

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA



Formando nuevas generaciones con  
**sello de excelencia** comprometidos  
con la **transformación social** de las  
regiones y un país en paz

# REVISTA PRAXIS

Edición III 22/07/2025

Prevención Integral en Seguridad y Salud en el Trabajo

NOTICIAS,  
EXPERIENCIAS,  
INVESTIGACIÓN



ESPECIALIZACIÓN EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Vigilado Min Educación Resolución No. 008921 del 27 de agosto de 2019

## COMITÉ EDITORIAL



Formando nuevas generaciones con **sello de excelencia** comprometidos con la **transformación social** de las regiones y un país en paz

Jorge Iván Anaya Baldovino  
Director de Programa

Blanca Liliana Velandia  
Docente del Programa

Edinson Arrieta  
Docente del Programa

José Alejandro Plata  
Docente del Programa

En el marco del Programa de Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo, se presenta la tercera edición de la revista Praxis: Prevención Integral en Seguridad y Salud en el Trabajo. Esta publicación tiene como propósito fundamental promover la investigación, difundir noticias relevantes y compartir experiencias significativas en el ámbito de la seguridad laboral.

Con el respaldo de un comité editorial conformado por Jorge Iván Anaya Baldovino, Director del Programa; Blanca Liliana Velandia, Docente del Programa; Edinson Arrieta, Docente del Programa; y José Alejandro Plata, Docente del Programa; esta revista se consolida como un espacio de intercambio de conocimientos y buenas prácticas, contribuyendo al desarrollo integral de la comunidad académica y profesional en el campo de la seguridad y salud en el trabajo.

## Ceremonia de grados Cohorte IX



El pasado 8 de abril, se llevó a cabo la emotiva ceremonia de grados de la Cohorte IX de la Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo, realizada en el Teatro Jáuregui. Este evento marcó un hito en la trayectoria académica de nuestros graduados y se constituyó en un espacio de celebración, reflexión y reconocimiento al esfuerzo, perseverancia y compromiso de cada uno de los estudiantes que alcanzaron esta importante meta. La emoción y el orgullo de los graduandos, acompañados por sus familias, se hicieron palpables en cada rincón del teatro, en un ambiente cargado de alegría y satisfacción por un logro tan trascendental.



La ceremonia de graduación, organizada por la Universidad de Pamplona, estuvo presidida por el Rector Ivaldo Torres Chávez, quien, en su discurso, expresó su orgullo institucional y reconocimiento hacia los nuevos profesionales, destacando la educación como una herramienta de transformación personal y social. Subrayó que cada uno de los graduados está llamado a contribuir activamente al desarrollo del país, con ética, conocimiento y responsabilidad profesional, y reafirmó la misión de la Universidad de formar ciudadanos íntegros, competentes y comprometidos con el bienestar colectivo.



El evento contó también con la participación de la Vicerrectora Laura Patricia Villamizar Carrillo, del Decano de la Facultad de Salud, Heriberto José Range Navia, y de los Directores de Programa, quienes acompañaron a los graduandos en este significativo momento, celebrando los frutos de su esfuerzo académico y su dedicación constante. La ceremonia fue, sin duda, un reconocimiento al trabajo conjunto entre estudiantes, docentes y la institución, en la consolidación de procesos educativos de alta calidad.





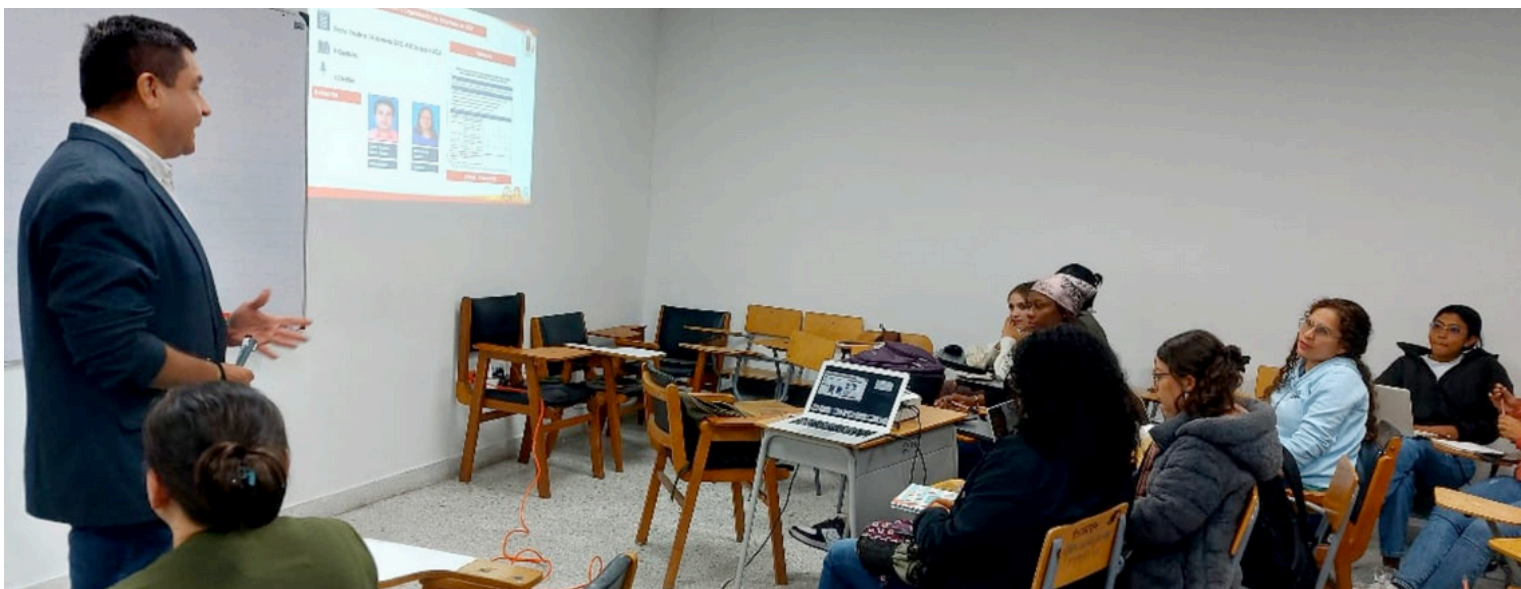
## »»» Proceso de Inducción Cohorte XII

La Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo de la Universidad de Pamplona dio la bienvenida oficial a los estudiantes de la Cohorte XII-I con una completa jornada de inducción académica, liderada por el Director del Programa, Jorge Iván Anaya Baldovino. Esta sesión permitió contextualizar a los nuevos estudiantes sobre la estructura del posgrado, el plan de estudios, los ejes de formación, los lineamientos institucionales y la normativa académica vigente.

Durante el encuentro, también se presentaron los docentes que acompañarán el proceso formativo, se socializaron las plataformas institucionales de apoyo, y se resaltaron las oportunidades académicas, investigativas y de proyección social que ofrece la especialización. Este espacio no solo fortaleció el sentido de pertenencia, sino que también consolidó el compromiso de los estudiantes con la excelencia académica y el ejercicio ético y responsable en el ámbito de la Seguridad y Salud en el Trabajo.







## »»» Inicio del segundo semestre de la cohorte XI-II de la Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo

La Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo de la Universidad de Pamplona dio la bienvenida a los estudiantes que inician su segundo semestre académico, consolidando así su compromiso con la formación de profesionales íntegros y competentes en el área de la prevención de riesgos laborales.

Esta nueva etapa representa un avance significativo en su proceso formativo, en la cual los estudiantes profundizan sus conocimientos y fortalecen sus habilidades para enfrentar los desafíos actuales en la gestión de la seguridad y salud en el trabajo. El segundo semestre permite integrar aprendizajes previos con nuevos enfoques técnicos, normativos y metodológicos, fundamentales para su desempeño profesional.

La comunidad académica celebra este nuevo ciclo con entusiasmo, reafirmando su acompañamiento permanente y su apuesta por una educación de calidad, centrada en la transformación de los entornos laborales desde una perspectiva preventiva, ética y con alto sentido social.



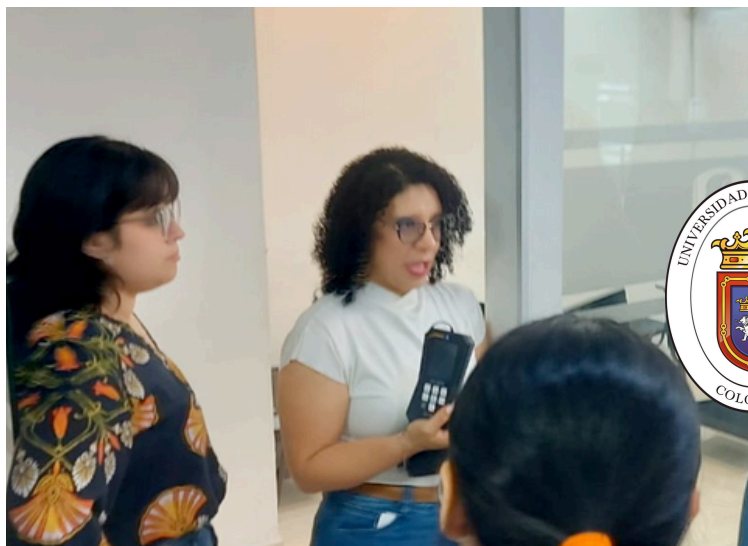


## »»» Movilidad Universidad Manuela Beltrán

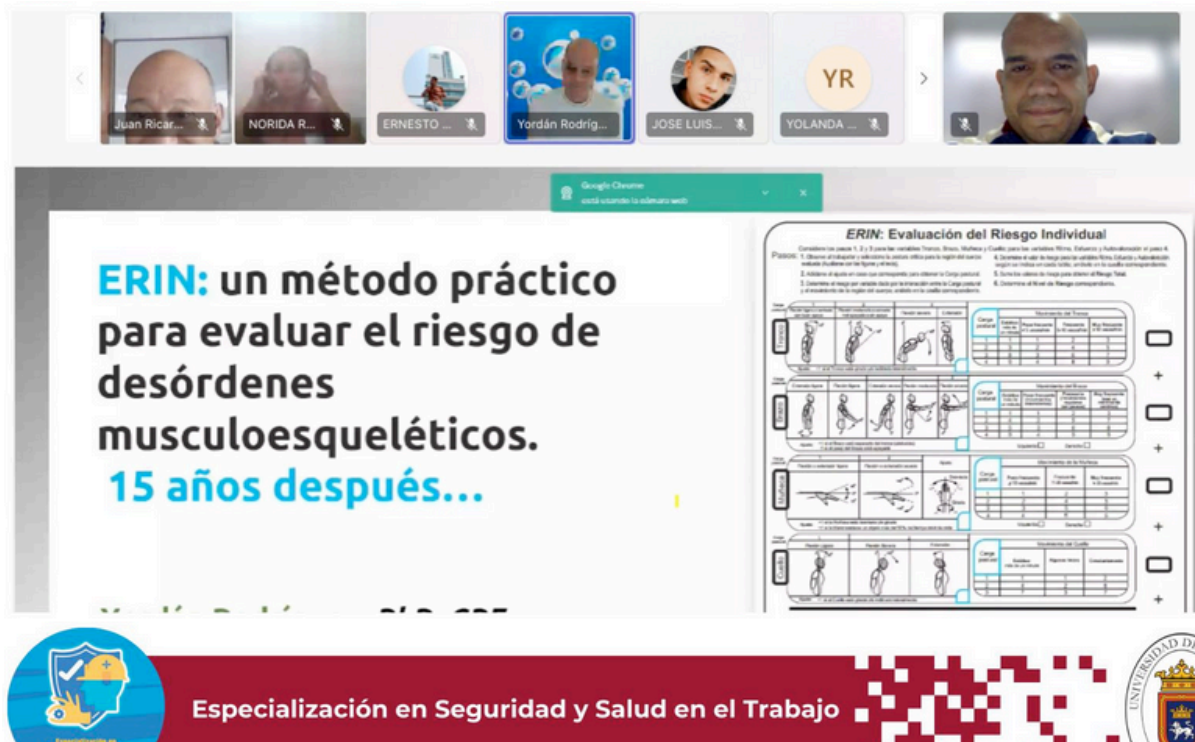
El pasado 25 de abril, los estudiantes de la Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo participaron en una enriquecedora jornada académica en la Universidad Manuela Beltrán, como parte de nuestra estrategia de internacionalización y fortalecimiento institucional. Durante esta visita, tuvieron la oportunidad de interactuar con expertos de alto nivel como Jennifer Hernández Arias, fonoaudióloga profesional y especialista en riesgos laborales, y el Dr. Javier Francisco, médico cirujano y especialista en salud ocupacional, quienes compartieron valiosos conocimientos y experiencias del campo profesional.

Gracias a esta alianza entre la Universidad de Pamplona y la Universidad Manuela Beltrán, también contamos con la participación especial de la ingeniera Dainy Castaño Parra, de AXA Colpatria, ingeniera industrial y especialista en gerencia de riesgos laborales, seguridad y salud en el trabajo, quien fue conferencista invitada y compartió una ponencia de gran relevancia.

Para cerrar esta jornada académica, se realizó un recorrido por los modernos laboratorios de la Universidad Manuela Beltrán, donde los estudiantes de la Especialización exploraron tecnologías de vanguardia aplicadas al campo de la seguridad y salud en el trabajo. Una experiencia formativa significativa que reafirma nuestro compromiso con la excelencia académica.







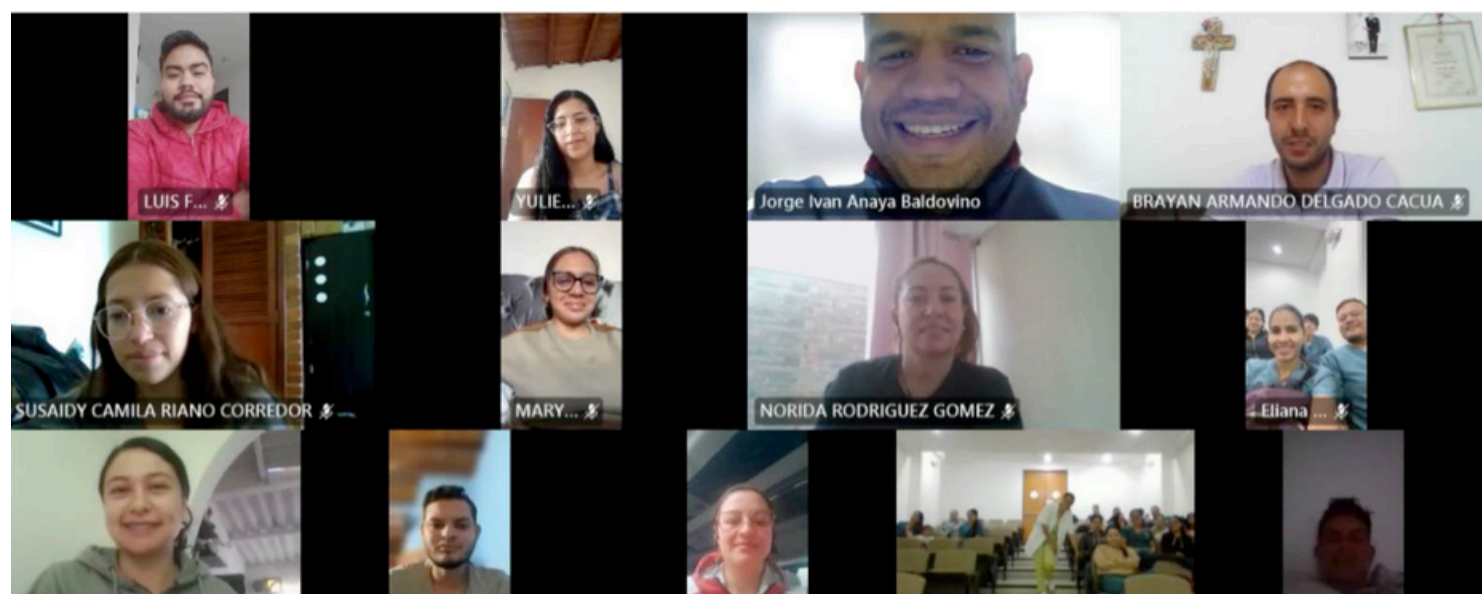
## »»» Visita Experto Yordan Rodriguez Universidad de Antioquía

El pasado 24 de mayo, la comunidad académica de la Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo de la Universidad de Pamplona vivió un momento significativo con la visita del Dr. Yordán Rodríguez, PhD, Ergónomo Profesional Certificado (CPE), profesor titular, investigador sénior y CEO de Ergoyes.

Estudiantes, egresados e invitados especiales participaron en un espacio académico enriquecedor, donde el Dr. Rodríguez compartió su vasta experiencia, respaldada por más de 50 publicaciones científicas, premios internacionales y el desarrollo del reconocido método ERIN en ergonomía aplicada. Su intervención no solo aportó herramientas prácticas y conceptuales, sino que también reafirmó el compromiso del programa con la internacionalización del currículo y la formación de alto nivel en Seguridad y Salud en el Trabajo.

Este tipo de encuentros consolida la misión del posgrado de formar profesionales integrales, actualizados frente a las tendencias globales en salud ocupacional, ergonomía y bienestar laboral.





## Clase espejo con la Universidad Antonio Nariño y la Universidad de Pamplona

17 de mayo de 2025 –En el marco del fortalecimiento de los procesos académicos y de cooperación interinstitucional, la Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo de la Universidad de Pamplona llevó a cabo una enriquecedora clase espejo en articulación con la Universidad Antonio Nariño (UAN). Esta actividad académica se desarrolló bajo el enfoque de SOLVE: Integrando la promoción de la salud a las políticas de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) en el lugar de trabajo, una estrategia de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) orientada a abordar de manera integral los factores psicosociales, el bienestar y la salud laboral.

Durante este espacio formativo, estudiantes y docentes de ambas instituciones compartieron experiencias, reflexionaron sobre buenas prácticas y debatieron propuestas para incorporar la promoción de la salud como componente esencial dentro de las políticas de SST. La clase se caracterizó por su enfoque participativo, el diálogo académico y la búsqueda conjunta de soluciones orientadas al mejoramiento de las condiciones laborales.

Esta iniciativa representa un valioso ejemplo de aprendizaje colaborativo y demuestra el compromiso de la Universidad de Pamplona con la calidad académica, la formación integral de sus profesionales y la articulación entre instituciones en pro del desarrollo del conocimiento en seguridad y salud en el trabajo.







## Encuentro expertos nacionales

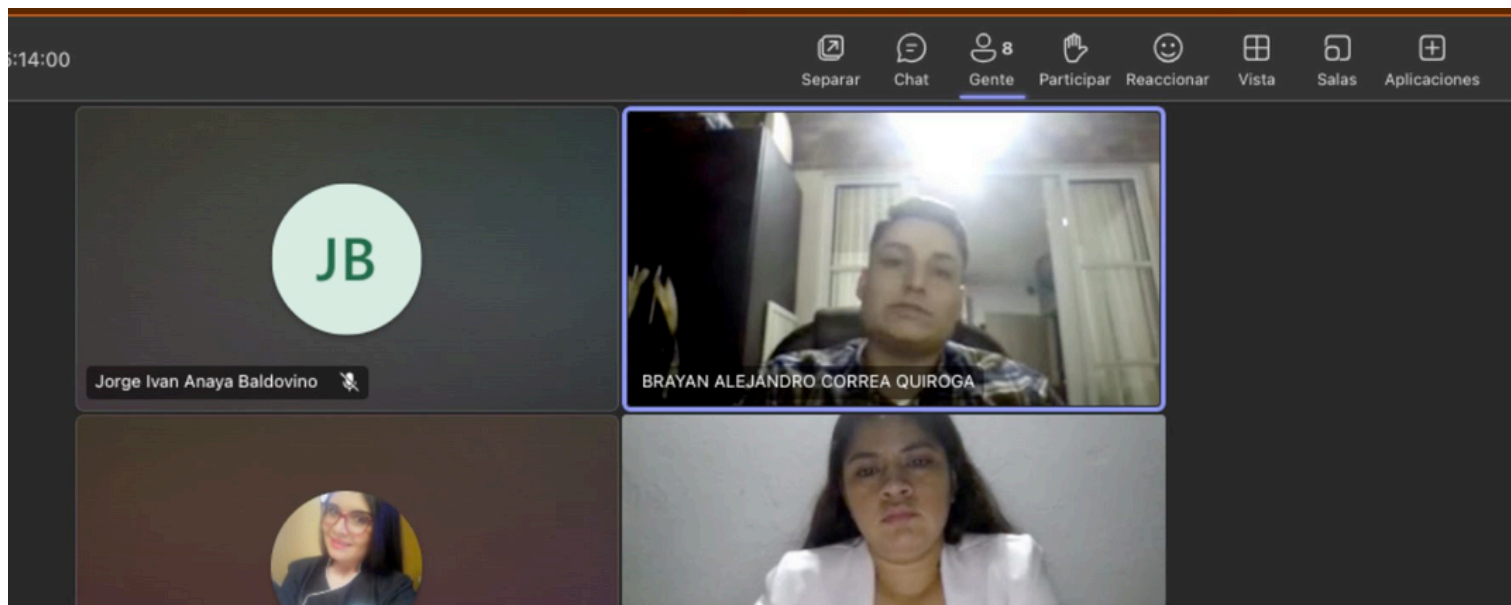
En el marco de las estrategias de movilidad académica promovidas por la Universidad de Pamplona, la Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo continúa consolidando espacios de formación e intercambio con profesionales expertos del sector productivo y académico. Estas actividades han permitido enriquecer el proceso formativo de los estudiantes, fomentando el diálogo interdisciplinar y la actualización en temas de alta relevancia para el ejercicio profesional.

Durante este ciclo de conferencias, se contó con la valiosa participación de la Ingeniera Dainy Castaño Parra, profesional de AXA Colpatria, Ingeniera Industrial y Especialista en Gerencia de Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo. Su ponencia titulada “Generalidades del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST)” permitió a los estudiantes profundizar en los componentes normativos, técnicos y administrativos que sustentan este sistema, promoviendo una visión integral y práctica de su implementación en las organizaciones.

A su vez, el programa ha contado con la intervención de destacados especialistas como la fonoaudióloga Jennifer Hernández Arias, quien abordó los riesgos laborales desde una perspectiva comunicativa y auditiva, y el doctor Javier Francisco, médico cirujano y especialista en salud ocupacional, quien compartió experiencias y estrategias clínicas relacionadas con la prevención de enfermedades laborales. Estos encuentros, realizados en alianza con la Universidad Manuela Beltrán, fortalecen las competencias profesionales de nuestros estudiantes y consolidan el compromiso institucional con la excelencia académica.

La movilidad académica se posiciona así como un eje clave en la formación de los especialistas en Seguridad y Salud en el Trabajo, permitiendo el acercamiento directo a contextos reales, el análisis de casos, y la interacción con referentes del sector salud, industrial y asegurador. La Universidad de Pamplona reafirma su propósito de formar profesionales capaces de liderar procesos transformadores en beneficio del bienestar laboral en Colombia y América Latina.





## »» Socialización Trabajo de grado Cohorte X

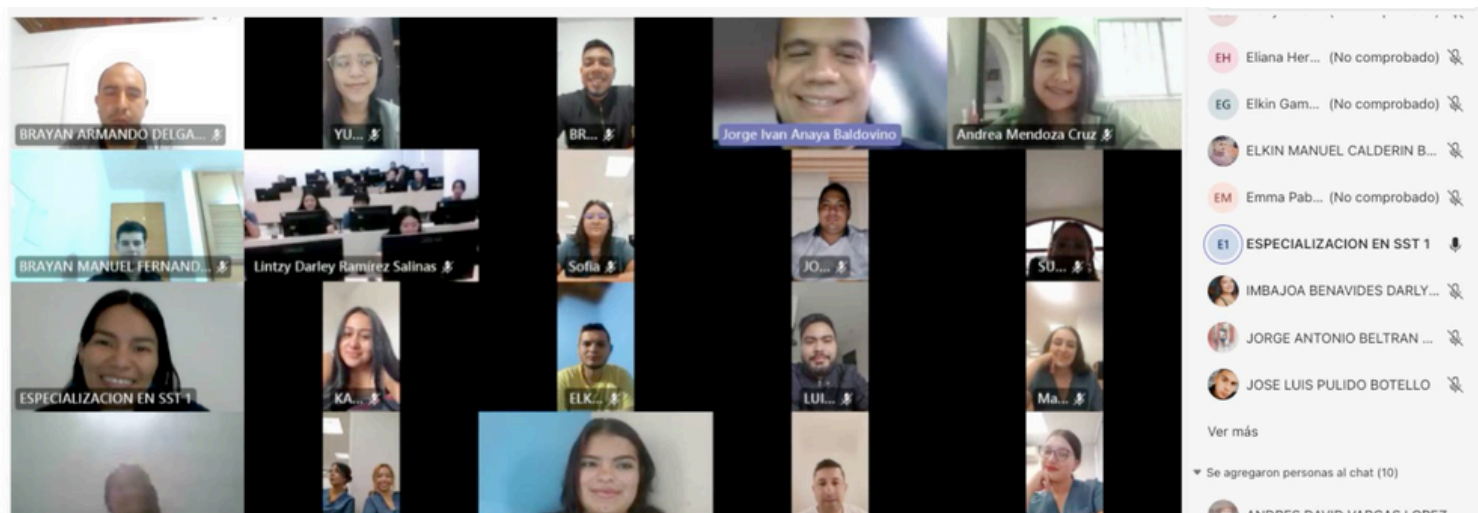
La Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo de la Universidad de Pamplona llevó a cabo los días 18 y 19 de julio de 2025 la jornada de socialización de los trabajos de grado de la Cohorte X, con la participación activa de estudiantes, docentes asesores y jurados del programa. Este importante evento académico representó el cierre de un proceso formativo orientado al desarrollo de competencias investigativas y al fortalecimiento del pensamiento crítico en torno a la seguridad y salud en el trabajo.

Durante la actividad, los estudiantes presentaron sus proyectos de investigación, abordando diversas problemáticas del contexto laboral desde enfoques interdisciplinarios, técnicos y sociales. Las investigaciones incluyeron temáticas como factores de riesgo psicosocial, análisis ergonómico de puestos de trabajo, y estrategias de intervención en salud ocupacional en entornos productivos e informales. La calidad metodológica y la aplicabilidad de los resultados fueron destacadas por el comité evaluador.

Cada proyecto evidenció el compromiso de los estudiantes con el rigor académico, así como su capacidad para generar propuestas de mejora que incidan en las condiciones de trabajo y en la promoción del bienestar laboral. Este proceso también reflejó el acompañamiento permanente de los docentes asesores, quienes orientaron a los estudiantes en el desarrollo de sus investigaciones conforme a los lineamientos éticos, normativos y técnicos establecidos por el programa.

Además de ser una exigencia académica, los trabajos de grado representaron un valioso aporte al conocimiento local y regional en materia de SST, al tiempo que fortalecieron las competencias investigativas de los futuros especialistas. La jornada permitió un espacio de diálogo académico, retroalimentación constructiva y proyección hacia futuros escenarios de intervención profesional.





## »»» Clase espejo riesgo psicosocial Universidad Antonio Nariño

La Universidad de Pamplona y la Universidad Antonio Nariño llevaron a cabo un valioso encuentro académico en el marco de la movilidad y cooperación interinstitucional, con el propósito de fortalecer el conocimiento en torno a la salud mental y las condiciones laborales. Este espacio permitió el intercambio de saberes entre estudiantes, docentes y expertos en el campo de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

La jornada contó con la participación de la Magíster Milexy Carolina Carvajal Méndez, reconocida psicóloga clínica, especialista en Seguridad y Salud en el Trabajo, Gestión del Talento Humano, y magíster en Terapias Psicológicas. Su intervención se centró en el análisis y abordaje de los riesgos psicosociales en el entorno laboral, un tema de creciente relevancia en los escenarios organizacionales actuales.

Durante su ponencia, la experta compartió herramientas conceptuales y metodológicas para identificar factores de riesgo, comprender su impacto en la salud de los trabajadores, y promover estrategias efectivas de intervención. Asimismo, se generaron espacios de reflexión crítica sobre la importancia de cuidar la salud mental como un componente esencial del bienestar laboral y de la productividad organizacional.



# Calidad del sueño en funcionarios directos de talento humano y CIADTI de la Universidad de Pamplona, Norte de Santander

Desde la línea de Proyección Social, la Universidad de Pamplona consolidó su compromiso con el bienestar integral de su comunidad mediante el desarrollo de iniciativas que trascendieron el aula y se enfocaron en las condiciones reales de sus trabajadores. En este marco, se llevó a cabo una investigación orientada a evaluar la calidad del sueño en los colaboradores del área de Talento Humano y del Centro de Investigaciones y Apoyo al Desarrollo Tecnológico e Industrial (CIADTI), con el propósito de identificar cómo los patrones de descanso influían en su desempeño y salud laboral.

El estudio, sustentado en la aplicación del Cuestionario de Calidad del Sueño de Pittsburgh (PSQI), permitió analizar variables como la latencia, eficiencia, duración y percepción subjetiva del sueño, abriendo una perspectiva profunda sobre el impacto del descanso en la funcionalidad diaria de los trabajadores.

Como parte del compromiso institucional con la mejora continua, se propusieron acciones dirigidas a fortalecer la higiene del sueño desde un enfoque integral, tales como jornadas de formación sobre hábitos saludables, adecuación de espacios para la relajación, implementación de pausas activas y estrategias de acompañamiento emocional. Esta apuesta por el descanso como eje de la salud ocupacional y del rendimiento laboral fortaleció la cultura organizacional y reafirmó el papel de la Universidad de Pamplona como una institución comprometida con el bienestar y la transformación social.



**Rosa Cruz Cruz, Valeria Castilla Molina , Dalia Linares Romero**



## Síntomas musculoesqueléticos y su relación con la postura en las actividades del cultivo de papa.

El estudio evaluó la exposición cotidiana de los agricultores a riesgos ergonómicos, evidenciando cómo estos se relacionaban con el desconocimiento de posturas adecuadas dentro del ámbito de la ergonomía laboral. Esta situación incrementaba la prevalencia de trastornos musculoesqueléticos (TME), los cuales, según la literatura, afectaban con mayor frecuencia a los hombres. La investigación visibilizó condiciones propias de la labor agrícola, especialmente en el cultivo de papa, donde eran frecuentes las posturas forzadas, los movimientos repetitivos y el levantamiento de cargas durante extensas jornadas de trabajo.

Desde una perspectiva de proyección social, este estudio buscó contribuir al mejoramiento de las condiciones de salud laboral de los agricultores de la Hacienda Ranchería, en el municipio de Pamplona. Mediante la identificación temprana de sintomatologías asociadas a los TME —a través del Cuestionario Nórdico de Kuorinka (1987), validado y estandarizado—, se pretendió generar estrategias preventivas que favorecieran el bienestar físico de esta población trabajadora.

El enfoque descriptivo del estudio, con una muestra de 27 agricultores seleccionados por muestreo no probabilístico por conveniencia, permitió acercarse a la realidad del contexto rural. La aplicación de encuestas estructuradas, la observación directa e indirecta y el análisis documental científico, complementados con herramientas como el método REBA y el Cuestionario Nórdico, permitieron establecer un diagnóstico ergonómico integral.



**Angélica Paola Suárez Calderón, Geiler Avila Ariza, Roger Arley Vera Arias**



## Autocuidado laboral y condiciones de salud en operarios del manejo de residuos en la empresa Empopamplona S.A. E.S.P.

En el marco de esta propuesta de proyección social, se abordó la importancia del autocuidado en la salud de los colaboradores, particularmente en los operarios encargados del manejo de residuos sólidos de la empresa Empopamplona S.A. E.S.P. El propósito central del proyecto fue estudiar las prácticas de autocuidado y las condiciones de salud de los trabajadores que desempeñaban funciones operativas, con el fin de diseñar estrategias que contribuyeran al bienestar integral de esta población laboralmente vulnerable.

**Ing. Hellen Catherine Parra Mejia**  
**Ing. Karina Julieth Arguello Espinosa**  
**Ing. Loyda Marcela Barrios Trejos**

Para la caracterización inicial, se aplicó una encuesta estructurada de tipo cuantitativo a 45 operarios (36 auxiliares de barrido y 9 tripulantes), mediante la cual se evaluaron variables sociodemográficas, condiciones de salud y prácticas de autocuidado.

Entre los principales hallazgos, se evidenció que, aunque el 100% de los participantes había recibido capacitación en seguridad y uso de elementos de protección personal (EPP), persistía una brecha entre el conocimiento adquirido y su aplicación efectiva. El uso de mascarillas, gafas y botas fue limitado, lo que puso en riesgo su salud ocupacional. Asimismo, se identificó que el 20% de los trabajadores no realizaba pausas activas durante su jornada laboral, situación que incrementaba el riesgo de trastornos musculoesqueléticos a largo plazo.



## Prácticas y creencias en estilos de vida saludables en los trabajadores pertenecientes al Colegio Provincial San José de Pamplona



La iniciativa de proyección social titulada “Prácticas y creencias en estilos de vida saludable en los trabajadores del Colegio Provincial San José de Pamplona” surgió como una acción de extensión universitaria orientada a fortalecer el bienestar integral de la comunidad educativa. El proyecto se propuso identificar y analizar las creencias y prácticas relacionadas con los hábitos de vida saludable de los docentes, tanto en el ámbito personal como laboral, reconociendo su impacto directo en la calidad de vida y el desempeño profesional.



Como objetivo central, se planteó evaluar las prácticas cotidianas y las percepciones que los docentes tienen sobre aspectos fundamentales del autocuidado y la salud. Para ello, se aplicó un instrumento validado por Arrivillaga, que permitió recolectar información en dimensiones clave como: condición física, actividad física y deportiva, recreación y uso del tiempo libre, cuidado médico, hábitos alimenticios, consumo de sustancias psicoactivas, calidad del sueño e índice de masa corporal.

Los resultados evidenciaron que más de la mitad de los participantes no cuenta con un estado físico óptimo, lo que podría repercutir negativamente en su bienestar general y salud mental. Esta situación pone de manifiesto la necesidad de diseñar e implementar estrategias desde la extensión universitaria que promuevan estilos de vida saludables dentro del contexto educativo.

**Laura Juliana Prieto León**  
**Luis Orlando Pérez Fuentes**  
**Ruben Darío Sanabria Fernández**



## Impacto en las condiciones de salud en administrativos con uso de video terminales pertenecientes al Instituto de educación rural ISER.



**Jhorman Josué Arguello Martínez**  
**Nelson Esteban Masmela Sánchez**  
**Diego Fabián Araque Celis**

En los entornos organizacionales actuales, es común la presencia de factores que incrementan los riesgos laborales y comprometen la salud de los trabajadores.

Entre ellos, los riesgos biomecánicos se destacan por su impacto directo sobre diferentes áreas del cuerpo humano, generando lesiones y trastornos musculoesqueléticos que pueden limitar significativamente la funcionalidad del trabajador y su calidad de vida. Estos trastornos están relacionados principalmente con movimientos repetitivos, posturas forzadas o inadecuadas mantenidas durante períodos prolongados, condiciones propias de muchas ocupaciones administrativas (Español y Hernández, 2021).

Uno de los grupos laborales más vulnerables frente a estos riesgos es el personal administrativo, que permanece largas jornadas frente a dispositivos tecnológicos, especialmente video terminales (VT), como los computadores.





## Identificación de síntomas de síndrome del tunel carpiano en empleados administrativos de la empresa comunitaria de acueducto, alcantarillado, aseo y gas de saravena ecaaas-esp



**Shirly Valentina Toro Viancha**  
**Yessica Yurdany Perez Rodriguez**  
**Mirley Johanna Vargas Tique**

El síndrome del túnel carpiano (STC) es una de las afecciones musculoesqueléticas más frecuentes en entornos laborales que implican movimientos repetitivos y posturas inadecuadas, afectando principalmente a la región de las muñecas y manos. En este contexto, se desarrolló un estudio con enfoque de proyección social orientado a identificar síntomas asociados al STC en los trabajadores administrativos de la Empresa Comunitaria de Acueducto, Alcantarillado, Aseo y Gas de Saravena (ECAAAS-ESP).

La investigación se centró en una muestra de 40 empleados, donde predominó la participación femenina (67,5%) y una mayoría de trabajadores menores de 35 años (72,5%). El estudio incluyó el análisis de factores de riesgo tanto laborales (movimientos repetitivos, posturas prolongadas) como extralaborales (actividades domésticas y deportivas), reconociendo que ambos pueden incidir en el desarrollo del síndrome.



# PRAXIS

## Prevención Integral en Seguridad y Salud en el Trabajo



[WWW.FACEBOOK.COM/SSTUNIPAMPLONA](https://www.facebook.com/SSTUNIPAMPLONA)



3182655725



[DESST@UNIPAMPLONA.EDU-CO](mailto:DESST@UNIPAMPLONA.EDU-CO)



**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**

