registro de monitoreo de agentes físicos, químicos, biológicos, disergonómicos y psicosociales (Formato basado en el RM050-2013 TR).

N° REGISTRO:		REGISTRO DEL MONITOREO DE AGENTES FÍSICOS, QUÍMICOS, BIOLÓGICOS, PSICOSOCIALES Y FACTORES DE RIESGO DISERGONÓMICOS		
DATOS DEL EMPLEADOR:				
1 RAZÓN SOCIAL O DENOMINACIÓN SOCIAL	2 RUC	3 DOMICILIO (Dirección, distrito, departamento, provincia)	4 ACTIVIDAD ECONÓMICA	5 N° TRABAJADORES EN EL CENTRO LABORAL
Corporación Comunal Moyan Alto	20602788181	Jr. Odonovan N° 820 - Cajabamba - Cajamarca	Tercerización Laboral	40
DATOS DEL MONITOREO				
6 ÁREA MONITOREADA	7 FECHA DEL MONITOREO	8 INDICAR TIPO DE RIESGO A SER MONITOREADO (AGENTES FÍSICOS, QUÍMICOS, BIOLÓGICOS, PSICOSOCIALES Y FACTORES DE RIESGO DISERGONÓMICOS)		
9 CUENTA CON PROGRAMA DE MONITOREO (SÍ/NO)	10 FRECUENCIA DE MONITOREO	11 N° TRABAJADORES EXPUESTOS EN EL CENTRO LABORAL		
12 NOMBRE DE LA ORGANIZACIÓN QUE REALIZA EL MONITOREO (De ser el caso)				
Agrega más filas				
13 RESULTADOS DEL MONITOREO				
Agrega más filas				
14 DESCRIPCIÓN DE LAS CAUSAS ANTE DESVIACIONES PRESENTADAS				
Agrega más filas				
15 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES SOBRE LOS RESULTADOS DEL MONITOREO				
Incluir las medidas que se adoptarán para corregir las desviaciones presentadas en el monitoreo.				
Agrega más filas				
ADJUNTAR:				
- Programa anual de monitoreo.				
- Informe con resultados de las mediciones de monitoreo, relación de agentes o factores que son objetos de la muestra, límite permisible del agente monitoreado, metodología empleada, tamaño de muestra, relación de instrumentos utilizados, entre otros.				
- Copia del certificado de calibración de los instrumentos de monitoreo, de ser el caso.				
17 RESPONSABLE DEL REGISTRO				
Nombre:				
Cargo:				
Fecha:				
Firma				

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Juan Manuel Vargas Cevallos
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 19847

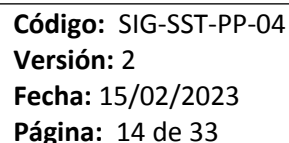
Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".




N° REGISTRO		REGISTRO DE ENFERMEDADES OCUPACIONALES															
DATOS DEL EMPLEADOR PRINCIPAL																	
RAZÓN SOCIAL O DENOMINACIÓN SOCIAL		RUC	DOMICILIO (Dirección, distrito, departamento, provincia)			TIPO DE ACTIVIDAD ECONÓMICA		N° TRABAJADORES EN EL CENTRO LABORAL									
Corporación Comunal Moyan Alto S.A.		20602788181	Jr. Odonovan N° 820- Prov. Cajamarca Dep.- Cajamarca			Tercerización Laboral		40									
AÑO DE INICIO DE LA ACTIVIDAD		COMPLETAR SÓLO EN CASO QUE LAS ACTIVIDADES DEL EMPLEADOR SEAN CONSIDERADAS DE ALTO RIESGO						LÍNEAS DE PRODUCCIÓN Y/O SERVICIOS									
		N° TRABAJADORES AFILIADOS AL SCTR	N° TRABAJADORES NO AFILIADOS AL SCTR			NOMBRE DE LA ASEGURADORA											
01/11/2020		40	40			LA POSITIVA		PENSIÓN Y SALUD									
DATOS DEL EMPLEADOR DE INTERMEDIACIÓN, TERCERIZACIÓN, CONTRATISTA, SUBCONTRATISTA, OTROS:																	
RAZÓN SOCIAL O DENOMINACIÓN SOCIAL		RUC	DOMICILIO (Dirección, distrito, departamento, provincia)			TIPO DE ACTIVIDAD ECONÓMICA		N° TRABAJADORES EN EL CENTRO LABORAL									
AÑO DE INICIO DE LA ACTIVIDAD		COMPLETAR SÓLO EN CASO QUE LAS ACTIVIDADES DEL EMPLEADOR SEAN CONSIDERADAS DE ALTO RIESGO						LÍNEAS DE PRODUCCIÓN Y/O SERVICIOS									
		N° TRABAJADORES AFILIADOS AL SCTR	N° TRABAJADORES NO AFILIADOS AL SCTR			NOMBRE DE LA ASEGURADORA											
DATOS REFERENTES A LA ENFERMEDAD OCUPACIONAL																	
TIPO DE AGENTE QUE ORIGINO LA ENFERMEDAD OCUPACIONAL	N° ENFERMEDADES OCUPACIONALES PRESENTADAS EN CADA MES POR TIPO DE AGENTE											NOMBRE DE LA ENFERMEDAD OCUPACIONAL	PARTE DEL CUERPO O SISTEMA DEL TRABAJADOR AFECTADO	N° TRABAJADORES AFECTADOS	ÁREAS	N° DE CAMBIO DE PUESTOS GENERADOS DENTRO DEL CASO	
	AÑO 2021																
	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N						D
Q5	X	0	0	0	0	0	0	0					Neumoconiosis no especificado	Breve lesión pulmón	01	Servicios Generales	Operario
TABLA REFERENCIAL 1: TIPOS DE AGENTES																	
FÍSICO		QUÍMICO		BIOLÓGICO		DISERGONÓMICO		PSICOSOCIALES									
RUIDO	F1	GASES	Q1	VIRUS	B1	MANIPULACIÓN INADECUADA DE CARGA	D1	HOSTIGAMIENTO PSICOLÓGICO	P1								
VIBRACIÓN	F2	VAPORES	Q2	BACILOS	B2	DISEÑO DE PUESTO INADECUADO	D2	ESTRÉS LABORAL	P2								
ILUMINACIÓN	F3	NEBLINAS	Q3	BACTERIAS	B3	POSTURAS INADECUADAS	D3	TURNO ROTATIVO	P3								
VENTILACIÓN	F4	ROCÍO	Q4	HONGOS	B4	TRABAJO REPETITIVO	D4	FALTA DE COMUNICACIÓN Y ENTRENAMIENTO	P4								
PRESIÓN ALTA O BAJA	F5	POLVO	Q5	PARÁSITOS	B5	OTROS, INDICAR	D5	AUTORITARISMO	P5								
TEMPERATURA (CALOR O FRÍO)	F6	HUMOS	Q6	INSECTOS	B6			OTROS, INDICAR	P6								
HUMEDAD	F7	LÍQUIDOS	Q7	ROEDORES	B7												
RADIACIÓN EN GENERAL	F8	OTROS, INDICAR	Q8	OTROS, INDICAR	B8												
OTROS, INDICAR	F9																
DETALLES DE LAS CAUSAS QUE GENERAN LAS ENFERMEDADES OCUPACIONALES POR TIPO DE AGENTE																	

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.


 Victoria Polo Rodríguez
 DNI: 43517012
 GERENTE GENERAL



Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia"

	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023	Código: SIG-SST-PP-04 Versión: 2 Fecha: 15/02/2023 Página: 15 de 33
---	--	--

10. ANEXOS:

Definiciones:

- **Salud ocupacional:** Rama de la salud pública que tiene por finalidad promover y mantener el más alto grado posible de bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las ocupaciones, prevenir todo daño a la salud causado por las condiciones de trabajo y por los factores de riesgo; y adecuar el trabajo al trabajador, atendiendo a sus aptitudes y capacidades.
- **Enfermedades ocupacionales:** Es el daño orgánico o funcional ocasionado al trabajador como resultado de la exposición a factores de riesgos físicos, químicos, biológicos, psicosociales y disergonómicos, inherentes a la actividad laboral.
- **Higiene ocupacional:** Es una especialidad no médica orientada a identificar, reconocer, evaluar y controlar los factores de riesgo ocupacionales (físicos, químicos, biológicos, psicosociales, disergonómicos y otros) que puedan afectar la salud de los trabajadores, con la finalidad de prevenir las enfermedades ocupacionales.
- **Ergonomía:** La ergonomía es la disciplina que se encarga del diseño de lugares de trabajo, herramientas y tareas, de modo que coincidan con las características fisiológicas, anatómicas, psicológicas y las capacidades de los trabajadores que se verán involucrados.
- **Fatiga:** Falta de energía, falta de motivación, estrés emocional, aburrimiento, monotonía. También puede ser el resultado de trastorno psicológico o fisiológico grave como consecuencia de anemia, insomnio, apnea, hipotiroidismo, depresión, aflicción, consumo de alcohol y drogas, ingesta de algunos alimentos minutos antes de dormir.
- **Somnolencia:** Estado en el que se tiene sensación de cansancio, pesadez, sueño, embotamiento de los sentidos y torpeza en los movimientos.
- **Peligro:** Situación o característica intrínseca de algo capaz de ocasionar daños a las personas, equipos, procesos y ambiente.
- **Agentes ocupacionales físico:** todo aquel peligro de naturaleza mecánica capaz de generar algún daño a la salud de los trabajadores. Ejm: ruido, vibración, iluminación deficiente o

Elaborado por: Coordinador SIG 05/02/2023	 SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A. Juan Manuel Vargas Cerdas ING. DE SEGURIDAD CIP. 15047	Aprobado por: Gerente General 15/02/2023	 SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A. Victoria Polo Rodriguez DNI: 43517012 GERENTE GENERAL
--	--	---	---

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 16 de 33

excesiva, radiación ionizante o no ionizante, etc.

- **Agente ocupacional químico:** peligro de naturaleza química el cual puede ingresar por las vía respiratoria, digestiva, dérmica o parenteral con el potencial de generar daño a la salud de los trabajadores. Ejm: polvo respirable e inhalable, sílice, vapor de mercurio, humos de soldadura, gases de HCN, compuestos orgánicos volátiles, etc.
- **Agente ocupacional biológico:** Todo aquel organismo vivo que tenga potencial de general daño al trabajador. Ejm: hongos, bacterias, virus, etc.
- **Agente ocupacional ergonómico:** Toda aquella actividad mecánica realizada por el trabajador capaz de generar alguna lesión musculo esquelética cuando es ejecutada de manera inadecuada. Ejm: levantamiento y transporte manual de cargas, posturas forzadas, empuje y tracción, movimiento repetitivo y fuerzas.
- **Factores psicosociales:** Se refieren a las interacciones entre el trabajo, medio ambiente, y condiciones de trabajo por un lado y por otro, las capacidades del trabajador, sus necesidades, cultura y consideraciones personales que a través de percepciones y experiencias puedan influir en la salud, en el rendimiento y en la satisfacción del trabajo.

ANEXO 01. Matriz de Riesgos a la Salud por puesto de trabajo (SE ADJUNTA AL FINAL)

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Cevallos
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 17047

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL



SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 17 de 33

ANEXO 02: Matriz de Identificación de Peligros de Higiene Ocupacional



SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN MATRIZ DE IDENTIFICACIÓN DE PELIGROS DE AGENTES FÍSICOS, QUÍMICOS, ERGONOMÍCOS Y PSICOSOCIALES

Código: SIG-SST-F-26
Version: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 1 de 1

EMPRESA:		MOSHAMAX S.A.						NOMBRE DE SPONSOR			JUAN BACÓN			
ÁREA /SPONSOR :		ADMINISTRACIÓN						N° TOTAL DE TRABAJADORES			99			
OPERACIÓN:		SHAHUINDO		AGENTES FISICOS							AGENTES BIOLÓGICOS	ERGONOMÍCOS	PSICOSOCIAL	
ÍTEM	ACTIVIDAD	PUESTO	POBLACIÓN	RUIDO		RADIACIÓN UV	ESTRÉS TÉRMICO		AG. QUÍMICO	ILUMINACIÓN(*)	(MOHOS, LEVADURAS, AEROBIOS MESÓFILOS, STAPHYLOCOCCUS AUREUS)	ERGONOMÍA	PSICOSOCIAL	
				DOSIMETRÍA	SONOMETRÍA	CAMPO LABORAL	FRIO	CALOR	CL₂	OFICINA		POSTURA DE TRABAJO / MANIPULACION DE CARGAS		
1	LINEA DE SUPERVISION	ADMINISTRADOR DE COMEDOR	2		1					4		2		
2		SUPERVISOR DE COMEDOR	2											
3		JEFE DE OPERACIONES	1											
4		ING. DE SEGURIDAD	2											
5		JEFE DE CALIDAD	1											
6		SUPERVISOR DE CALIDAD	1											
7		NUTRICIONISTA	1											
9	OPERATIVO	ALMACENEROS	5		1	1	1			50	2	10	35	
10		MAESTROS DE COCINA	4	1										
11		COCINEROS / AYUDANTES DE COCINA	22	2				1						
12		MAESTRO PASTELERO Y PANADERO	2											
13		PANADERO	2					1						
14		AUXILIAR GENERAL	47	3					1					
15		CONTROL DE COMENSALES	2											
16	ADMINISTRATIVA	GERENTE	1		1					3		2		
17		ADMINISTRADOR DE CONTRATO	1											
18		JEFE DE RR.HH.	1											
19		ASISTENTE DE RR.HH.	2											
20		ASISTENTE ADMINISTRATIVO	1											
21		JEFE COMERCIAL	1											
22		BIENESTAR SOCIAL	1											
TOTAL			102	6	3	1	1	2	1	57	2	14	35	

(*) : Número de ambientes

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
JUAN MANUEL VARGAS CASTELLANO
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 230417

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
VICTORIA POLO RODRIGUEZ
GERENTE GENERAL
DNI: 43517012

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio Digital, una vez impreso es una COPIA NO CONTROLADA, Antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".

Elaborado por:

Coordinador SIG

05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
JUAN MANUEL VARGAS CASTELLANO
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 230417

Aprobado por:

Gerente General

15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
VICTORIA POLO RODRIGUEZ
GERENTE GENERAL
DNI: 43517012

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una COPIA NO CONTROLADA, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 18 de 33



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
MATRIZ DE RIESGOS A LA SALUD POR PUESTO DE TRABAJO**

Código: SIG-SST-MA-01
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 1 de 1

SUB PROCESO	ACTIVIDAD	TAREA	PELIGRO	DETALLE DEL PELIGRO	RIESGO	POSIBLE CONSECUENCIA	EVALUACIÓN DE RIESGO INICIAL			CONTROLES A IMPLEMENTAR					RIESGO RESIDUAL			RESPONSABLE DE SEGUIMIENTO
							SEVERIDAD	PROBABILIDAD	NIVEL DE RIESGO	ELIMINACIÓN	SUSTITUCIÓN	INGENIERIA	ADMINISTRATIVO	EPP	SEVERIDAD	PROBABILIDAD	NIVEL DE RIESGO (PxS)	
GESTIÓN ADMINISTRATIVA		TRABAJOS ADMINISTRATIVOS Y CONTROL DOCUMENTARIO	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	* Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Uso de equipos para el traslado de materiales. 2. Realizar pausas activas en las charlas. 3. Capacitación en pausas activas. 4. Capacitación en ergonomía. 5. Monitoreos ocupacionales. 6. Charla inicio de semana sobre fatiga y somnolencia, con dinámica. 7. No exceder la carga de 25 Kg en hombres y 15 Kg en mujeres.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
			7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.2 Espacios de trabajo reducidos, restringido	Exposición a Posturas inadecuadas	* Trastorno músculo - esquelético.	4	C	18				1. Señalizaciones. 2. Aforo de personal. 3. Mantener orden y limpieza.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
			7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	* Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Realizar pausas activas. 2. Capacitación en Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
			8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral (moobing)	Fatiga/ estrés laboral	* Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	B	9				1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.		3	C	13	ING. DE SEGURIDAD
			8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	* Cefalea * Cansancio * Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
			8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.4 Horas de trabajo prolongadas/ excesivas	Fatiga/ estrés	* Cefalea * Cansancio * Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Monitoreo ocupacional.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
			8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	* Cefalea * Cansancio * Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.		5	D	24	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
JUAN MANUEL VARGAS CESTUQUE
ING. DE SEGURIDAD
CIP. 13647

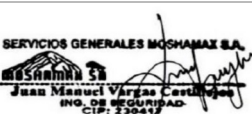
Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

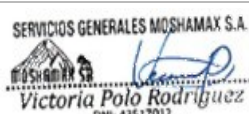
Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una COPIA NO CONTROLADA, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".

SUPERVISIÓN EN CAMPO	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Uso de equipos para el traslado de materiales. 2. Realizar pausas activas en las charlas. 3. Capacitación en pausas activas. 4. Capacitación en ergonomía. 5. Monitoreos ocupacionales. 6. Charla inicio de semana sobre fatiga y somnolencia, con dinámica. 7. No exceder la carga de 25 Kg en hombres y 15 Kg en mujeres.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral (mobbing)	Fatiga/ estrés laboral	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13			1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	c	13			1. Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	Estrés/Fatiga	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	B	14			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.	4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/Estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	5. PELIGROS FISICOS	5.7 Radiación UV	Exposición a radiación UV	• Afectación de la piel • Catarata. • Cáncer a la piel.	4	C	18			1. Uso de bloqueador solar mayor a 60 FPS. 2. Uso de tapa nuca.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	6. PELIGROS BIOLOGICOS	6.1 Agentes patógenos (Virus, hongos, bacterias) en aire, suelo o agua	Exposición a agentes biológicos en aire, suelo o agua	• Infección respiratoria o gastrointestinal. • Infección de la piel • Cefalea	5	C	22			1. Desinfectarse las manos constantemente. 2. Desinfectar los objetos de la oficina. 3. Mantener orden y limpieza.	5	D	24	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Uso de equipos para el traslado de materiales. 2. Realizar pausas activas en las charlas. 3. Capacitación en pausas activas. 4. Capacitación en ergonomía. 5. Monitoreos ocupacionales. 6. Charla inicio de semana sobre fatiga y somnolencia, con dinámica. 7. No exceder la carga de 25 Kg en hombres y 15 Kg en mujeres.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Cevallos
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 13647

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 20 de 33

RECEPCIÓN, DESPACHO DE PRODUCTOS QUÍMICOS Y EPP	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Realizar pausas activas. 2. Capacitación en: Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13		1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	1. Casco, lentes, zapato de seguridad, barbiquejo, guantes.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13			1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	c	13			1. Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.6 Fatiga y Somnolencia	Exposición a la fatiga y somnolencia, choque o colisión, atropello	• Contusión • Fractura	4	C	18			1. Reportar inmediatamente al supervisor. 2. Derecho a decir "NO" si es que el trabajador está fatigado. 3. Reportar si está tomando algún medicamento a su supervisor antes de realizar sus actividades.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	5. PELIGROS FISICOS	5.7 Radiación UV	Exposición a radiación UV	• Afectación de la piel • Catarata. • Cáncer a la piel.	4	C	18			1. Uso de bloqueador solar mayor a 60 FPS. 2. Uso de tapa nuca.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Uso de equipos para el traslado de materiales. 2. Realizar pausas activas en las charlas. 3. Capacitación en pausas activas. 4. Capacitación en: ergonomía. 5. Monitoreos ocupacionales. 6. Charla inicio de semana sobre fatiga y somnolencia, con dinámica. 7. No exceder la carga de 25 Kg en hombres y 15 Kg en mujeres.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Jesús Masucci Vargas Cestumbe
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 13647

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 21 de 33

CONTROL
LOGÍSTICA

	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(mobbing)	Fatiga/ estrés laboral	* Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD	
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	* Cefalea * Cansancio * Agotamiento o pérdida de energía.	4	B	14				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.	4	C	18	ING. DE SEGURIDAD	
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	*Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Uso de equipos para el traslado de materiales. 2. Realizar pausas activas en las charlas. 3. Capacitación en pausas activas. 4. Capacitación en ergonomía. 5. Monitoreos ocupacionales. 6. Charla inicios de semana sobre fatiga y somnolencia, con dinámica. 7. No exceder la carga de 25 Kg en hombres y 15 Kg en mujeres.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD	
	5. PELIGROS FISICOS	5.2 Estrés térmico (frío o calor intenso)	Exposición a ambientes con altas o muy bajas temperaturas	* Hipotermia * Deshidratación * Infección respiratoria	2	C	8				1. Uso de ropa térmica antes del ingreso a cámaras. 2.Desconectar contenedor de refrigeración antes de ingresar para carga y descarga. 3. Señalizar el área e indicar las temperaturas.	1. Uso de ropa térmica.	2	D	12	ING. DE SEGURIDAD
	5. PELIGROS FISICOS	5.7 Radiación UV	Exposición a radiación UV	* Afectación de la piel * Catarata. * Cáncer a la piel.	4	C	18				1. Uso de bloqueador solar mayor a 60 FPS. 2. Uso de tapa nuca.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	*Trastorno músculo - esquelético.	4	C	18				1. Uso de equipos para el traslado de materiales. 2. Realizar pausas activas en las charlas. 3. Capacitación en pausas activas. 4. Capacitación en ergonomía. 5. Monitoreos ocupacionales. 6. Charla inicios de semana sobre fatiga y somnolencia, con dinámica.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	*Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Realizar pausas activas . 2. Capacitación en: Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
RECEPCIÓN, ALMACENAMIENTO Y DESPACHO DE	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	*Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	1. Casco, lentes, zapato de seguridad, barbiquejo, guantes.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD

RECEPCIÓN,
ALMACENAMIENTO
Y DESPACHO DE

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
JUAN MANUEL VARGAS CESTUQUE
ING. DE SEGURIDAD
CIP. 13647

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una COPIA NO CONTROLADA, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".

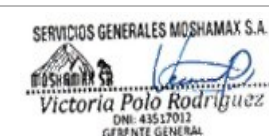
MATERIA PRIMA E INSUMOS	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	c	13				1.Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.		4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.4 Horas de trabajo prolongadas/ excesivas	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	19				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Monitoreo ocupacional.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.		4	D	18	ING. DE SEGURIDAD
	1. PELIGROS MECÁNICOS	1.4 Espacios abiertos	Caída de persona al mismo /distinto nivel	• Contusión • Herida • Fractura • Lesión • Dislocaciones	4	C	18				1. Señalizar el área de trabajo. 2. Orden y limpieza 3. Evitar hablar por celular .	Casco, lentes, bariquejo, zapato de seguridad, guantes	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	5. PELIGROS FÍSICOS	5.7 Radiación UV	Exposición a radiación UV	• Afectación de la piel • Catarata. • Cáncer a la piel.	4	C	18				1. Uso de bloqueador solar mayor a 60 FPS. 2. Uso de tapa nuca.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	• Trastorno músculo - esquelético.	4	C	18				1. Uso de equipos para el traslado de materiales. 2. Realizar pausas activas en las charlas. 3. Capacitación en pausas activas. 4. Capacitación en ergonomía. 5. Monitoreos ocupacionales. 6. Charla inicios de semana sobre fatiga y somnolencia, con dinámico. 7. No exceder la carga de 25 Kg en hombres y 15 Kg en mujeres.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Realizar pausas activas . 2. Capacitación en: Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Cevallos
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 13647

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 23 de 33

CARGA Y DESCARGA DE ALIMENTOS A COMEDORES SATELITALES	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13		1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	1. Casco, lentes, zapato de seguridad, barbiquejo, guantes.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13			1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	c	13			1. Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.		4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.4 Horas de trabajo prolongadas/ excesivas	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	19			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Monitoreo ocupacional.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.		4	D	18	ING. DE SEGURIDAD
	5. PELIGROS FISICOS	5.10 Ruidos mayor a 85dB	Sobre exposición al ruido	• Hipoacusia inducida por ruido	3	C	13			1. Utilizar tapones auditivos. 2. Tener en cuenta los rangos de tiempo permitidos para permanecer en el área.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Uso de equipos para el traslado de materiales. 2. Realizar pausas activas en las charlas. 3. Capacitación en pausas activas. 4. Capacitación en ergonomía. 5. Monitoreos ocupacionales. 6. Charla inicios de semana sobre fatiga y somnolencia, con dinámica. 7. No exceder la carga de 25 Kg en hombres y 15 Kg en mujeres.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Realizar pausas activas . 2. Capacitación en Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
Juan Manuel Vargas Castellanos
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 13647

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una COPIA NO CONTROLADA, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 24 de 33

PRE ELABORADO MANUAL Y MECÁNICO DE TUBERCULOS Y VERDURAS	7. PELIGROS ERGONOMÍCOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	* Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Capacitar en el instructivo del manual de cargas. 4. Monitoreos ocupacionales. 5. Capacitaciones de ergonomía.	1. Casco, lentes, zapato de seguridad, barbiquejo, guantes.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	* Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	* Cefalea * Cansancio * Agotamiento o pérdida de energía.	4	B	14				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.		4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	c	13				1. Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shalvindo		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
ELABORACIÓN Y TRASLADO DE ENSALADA, JUGOS, REFRESCOS Y OTROS	5. PELIGROS FISICOS	5.10 Ruidos mayor a 85dB	Sobre exposición al ruido	* Hipoacusia inducida por ruido	3	C	13				1. Utilizar tapones auditivos. 2. Tener en cuenta los rangos de tiempo permitidos para permanecer en el área.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONOMÍCOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	* Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Señalizaciones. 2. Aforo de personal. 3. Mantener orden y limpieza.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONOMÍCOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	* Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Realizar pausas activas . 2. Capacitación en: Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONOMÍCOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	* Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	1. Casco, lentes, zapato de seguridad, barbiquejo, guantes.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	* Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
JUAN MANUEL VARGAS CESTUQUE
ING. DE SEGURIDAD
CIP. 13647

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 25 de 33

PREPARACIÓN DE ALIMENTOS CALIENTES EN COMEDOR PRINCIPAL	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1. Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	5. PELIGROS FISICOS	5.2 Estrés térmico (frío o calor intenso)	Exposición a ambientes con altas o muy bajas temperaturas	• Deshidratación • Infección respiratoria • Fatiga	4	C	18				1. Mantenimiento y limpieza de campanas extractoras.	5	C	22	ING. DE SEGURIDAD
	5. PELIGROS FISICOS	5.10 Ruidos mayor a 85dB	Sobre exposición al ruido	• Hipoacusia inducida por ruido	3	D	17				1. Utilizar tapones auditivos. 2. Tener en cuenta los rangos de tiempo permitidos para permanecer en el área.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Realizar pausas activas. 2. Capacitación en: Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13		1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.		1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1. Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	5. PELIGROS FISICOS	5.2 Estrés térmico (frío o calor intenso)	Exposición a ambientes con altas o muy bajas temperaturas	• Deshidratación • Infección respiratoria • Fatiga	4	C	18				1. Mantenimiento y limpieza de campanas extractoras. 2. Mantenimiento de los ventiladores.	5	C	22	ING. DE SEGURIDAD
	5. PELIGROS FISICOS	5.10 Ruidos mayor a 85dB	Sobre exposición al ruido	• Hipoacusia inducida por ruido	3	C	13				1. Utilizar tapones auditivos. 2. Tener en cuenta los rangos de tiempo permitidos para permanecer en el área.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Señalizaciones. 2. Aforo de personal. 3. Mantener orden y limpieza.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Realizar pausas activas. 2. Capacitación en: Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
JUAN MANUEL VARGAS CESTUQUE
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 13664

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 26 de 33

SERVICIO DE ALIMENTACIÓN	PREPARACIÓN DE ALIMENTOS CALIENTES EN COCINA ANEXA	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	1. Casco, lentes, zapato de seguridad, barbiquejo, guantes.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
		8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
		8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	c	13				1.Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
		8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	B	14				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.		4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
		8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.		4	D	18	ING. DE SEGURIDAD
	PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS	5. PELIGROS FISICOS	5.2 Estrés térmico (frío o calor intenso)	Exposición a ambientes con altas o muy bajas temperaturas	• Hipotermia • Deshidratación • Infección respiratoria	4	D	21				1. Uso de ropa térmica antes del ingreso a cámaras. 2.Desconectar contenedor de refrigeración antes de ingresar para carga y descarga. 3. Señalizar el área e indicar las temperaturas.		4	E	22	ING. DE SEGURIDAD
		5. PELIGROS FISICOS	5.10 Ruidos mayor a 85dB	Sobre exposición al ruido	• Hipoacusia inducida por ruido	3	D	17				1. Utilizar tapones auditivos. 2. Tener en cuenta los rangos de tiempo permitidos para permanecer en el área.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
		7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Uso de equipos para el traslado de materiales. 2. Realizar pausas activas en las charlas. 3. Capacitación en pausas activas. 4. Capacitación en: ergonomía. 5. Monitoreos ocupacionales. 6. Charla inicios de semana sobre fatiga y somnolencia, con dinámica. 7. No exceder la carga de 25 Kg en hombres y 15 Kg en mujeres.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
		7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Realizar pausas activas. 2. Capacitación en: Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
		7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Capacitar en el instructivo del manual de cargas. 4. Monitoreos ocupacionales. 5. Capacitaciones de ergonomía.	1. Casco, lentes, zapato de seguridad, barbiquejo, guantes.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
JESSE MORALES VARGAS CESTUQUE
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 13647

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 27 de 33

8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	B	14			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.	4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.4 Horas de trabajo prolongadas/ excesivas	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Monitoreo ocupacional.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.	4	D	18	ING. DE SEGURIDAD
7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Realizar pausas activas . 2. Capacitación en: Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13		1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(mobbing)	Fatiga/ estrés laboral	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13			1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13			1. Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.2 Agresión física o verbal	Exposición a la agresión física o verbal y/o a la propiedad	• Contusión • Daño a infraestructura o equipo.	4	C	18			1. Sanciones según RISSOMA. 2. Capacitación en RIT. 3. Capacitación en liderazgo. 4. Reporte inmediato al supervisor .	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Señalizaciones. 2. Aforo de personal. 3. Mantener orden y limpieza.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13		1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
JUAN MANUEL VARGAS CESTUQUE
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 13647

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Castellanos
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 138417

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 29 de 33

LIMPIEZA DE PLANTA DE PRODUCCIÓN Y COMEDOR	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	B	14			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.	4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.4 Horas de trabajo prolongadas/ excesivas	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Monitoreo ocupacional.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Realizar pausas activas. 2. Capacitación en Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13	1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona, apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Capacitar en el instructivo del manual de cargas. 4. Monitoreos ocupacionales. 5. Capacitaciones de ergonomía.	1. Casco, lentes, zapato de seguridad, barbiqueo, guantes.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13			1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13			1.Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.2 Agresión física o verbal	Exposición a la agresión física o verbal y/o a la propiedad	• Contusión • Daño a infraestructura o equipo.	4	C	18			1. Sanciones según RISSOMA. 2. Capacitación en RIT. 3. Capacitación en liderazgo. 4. Reporte inmediato al supervisor .	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	B	14			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.	4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.4 Horas de trabajo prolongadas/ excesivas	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Monitoreo ocupacional.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Jesús Manuel Vargas Castellón
ING. DE SEGURIDAD
CIP. 13667

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

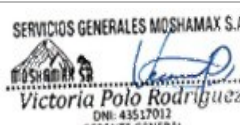
MANIPULACIÓN DE GLP	5. PELIGROS FÍSICOS	5.7 Radiación UV	Exposición a radiación UV	<ul style="list-style-type: none">• Afectación de la piel• Catarata.• Cáncer a la piel.	4	C	18				1. Uso de bloqueador solar. 2. Uso de tapa nuca.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	<ul style="list-style-type: none">• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Señalizaciones. 2. Aforo de personal. 3. Mantener orden y limpieza.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	<ul style="list-style-type: none">• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Realizar pausas activas . 2. Capacitación en: Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	<ul style="list-style-type: none">• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13		1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	1. Casco, lentes, zapato de seguridad, barbiqueo, guantes.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD	
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	<ul style="list-style-type: none">• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13			1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD	
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	<ul style="list-style-type: none">Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	c	13			1.Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD	
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.2 Agresión física o verbal	Exposición a la agresión física o verbal y/o a la propiedad	<ul style="list-style-type: none">• Contusión• Daño a infraestructura o equipo.	4	C	18			1. Sanciones según RISSOMA. 2. Capacitación en RIT. 3. Capacitación en liderazgo. 4. Reporte inmediato al supervisor .		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD	
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Alcohol/ Drogas	Pérdida de Capacidad Física, psicológica	<ul style="list-style-type: none">• Contusión• Decaimiento• Confusión	5	C	22			1. Aplicar las 12 reglas por la vida 2. Prohibido ingresar bajo el ingesta de alcohol y drogas 3. Sanciones de ACUERDO AL RISSOMA		5	C	22	ING. DE SEGURIDAD	
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	<ul style="list-style-type: none">• Cefalea• Cansancio• Agotamiento o pérdida de energía.	4	B	14			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.		4	C	18	ING. DE SEGURIDAD	
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.4 Horas de trabajo prolongadas/ excesivas	Fatiga/ estrés	<ul style="list-style-type: none">• Cefalea• Cansancio• Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Monitoreo ocupacional.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD	

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Castellanos
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 13647

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 31 de 33

			8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
SERVICIO	ATENCIÓN EN LINEA DE SERVICIO		7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.1 Carga postural estática	Exposición a posturas inadecuadas	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Señalizaciones. 2. Aforo de personal. 3. Mantener orden y limpieza.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
			7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Realizar pausas activas. 2. Capacitación en Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
			7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13		1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
			8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13			1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
			8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13			1.Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
			8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.2 Agresión física o verbal	Exposición a la agresión física o verbal y/o a la propiedad	• Contusión • Daño a infraestructura o equipo.	4	C	18			1. Sanciones según RISSOMA. 2. Capacitación en RIT. 3. Capacitación en liderazgo. 4. Reporte inmediato al supervisor .	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
			8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	Estrés/ Fatiga	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	B	14			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.	4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
			8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.4 Horas de trabajo prolongadas/ excesivas	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Monitoreo ocupacional.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
			8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18			1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
JUAN MANUEL VARGAS CESTUQUE
ING. DE SEGURIDAD
CIP. 13647

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL



**SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN
PROGRAMA ANUAL DE SALUD E
HIGIENE OCUPACIONAL 2023**

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 32 de 33

			5. PELIGROS FÍSICOS	5.10 Ruidos mayor a 85dB	Sobre exposición al ruido	• Hipoacusia inducida por ruido	3	C	13				1. Utilizar tapones auditivos. 2. Tener en cuenta los rangos de tiempo permitidos para permanecer en el área.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
			6. PELIGROS BIOLÓGICOS	6.1 Agentes patógenos (Virus, hongos, bacterias) en aire, suelo o agua	Exposición a agentes biológicos en aire, suelo o agua	• Infección respiratoria o gastrointestinal. • Infección de la piel • Cefalea	5	C	22				1. Desinfectarse las manos constantemente. 2. Desinfectar los objetos de la oficina. 3. Mantener orden y limpieza.	5	D	24	ING. DE SEGURIDAD
			6. PELIGROS BIOLÓGICOS	6.2 Virus SARS COV2	Exposición a covid19	• Infección por COVID-19	4	B	14			1. Tercera dosis de vacuna. 2. Uso de dispensadores digitales de alcohol.	1. Lavarse las manos con agua y jabón por 20 segundos o desinfectarse con alcohol en gel. 2. Carnet de vacunación.	4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
LAVADO	LAVADO DE VAJILLA EN MÁQUINA INDUSTRIAL	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Realizar pausas activas. 2. Capacitación en: Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
		7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13			1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	1. Casco, lentes, zapato de seguridad, barbiqjeo, guantes.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
		8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
		8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1. Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo		3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
		8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.2 Agresión física o verbal	Exposición a la agresión física o verbal y/o a la propiedad	• Contusión • Daño a infraestructura o equipo.	4	C	18				1. Sanciones según RISSOMA. 2. Capacitación en RIT. 3. Capacitación en liderazgo. 4. Reporte inmediato al supervisor .		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
		8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	B	14				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.		4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
		8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.4 Horas de trabajo prolongadas/ excesivas	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Monitoreo ocupacional.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
		8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.		4	D	21	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
JUAN MANUEL VARGAS CESTUQUE
ING. DE SEGURIDAD
CIP. 13667

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.
MOSHAMAX S.A.
Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una **COPIA NO CONTROLADA**, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".



SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN PROGRAMA ANUAL DE SALUD E HIGIENE OCUPACIONAL 2023

Código: SIG-SST-PP-04
Versión: 2
Fecha: 15/02/2023
Página: 33 de 33

LAVADO DE LAVAFONDOS	5. PELIGROS FÍSICOS	5.10 Ruidos mayor a 85dB	Sobre exposición al ruido	• Hipoacusia inducida por ruido	3	C	13				1. Utilizar tapones auditivos. 2. Tener en cuenta los rangos de tiempo permitidos para permanecer en el área.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.4 Movimientos repetitivos	Exposición a movimientos repetitivos	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13				1. Realizar pausas activas . 2. Capacitación en: Ergonomía. 3. Monitoreos ocupacionales.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	7. PELIGROS ERGONÓMICOS	7.5 Manipulación de objetos o materiales mayor a 25kg (varón) y 15 kg (mujeres)	Esfuerzo por carga o movimiento de materiales o equipos pesados.	• Trastorno músculo - esquelético.	3	C	13		1. Uso de carrito transportador. 2. Uso de Camdolly.	1. No exceder cargar más de 25 Kg. en hombres y 15 Kg para mujeres. 2. Si la carga supera el límite permitido por persona apoyarse con un compañero para distribuir las cargas. 3. Monitoreos ocupacionales. 4. Capacitaciones de ergonomía.	1. Casco, lentes, zapato de seguridad, barbiqueo, guantes.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.1 Acoso laboral(moobing)	Fatiga/ estrés laboral	• Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1. Capacitación sobre el acoso laboral. 2. Sanciones según RIT en caso de acoso. 3. Capacitación en RIT. 4. Monitoreo ocupacional. 5. Reporte inmediato al supervisor.	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	hostigamiento sexual	Fatiga/ estrés	Ansiedad, angustia, irritabilidad, fatiga, depresión, agresividad, baja autoestima, estrés, disminución del rendimiento laboral, falta de atención, frustración.	3	C	13				1.Reporte inmediato a RRHH. 2. Denuncia ante el comité de Hostigamiento sexual Moshamax. 3. Denuncias al comité de hostigamiento sexual shahuindo	3	D	17	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.2 Agresión física o verbal	Exposición a la agresión física o verbal y/o a la propiedad	• Contusión • Daño a infraestructura o equipo.	4	C	18				1. Sanciones según RISSOMA. 2. Capacitación en RIT. 3. Capacitación en liderazgo. 4. Reporte inmediato al supervisor .	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.3 Sobre carga laboral	estrés/ Fatiga	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	B	14				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Campaña de pausas activas. 3. Pausas activas. 4. Capacitación en riesgos psicosociales. 5. Monitoreo ocupacional.	4	C	18	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.4 Horas de trabajo prolongadas/ excesivas	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Monitoreo ocupacional.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD
	8. PELIGROS PSICOSOCIALES	8.5 Monotonía/repetitividad de la tarea.	Fatiga/ estrés	• Cefalea • Cansancio • Agotamiento o pérdida de energía.	4	C	18				1. Programación y cumplimiento del roster de personal, no exceder de 14x7 en régimen acumulativo. 2. Pausas activas. 3. Capacitación en riesgos psicosociales. 4. Cumplir sus horarios de trabajo.	4	D	21	ING. DE SEGURIDAD

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Castellanos
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 13047

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI N° 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio Digital, una vez impreso es una COPIA NO CONTROLADA, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".

Elaborado por:
Coordinador SIG
05/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Juan Manuel Vargas Castellanos
ING. DE SEGURIDAD
CIP: 13047

Aprobado por:
Gerente General
15/02/2023

SERVICIOS GENERALES MOSHAMAX S.A.

Victoria Polo Rodríguez
DNI: 43517012
GERENTE GENERAL

Advertencia: "El presente documento solo es vigente en medio digital, una vez impreso es una COPIA NO CONTROLADA, antes de utilizarlo, deberá verificar su vigencia".