



---

## **Comité de Seguridad, Salud y Ambiente**

---



# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Salud y seguridad en vacaciones



Las vacaciones son un tiempo para descansar y relajarse. Pero si no se toman las medidas necesarias, pueden propiciar el contagio de algunas enfermedades.

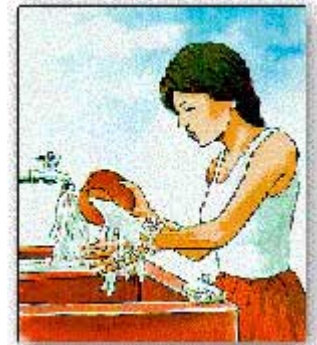
En este boletín te haremos unas recomendaciones para que las tomes en cuenta antes de salir de la Universidad y durante las vacaciones.

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Medidas de higiene

- Lava y desinfecta las superficies y equipos usados en la preparación de alimentos.
- Si no dispones de agua potable, hierva esta antes de tomarla.
- Cocina bien los alimentos y evita comer carnes crudas.
- Lávate las manos antes de las comidas.



# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Medidas para evitar la deshidratación

- Consume mucho líquido (preferentemente agua), sin esperar a tener sed.
- Evita la exposición prolongada al sol entre las 11:00 a.m. y las 4:00 p.m.
- Protégete del sol usando sombrero y cremas solares adecuadas.
- Utiliza ropa liviana, de colores claros, calzado fresco y cómodo.
- Come frutas y verduras que favorecen la hidratación.



# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Evita la formación de criaderos de zancudos

Es importante deshacerse de todos aquellos objetos que puedan almacenar agua, ya que en ellos suelen reproducirse las larvas del mosquito. Al respecto, te recomendamos lo siguiente:

- Revisa las pilas, de preferencia con lámpara en mano. Si observas larvas o cabezones, elimínalos inmediatamente lavando el depósito con mascón y detergente.
- Revisa si hay depósitos o barriles con agua para uso doméstico y corrobora que estén completamente tapados.



## TODOS CONTRA EL DENGUE



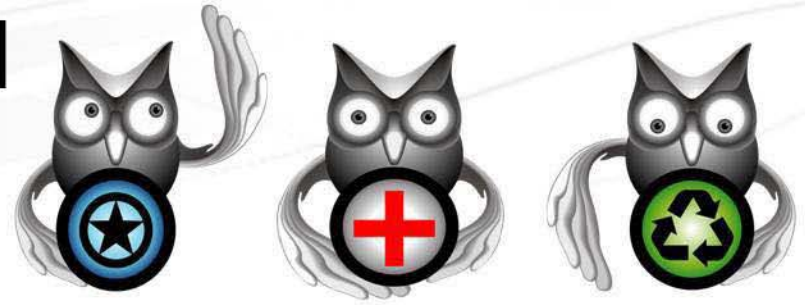
**Eliminemos los criaderos**

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



- Revisa el patio de la casa tratando de identificar objetos inservibles que puedan acumular agua, tales como botellas, cubetas, llantas, guacales, vasos, bolsas, plásticos, estopas de coco, juguetes, zapatos, etc.
- Si posees plantas con agua, sustituye el agua por arena o cambia el líquido cada 5 días.
- Limpia las canaletas de la casa.
- Revisa tu lugar de trabajo y sus alrededores en busca de recipientes u objetos que almacenen agua y elimínalos.

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Medidas para evitar accidentes de tránsito y tener viajes seguros

- Revisa las condiciones mecánicas del auto (aceite, líquido de los frenos y agua).
- Revisa las llantas en uso y la de repuesto.
- Revisa las luces y los frenos.
- Utiliza el cinturón de seguridad en carretera.
- Acata las indicaciones brindadas por agentes de seguridad.



# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



- Si consumes bebidas alcohólicas, no manejes; siempre designa a un conductor responsable.

- No utilices el teléfono celular cuando manejes; esto puede causar distracción y originar accidentes.



- Respeta el límite de velocidad establecido en las señales de tránsito.

- Ante la presencia de lluvia, neblina o vientos excesivos, disminuye la velocidad y enciende las luces intermitentes.



# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Recomendaciones de seguridad

Antes de salir de vacaciones, por favor toma en cuenta que



- si tienes programado trabajar durante las vacaciones, debes enviar a Dirección Administrativa un memorando solicitando la autorización respectiva;
- debes verificar que los objetos de valor y equipo de la oficina (cámaras, *laptops*, grabadoras, etc.) queden guardados en escritorios o gavetas bajo llave;
- no deben quedar luces, computadoras, impresores, etc. encendidos durante el período de vacaciones;

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



- las puertas y ventanas de la oficina y de los vehículos asignados deben quedar cerradas.

**¡Recuerda siempre colaborar con el personal de vigilancia de la Universidad!**

**Para reportar emergencias, llama a la extensión 555**

# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



## Seguro de accidentes para empleados UCA

La UCA ha contratado un seguro de accidentes para beneficiar a todos los empleados de la Universidad y ha gestionado crédito para cuenta hospitalaria en

- Hospital de Emergencias y Diagnóstico, San Salvador
- Hospital Ntra. Sra. de la Paz, San Miguel
- Hospital Cáder, Santa Ana



# Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



El crédito hospitalario no cubre honorarios médicos, excepto en el Hospital de Diagnóstico. Por ello, deberás cubrir dichos honorarios y luego tramitar el reembolso. Ten en cuenta el monto máximo de cobertura por accidente.

Para atención médica inmediata, deberás presentar tu carné de empleado UCA y cancelar el deducible (\$12.00).

**Porque más vale prevenir que lamentar**

**¡Eduquémonos en prevención de  
riesgos y enfermedades  
laborales!**

**Generemos una cultura de  
prevención**

