



**ALCALDÍA DE
PIENDAMÓ- TUNÍA**

NIT. 891.500.856-6



ALCALDÍA PIENDAMÓ TUNIA, CAUCA.

POLÍTICA DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE

SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SG-SST

2025





ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN
2. DECLARACIÓN DE LA POLÍTICA
3. OBJETIVO
4. ALCANCE
5. MARCO NORMATIVO
6. DEFINICIONES
7. ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE
8. IMPLEMENTACIÓN
9. DIFUSIÓN
10. REVISIÓN
11. VIGENCIA





1.INTRODUCCIÓN

La Alcaldía de Piendamó-Tunia, Cauca, reconoce la importancia de fomentar un estilo de vida saludable y activo entre los servidores públicos de la administración municipal, como parte fundamental del fortalecimiento institucional y del bienestar laboral. En este sentido, mediante la Resolución 0882 del 29 de marzo de 2025, se autoriza la participación de los funcionarios en actividades deportivas y recreacionales, en cumplimiento del Plan Institucional de Bienestar Social e Incentivos.

Esta resolución se enmarca en la normativa nacional que promueve la salud física y mental de los servidores públicos, como herramienta clave para mejorar el clima organizacional, aumentar la motivación laboral y fortalecer el desempeño institucional. En concordancia con la Ley 909 de 2004 y los lineamientos del Departamento Administrativo de la Función Pública, estas acciones buscan garantizar entornos laborales más saludables, activos y colaborativos, generando beneficios tanto individuales como colectivos dentro de la administración pública.

La importancia de esta iniciativa radica en que las actividades físicas y recreativas no solo previenen enfermedades asociadas al sedentarismo, sino que también contribuyen al equilibrio emocional, al fortalecimiento de los vínculos entre compañeros de trabajo y a una mayor eficiencia en el cumplimiento de las funciones públicas. Además, estas acciones responden al compromiso de la administración municipal con el desarrollo humano y el respeto por los derechos laborales, enmarcados en una cultura de bienestar integral.

De esta manera, la Alcaldía de Piendamó-Tunia reafirma su compromiso con el fortalecimiento institucional a través de estrategias que promuevan el bienestar de quienes, con su labor diaria, contribuyen al desarrollo del municipio.

2 DECLARACIÓN DE LA POLÍTICA

La Alcaldía de Piendamó-Tunia, Cauca, se compromete a crear un entorno laboral que favorezca el bienestar integral de sus servidores públicos, reconociendo que un ambiente de trabajo saludable es fundamental para el buen desempeño y la productividad de la administración municipal. En este sentido, se asume la responsabilidad de promover actividades y programas que fortalezcan tanto la salud física como el bienestar emocional de los funcionarios, mejorando la calidad de vida de quienes día a día contribuyen al desarrollo de la comunidad. Este compromiso se materializa en la Resolución 0882 del 29 de marzo de 2025, que autoriza a los





servidores públicos de la administración municipal a participar activamente en actividades deportivas y recreacionales como parte del Plan Institucional de Bienestar Social e Incentivos, el cual tiene como objetivo fomentar el trabajo en equipo, el cuidado personal y la integración entre los funcionarios. La Alcaldía, consciente de los altos niveles de estrés y las exigencias propias del trabajo administrativo, entiende que la implementación de estos programas no solo busca la prevención de enfermedades físicas, sino también el fortalecimiento de la salud mental y la mejora de la motivación dentro del ambiente laboral. El bienestar de los servidores públicos es un factor clave para el desarrollo de una gestión pública eficiente, transparente y de calidad. Por tal motivo, la administración municipal se compromete a implementar políticas que garanticen una atención integral a los empleados, brindándoles las herramientas necesarias para gestionar de manera efectiva su salud y bienestar, y fomentando una cultura organizacional que valore el equilibrio entre la vida laboral y personal. A través de la implementación de estas estrategias, la Alcaldía de Piendamó-Tunia no solo cumple con los estándares establecidos en la Ley 909 de 2004 y otras normativas relacionadas con los derechos laborales, sino que también se adhiere a los principios del Departamento Administrativo de la Función Pública, que promueven la creación de ambientes laborales saludables, que contribuyan al desarrollo humano y, a su vez, a la optimización de los procesos administrativos del municipio. Este enfoque integral permitirá fortalecer la capacidad operativa de la Alcaldía, reducir el ausentismo por enfermedades relacionadas con el estrés o el sedentarismo, y aumentar el compromiso y la satisfacción de los servidores públicos con su labor, lo que redundará en un mejor servicio a la comunidad y en el cumplimiento eficiente de las metas y objetivos institucionales.

3 OBJETIVO

La Política de Prevención de Consumo de Tabaco, Alcohol y Sustancias Psicoactivas en la alcaldía Piendamó Tunia, Cauca, tiene como objetivo fomentar hábitos y estilos de vida saludables de los trabajadores y generar ambientes de trabajos sanos y seguros, la alcaldía Piendamó Tunia, Cauca fomentará valores, actitudes y comportamientos que contribuyan a crear ambientes saludables y de buena convivencia.

4.ALCANCE





La presente política está dirigida a todos los funcionarios de planta y contratistas de la alcaldía Piendamó-Tunia, Cauca.

6.MARCO NORMATIVO

- Constitución Política de Colombia.
- Resolución 0312 de 2019 – Ministerio de Trabajo.
- Decreto 1072 de 2015 – Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Ley 1355 de 2009 – Ley de Obesidad.
- Ley 1438 de 2011 – Reforma del Sistema General de Seguridad Social en Salud.
- Lineamientos del Ministerio de Salud y Protección Social sobre promoción de salud y prevención de enfermedades.

DEFINICIONES

- Estilo de vida saludable: Conjunto de hábitos diarios relacionados con la alimentación, la actividad física.
- Pausas activas: Breves ejercicios físicos realizados durante la jornada laboral.
- Promoción de la salud: Procesos que permiten mejorar las condiciones de vida y bienestar.

8. FINANCIAMIENTO

La alcaldía Piendamó-Tunia, Cauca deberá garantizar los recursos necesarios (económicos, físicos y de talento humano) para el desarrollo de la política de hábitos y estilos de vida saludables.





ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE

Promoción

- Realizar campañas de educación sobre nutrición, actividad física y salud mental.
- Establecer alianzas con EPS para realizar chequeos médicos periódicos.
- Implementar pausas activas diarias guiadas por personal capacitado.
- Crear espacios seguros para la práctica de actividad física.

Intervención

- Detectar y atender factores de riesgo como estrés, obesidad o enfermedades crónicas.
- Brindar apoyo psicosocial y programas de salud mental.

9. IMPLEMENTACIÓN

La Secretaría General y de Talento Humano coordinarán la implementación.

10. DIFUSIÓN.

La secretaria general, Talento Humano y Seguridad y Salud en el trabajo, aseguran que cada uno de los funcionarios y contratistas tengan acceso a estas políticas .

11.REVISIÓN

La revisión de la política se debe efectuar al menos una vez al año.

COMUNÍQUESE Y CÚMPLASE.

JOHN FREIMAN URBANO URRUTIA
Alcalde Municipal.

Proyectó: Andrés Camilo Hurtado Rivera- Contratista SG-SST.
Reviso Y aprobó: Jivier López Fernández- Secretario General.





**ALCALDÍA DE
PIENDAMÓ- TUNÍA**

NIT. 891.500.856-6



www.piendamo-cauca.gov.co
alcaldia@piendamo-cauca.gov.co
Carrera 5 N° 9 -93 - Edificio CAM

