



Semana 14 Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo

Ejercicio Práctico: Desarrollo de un Programa de Bienestar Laboral y Seguridad en la Empresa "Innovación Científica S.A. de C.V."

Objetivo:

Aplicar los conocimientos adquiridos sobre seguridad y salud en el trabajo (SST) y bienestar laboral para diseñar un programa integral que mejore el ambiente laboral y cumpla con la normativa en la empresa "Innovación Científica S.A. de C.V."

Descripción de la Empresa:

"Innovación Científica S.A. de C.V." es una empresa mediana de desarrollo de software con 150 empleados. La empresa se encuentra en crecimiento; sin embargo, ha experimentado los siguientes problemas:

- **Alta rotación de personal** (20% anual)
- **Aumento de quejas** por estrés laboral y falta de equilibrio entre vida personal y profesional.
- **Incidentes menores de seguridad** en la oficina (resbalones, malas posturas, etc.)
- **Baja participación** en las actividades de la empresa.

Tareas a Realizar:

1. Análisis de la Situación Actual:

- Identificar los principales riesgos laborales presentes en la empresa (considerar tanto físicos como psicosociales).
- Evaluar las políticas y prácticas actuales de la empresa en relación con la SST y el bienestar laboral.
- Determinar las áreas de oportunidad para mejorar.

2. Diseño de un Programa Integral:

- Proponer un programa de SST que incluya:

- Medidas de prevención de riesgos laborales (especificar para cada tipo de riesgo identificado).
- Procedimientos de emergencia y evacuación.
- Capacitación para los empleados en materia de seguridad.
- Conformación y funciones del comité de seguridad e higiene.
- Desarrollar un programa de bienestar laboral que abarque:
 - Estrategias para mejorar el equilibrio vida-trabajo.
 - Iniciativas para promover la salud física y mental.
 - Actividades para fomentar la integración y el sentido de pertenencia.
 - Mecanismos para el reconocimiento y la motivación de los empleados.

3. Cumplimiento Legal y Normativo:

- Asegurar que las propuestas cumplan con la normativa mexicana en materia de SST (Ley Federal del Trabajo, RFSST, NOMs).
- Especificar las NOMs que son aplicables a la empresa y cómo se cumplirán.

Entregable:

Un informe escrito que detalle el análisis de la situación actual, la descripción de los programas de SST, bienestar laboral y la justificación del cumplimiento legal.

Criterios de Evaluación:

- Profundidad del análisis de la situación actual.
- Calidad y creatividad de las propuestas de los programas.
- Viabilidad y claridad del plan de implementación.
- Precisión y adecuación al marco legal y normativo.
- Claridad y organización del informe.

©Top Learning Online, S.C., 2026. Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción, difusión o uso sin autorización escrita.

