



ESCUELA SUPERIOR NAVAL
"CMDTE. RAFAEL MORÁN VALVERDE"
SALINAS



UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS - ESPE

UNIDAD ACADÉMICA ESPECIAL ESSUNA - SALINAS

**Seguridad y Salud ocupacional de los guardiamarinas
durante el primer año de
formación en la Escuela Superior Naval “Cmdte. Rafael
Morán Valverde”, período 2018 – 2022.**

**Elaborado por:
BRIGAL Cevallos Pareja Luis Alberto**

Director: Mgs. Rodríguez Reyes, Rosalba Marianela

**Oficial colaborador: TNFG-IM Marcos Mieles, David
Ernesto**



CONTENIDO

-  Problema
-  Justificación
-  Objetivo general
-  Objetivos específicos
-  Fundamentación teórica
-  Fundamentación metodológica
-  Propuesta
-  Conclusiones y Recomendaciones



PROBLEMA



La Seguridad Integral del guardiamarina se ve afectada desde muchos ámbitos cuando a seguridad y salud ocupacional nos referimos.

Las lesiones físicas y psicológicas son los principales autores de daños directos e indirectos en primera instancia a los Guardiamarinas de Primer Año, durante su periodo de formación.

PROBLEMA

CAUSAS



Someterse al nuevo régimen de entrenamiento causan patologías físicas y psicológicas.



Deficiencias de cualidades y conocimientos en la cultura Naval-Militar.

01



No cumplimiento del plan de aprendizaje pertinente al periodo de formación.

02



Falta de conocimiento de aplicación de liderazgo al resto de la brigada.

03

04

EFECTO



No obtendremos una formación integral, debido a la ausencia de conocimientos

- Académicos
- Militares
- Culturales
- Deportivos

JUSTIFICACIÓN

¿CÓMO AFECTA?

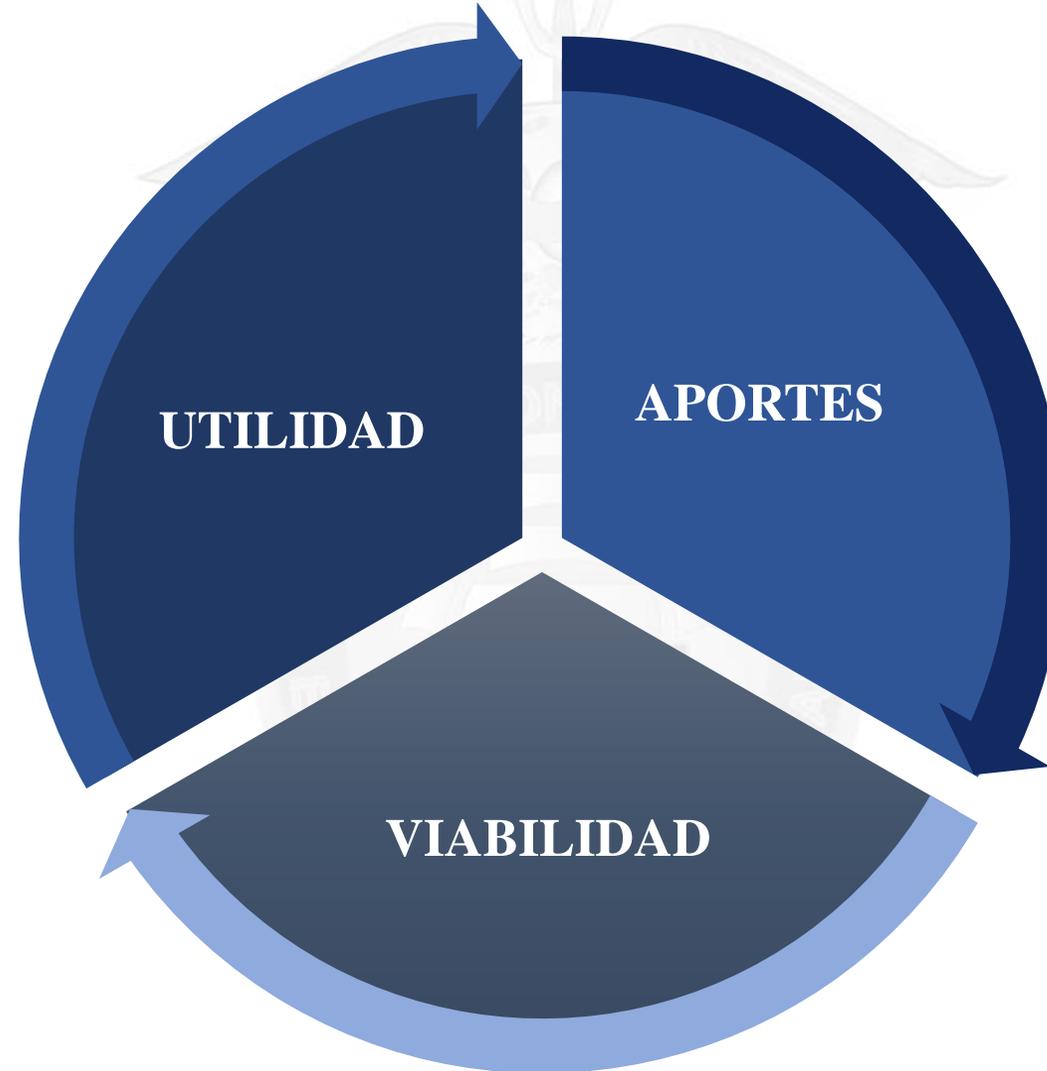
Impide el desarrollo de sus
cualidades **militares**.

Limita la asistencia a sus
capacitación presencial
(Clases).

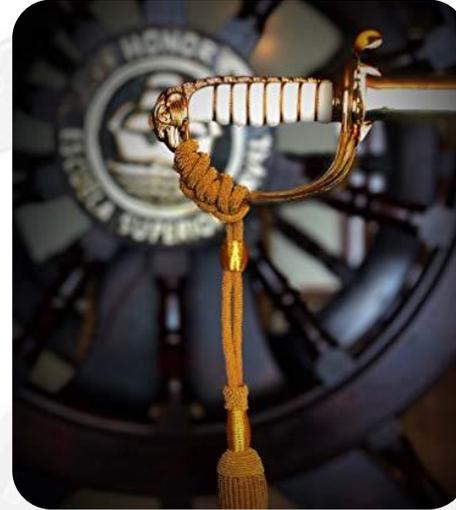


RETRASO CONSTANTE EN
PREPARACIÓN NAVAL - MILITAR

JUSTIFICACIÓN



OBJETIVO GENERAL



Realizar el análisis de las principales reacciones físicas y psicológicas que impiden el desarrollo integral del guardiamarina, a través de las estadísticas de los años 2018 a 2022; para el planteamiento de acciones que permitan preservar la seguridad y salud ocupacional de los guardiamarinas durante su primer año de formación.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS



Identificar las **causas** que **generan lesiones** físicas y psicológicas en el proceso de formación inicial, a través de la **revisión** de las **estadísticas** de los años anteriores; para la determinación de las patologías más comunes.



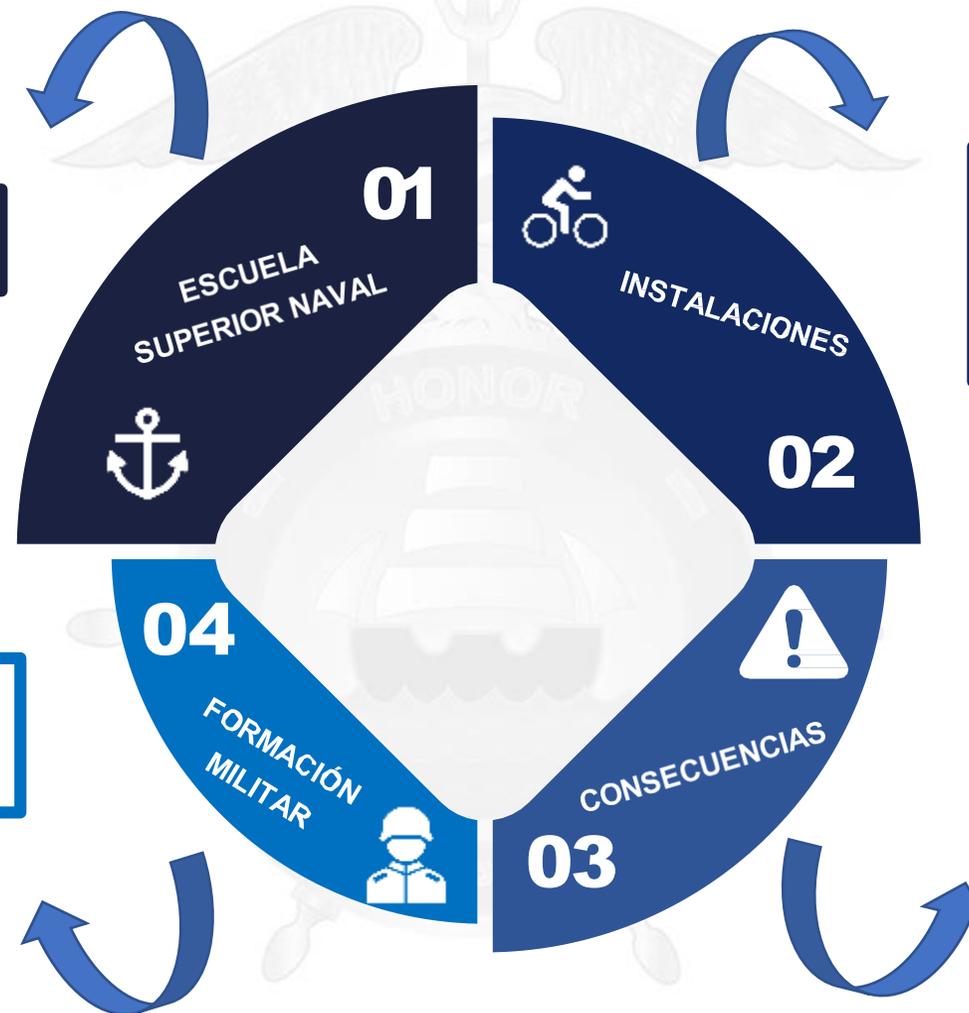
Determinar las **lesiones** más **comunes** de los guardiamarinas, a través del análisis estadístico de los años 2018 a 2022; para la verificación de las que más afectan la continua formación de los guardiamarinas de primer año naval.



Mediante un **folleto** determinar los **ejercicios** pertinentes a las diferentes actividades del régimen diario del guardiamarina durante su primer año de formación, a través de **normas de seguridad** que permitan el desempeño eficiente y eficaz y a su vez ayuden a reducir las falencias en los ámbitos de la formación integral.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

- Infraestructura (1992).



- Académicas
- Deportivas
- Militares
- Diarias

- Riesgo inherente.
- En todo momento exigen sacrificio

- Bajo rendimiento:
- Académico
 - Físico
 - Disciplinario.



FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

- Acto de diagnosticar **cambios estructurales y funcionales** que subyacen a una enfermedad. (Real Academia Nacional de Medicina, 2012)

PATOLOGÍAS



- Con el fin de llegar a un acuerdo o concretar puntos claves para rendir una **solución**. (Lawrence, 2008).

CONCIENTIZACIÓN



- Se presenta en dos etapas, **lesiones psíquicas**, siendo el daño agudo, y **secuelas emocionales**, siendo el daño crónico. (Muñoz, 2013)

DAÑO PSICOLÓGICO



- Estas medidas se adoptan cuando la afección es inevitable, pero existen procesos, tecnologías capaces de **minimizar el impacto**. (COMPANY, 2020)

MEDIDAS CORRECTIVAS



FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA



FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA



FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

MARCO LEGAL



Constitución de la República del Ecuador



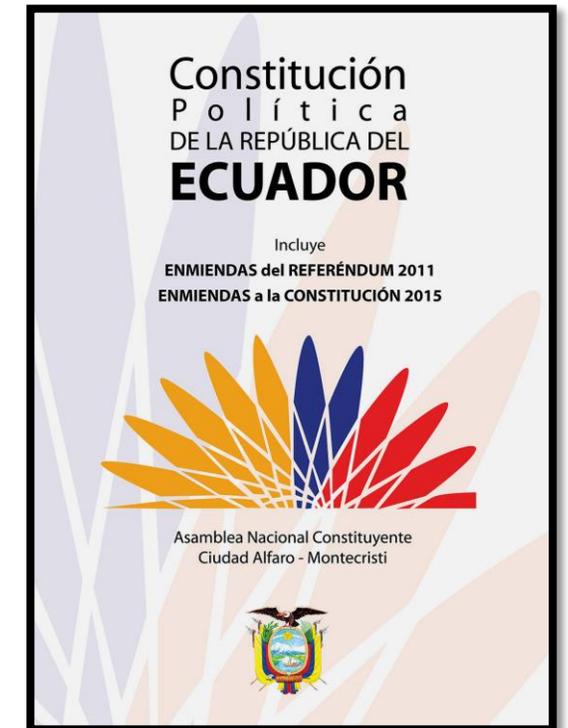
Ley de Seguridad Social de la Fuerzas Armadas



Ley de Personal de Fuerzas Armadas



Reglamento Interno de Seguridad y Salud Ocupacional de la Armada del Ecuador



FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Lesiones y enfermedades más comunes en el periodo 2018-2022.

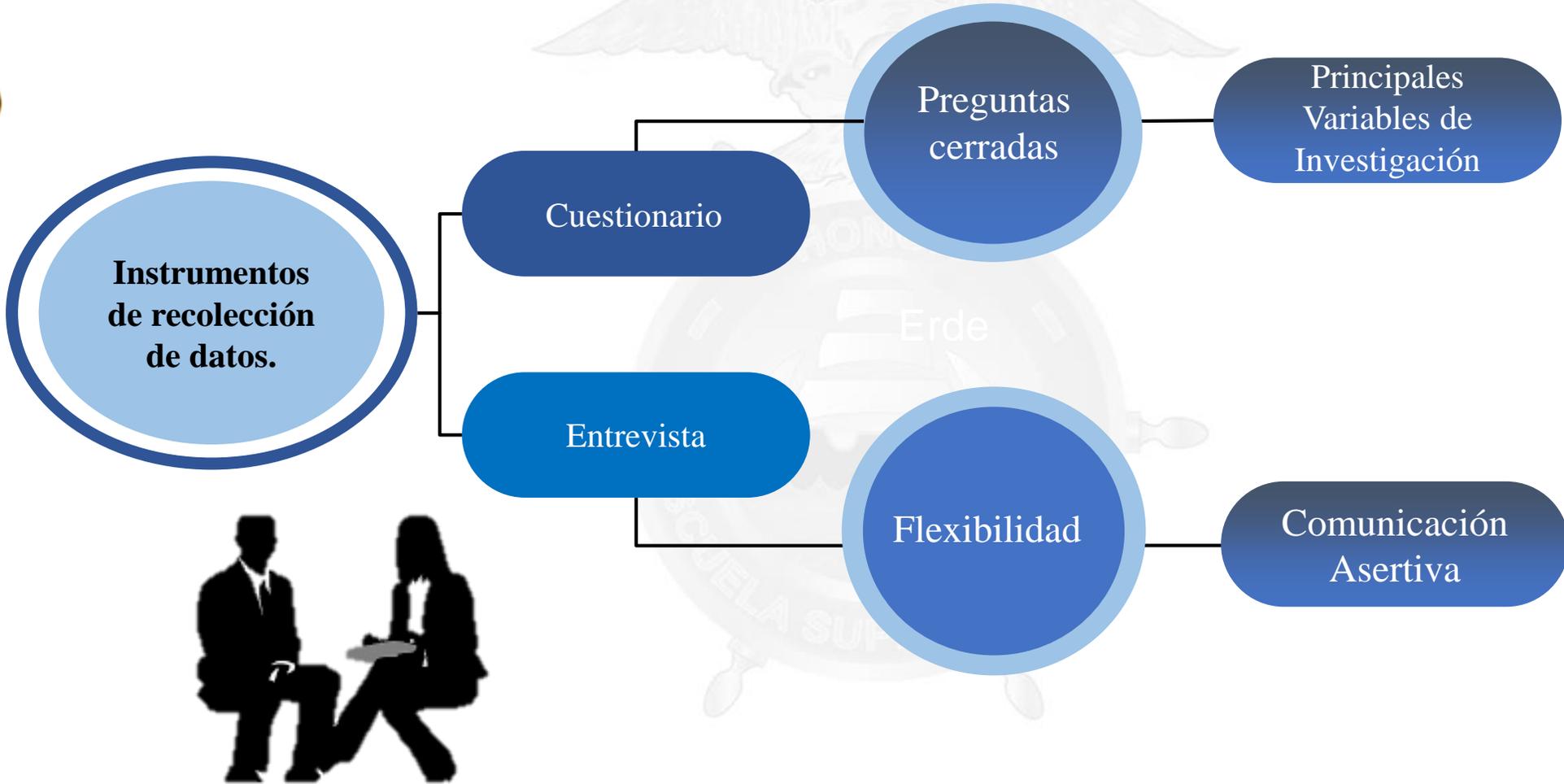
Año	Enfermedades respiratorias	Dengue	Fracturas	Torceduras	Inflamaciones	Alergias	Total
2018	64	4	10	340	99	22	524
2019	72	6	8	325	122	27	560
2020	135	8	6	245	110	22	526
2021	105	24	7	315	98	30	579
2022	83	9	4	278	136	28	538
Total	389	51	35	1503	565	129	2727

Fuente: Centro de salud de la Base Naval de Salinas.

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA



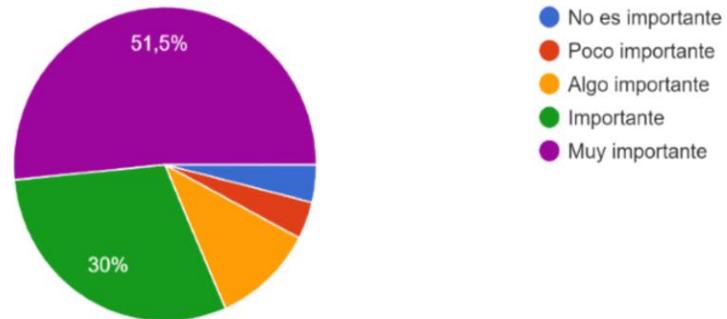
FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA



FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA

2. ¿Cuál cree usted que sería el nivel de importancia al contar con un manual de procedimientos basado en la salud y seguridad ocupacional de los guardiamarinas?

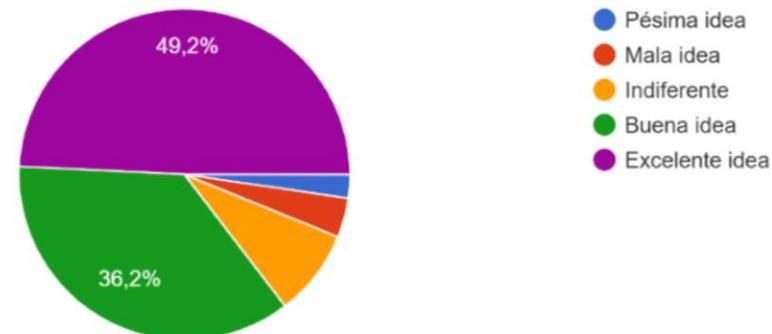
130 respuestas



RESULTADOS DE ENCUESTAS MÁS RELEVANTES

4. ¿Qué opina acerca de la implementación de un manual de procedimientos para regular el cuidado de la salud integral del guardiamarina?

130 respuestas

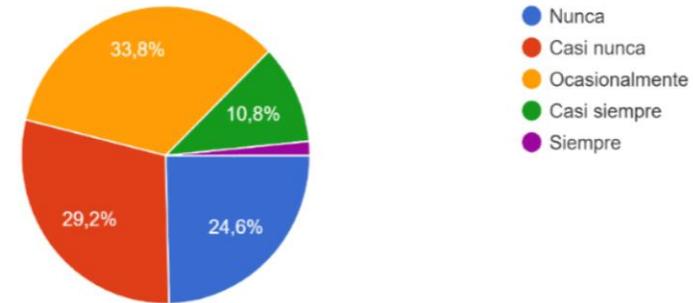


FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA

RESULTADOS DE ENCUESTAS MÁS RELEVANTES

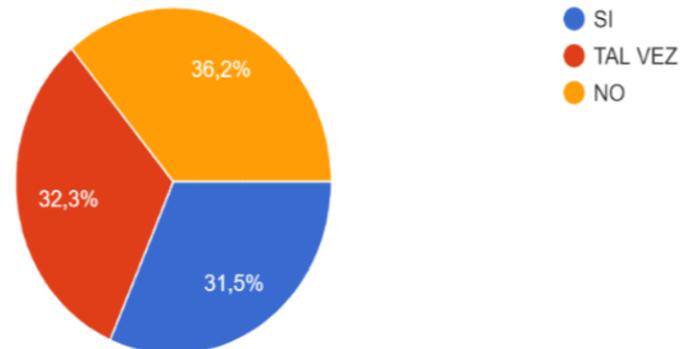
5. ¿Con qué frecuencia los guardiamarinas más antiguos a usted, han sido sancionados por excederse en aplicar castigos físicos ?

130 respuestas



6. ¿ Considera que durante su estadía en la Escuela Superior Naval su formación académica se ha visto afectada por lesiones físicas ?

130 respuestas

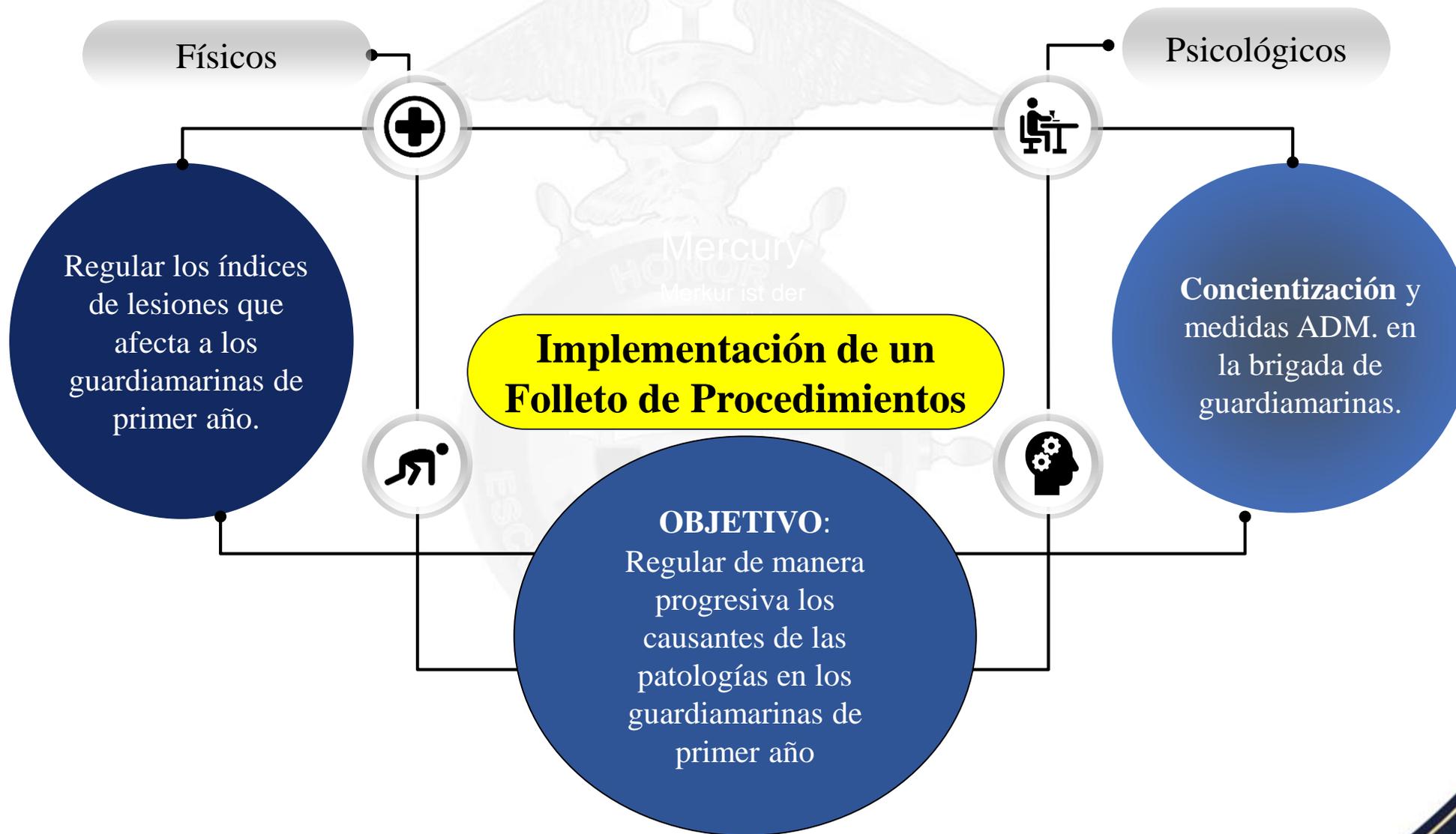


FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA

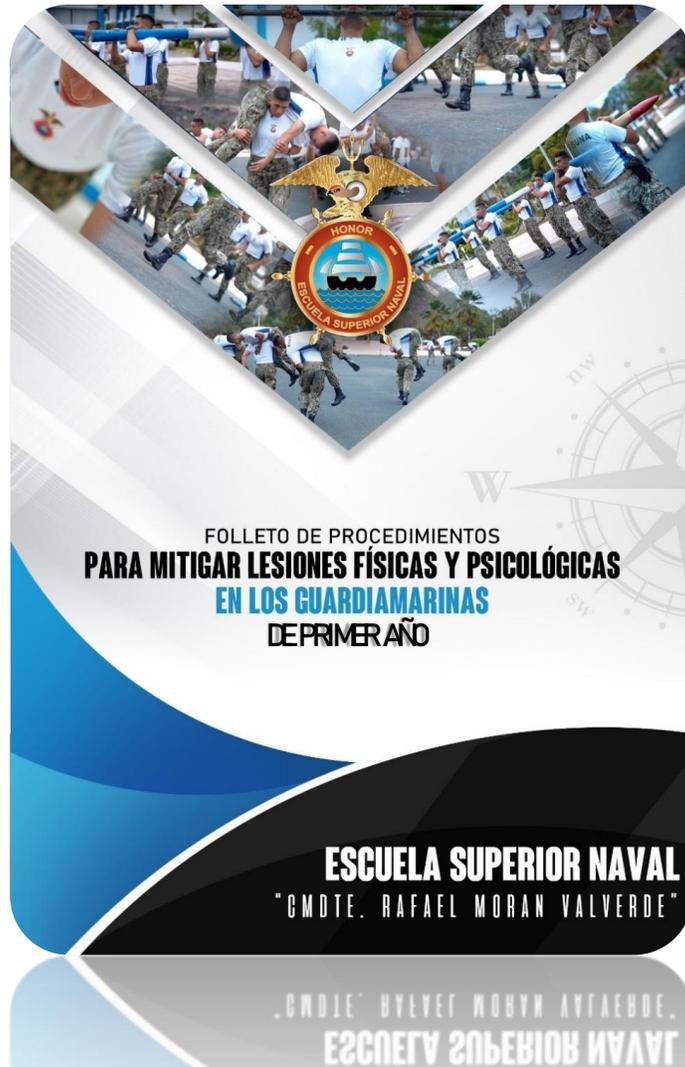
Entrevistas realizadas a los señores oficiales periodo 2018-2022.

REPARTO	NOMBRE	VALOR
COOPNA	ALFG-ARM IVAN VIEIRA MARÍN	E1
BIMLOR	ALFG-IM KEVIN FIERRO CHUCHUCA	E2
CORIOS	ALFG- SU ERICKA ZAVALA CUEVA	E3
ESSUNA	TNFG-AV LOURDES VALVERDE VINUEZA	E4
REMCHI	TNFG-SU CAMILA TOSCANO GAMECHO ARTEAGA	E5
CORIOS	ALFG-SU ALDRIN ESPINOZA MORAN	E6
ESSUNA	TNFG-IM DAVID MARCOS MIELES	E7
CESCAN	ALFG-ARM MARTHA ARELLANO PAZMIÑO	E8

PROPUESTA



PROPUESTA



Propuesta de Folleto de Procedimientos para mitigar las lesiones Físicas y Psicológicas en los Guardiamarinas de Primer Año.

1º

Medidas preventivas

2º

Riesgos Físicos y Psicológicos

3º

Ejercicios físicos autorizados

4º

Plan de capacitación

Nota: Folleto enfocado solo a los riesgos adquiridos por sanción disciplinaria o medida correctiva de conducta

PROPUESTA

OBJETIVO GENERAL DE LA PROPUESTA



Desarrollar un folleto con las alternativas de actividades para la mitigación de las problemáticas acerca de lesiones a razón de un correcto liderazgo, a través de medidas y acciones preventivas, junto al personal profesional y capacitado, para el beneficio de los guardiamarinas de primer año dentro de la Escuela Superior Naval, antes de ascender a su inmediato superior.



PROPUESTA

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA PROPUESTA

**01**

Identificar rutinas correctivas adecuadas en tiempos preestablecidos, mediante la implementación de ejercicios físicos y controlados, que disminuyan las lesiones y futuros riesgos en la salud, que impedirán el correcto desempeño integral del guardiamarina en su periodo de formación.

**02**

Verificar manuales de seguridad y salud ocupacional implementados en las demás escuelas e instituciones militares para obtención de un modelo que satisfaga las necesidades requeridas por nuestra institución.

**03**

Proponer alternativas de mitigación de los riesgos más comunes en las diferentes actividades cumplidas durante su primer año de formación, a través de normas de salud ocupacional para la militarización del primer periodo de los aspirantes a guardiamarinas, que coadyuven al mejoramiento de la seguridad, salud ocupacional y capacidades de los guardiamarinas de primer año naval.



PROPUESTA

Condiciones previas a la ejecución de los ejercicios.	
Observación	Los ejercicios físicos autorizados como sanción disciplinaria o medida correctiva de conducta del personal militar en formación han sido seleccionados de forma tal que puedan ser ejecutados por hombres y mujeres, sin diferenciación de sexo.
Prohibiciones	Aplicar como sanción disciplinaria o medida correctiva de conducta del personal militar en formación ejercicios que no se encuentren contemplados en el presente instructivo, la aplicación de ejercicios físicos autorizados como sanción disciplinaria o medida correctiva de conducta del personal militar en formación en fuera de las áreas autorizadas para este propósito, la extralimitación del lapso de tiempo autorizados para la aplicación de estos por parte de los Oficiales Instructores, Brigadieres o Guardiamarinas de la Escuela Superior Naval.

Condiciones de empleo	Áreas autorizadas para la aplicación de ejercicios físicos autorizados como sanción disciplinaria o medida correctiva de conducta del personal militar en formación, entre la diana y el silencio. Si la aplicación de medidas correctivas de conducta se realiza entre Guardiamarinas de diferente sexo, se deberá precautelar que el área se encuentre adecuadamente iluminada.
Tiempo permitido	De acuerdo con lo establecido en el presente instructivo. <ul style="list-style-type: none">• Oficiales Instructores: 30 minutos.• Brigadieres: 15 minutos.• Brigada de Guardiamarinas: 10 minutos. Este lapso de tiempo podrá ser extendido de forma excepcional únicamente por orden del señor Director o Comandante de Guardiamarinas.

PROPUESTA

Variantes	Armado y equipado.
Vestimenta para la ejecución del ejercicio físico	<p>Para la aplicación de ejercicios físicos autorizados como medida correctiva de conducta del personal militar en formación</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tenida del día, de acuerdo con el régimen de la Brigada de Guardiamarinas. - Tenida Armado y Equipado: UTON completo (Chaqueta, pantalón, kepi, camiseta color coyote, cinturón táctico, cinturón de campaña, medias color coyote y botas

Fuente: Extracto del Folleto de Procedimientos

CON TENIDA DE SERVICIO ESPECIAL O TENIDA DEL DÍA.	ARMADO Y EQUIPADO
<ul style="list-style-type: none"> • Trotes. • Flexiones de codo. • Flexiones de codo tipo tríceps. • Flexiones de codo, estilo palmadas • Burpee. • Balanceo. • Polichinela. • Sentadilla con/sin salto • Caminata Lunar. • Escala Montaña. • Plancha Isométrica. • Abdominales tipo bisagra. • Tijeretas y Calambre Chino. 	<ul style="list-style-type: none"> • Trote. • Flexiones de codo. • Polichinelas. • Sentadilla • Caminata Lunar. • Abdominales.

PROPUESTA

Ejercicios físicos autorizados.

Trote.

Descripción: Se ejecutará una carrera (trote) a un lugar designado por el Oficial o Guardiamarina al mando, la carrera será en sentido antihorario del lugar designado. Los lugares designados se encuentran sujetos al buen juicio y criterio del Oficial o Guardiamarina al mando, designación en la cual deberá primar siempre la seguridad del personal y material.

Flexiones de Pecho.

Descripción: 4 puntos de contacto con el suelo (2 manos – 2 pies), las manos en el piso a la altura de los hombros, mientras que en la parte posterior, piernas apoyadas y estiradas. Postura en línea recta alineados hombros, cadera, rodillas; flexiona codos mientras baja el cuerpo y sube



Polichinelas (Armado y Equipado).

Descripción: Se coloca las manos en la culata y trompetilla del fusil, para poder, subirlo y bajarlo enfrente del rostro, realizando el mismo movimiento de polichinelas sin el fusil culminando el movimiento con los brazos extendidos y el fusil en la cabeza. (Sin mochila de campaña).



Fuente: Extracto del Folleto de Procedimientos

PROPUESTA

EVALUACIÓN	1	2	3	4	5
1. ¿Ha sufrido lesiones que le hayan dado una condición de exento durante su estadía en la Escuela Superior Naval?					
2. ¿Cree usted que el excesivo tiempo de la sanción física disciplinaria lo conlleva a una lesión?					
3. ¿Antes de su ingreso a la Escuela Naval se asesoró de las lesiones a las cuales se encontraba más propenso?					
4. ¿A sufrido de lesiones luego de ser partícipe de una sanción física disciplinaria?					
5. ¿Siente alguna sensación de miedo o recelo hacia el sancionador?					

Evaluación de lesiones Físicas y Psicológicas.

A continuación, se adjunta un formato para aplicarlo como medida de evaluación ante una lesión física o psicológica, en una escala del 1 al 5 siendo el 1 mínimo grado de aplicación y el 5 el máximo grado de aplicación.

**Instrumento de retroalimentación para
ODD – ODG – BDG – BDD -
INSTRUCTORES**



Fuente: Extracto del Folleto de Procedimientos

PROPUESTA

MEDIDAS PREVENTIVAS ANTE RIESGOS PSICOLÓGICOS

ANSIEDAD



DEPRESIÓN



ESTRÉS



PROPUESTA

Rol de Capacitación para la Brigada de Guardiamarinas

ORD	FOLLETO DE PROCEDIMIENTOS DE MITIGACIÓN DE RIESGOS FÍSICOS Y PSICOLÓGICOS DE LOS GUARDIAMARINAS DE PRIMER AÑO	HORAS	1ER MES				2DO MES				3ER MES					
			S E M A N A 1	S E M A N A 2	S E M A N A 3	S E M A N A 4	S E M A N A 1	S E M A N A 2	S E M A N A 3	S E M A N A 4	S E M A N A 1	S E M A N A 2	S E M A N A 3	S E M A N A 4		
	PRIMERA SESIÓN															
1	INTRODUCCIÓN A LAS LESIONES Y RIESGOS	2														
2	APLICACIÓN DEL MANUAL	4														
	SEGUNDA SESIÓN															
3	EVALUACIÓN DE LESIONES FÍSICAS Y PSICOLÓGICAS	2														
4	CONDICIONES PARA LA EJECUCIÓN DE EJERCICIOS	2														
	TERCER SESIÓN															
5	TIPOS DE EJERCICIOS FÍSICOS	3														
6	MEDIDAS PREVENTIAS ANTE RIESGOS PSICOLÓGICOS	3														
	CUARTA SESIÓN															
7	APLICACIÓN DEL LIDERAZGO TRANSFORMACIONAL	4														
8	INTELIGENCIA EMOCIONAL	3														
9	RETROALIMENTACIÓN	2														



CONCLUSIONES



La determinación de las causas que generan las lesiones tanto físicas como psicológicas a través de las estadísticas, permite crear medidas para precautelar el desarrollo integral del guardiamarina.



Identificar las lesiones más comunes dentro del periodo de formación de los guardiamarinas de primer año, facilita conocer los factores que las producen en base a las actividades realizadas después de llevar una vida poco activa.



La elaboración del folleto de procedimientos con las medidas de mitigación de lesiones, permite disponer de una base sustentable para la ejecución de ejercicios que coadyuven a la prevención y reducción del riesgo laboral de la institución.



RECOMENDACIONES



Capacitar a la brigada de guardiamarinas, sobre la prevención de lesiones físicas y psicológicas que afectan al desarrollo integral del guardiamarina; de modo que conozcan el beneficio de folleto de procedimientos de mitigación de riesgos.



Realizar análisis de la salud de los guardiamarinas durante periodos de tiempo establecidos para determinar el incremento o la disminución de riesgos a causa de las lesiones más comunes determinadas.



Gestionar la implementación y la aplicación del folleto de procedimientos con el objetivo de permitir el desarrollo integral de los guardiamarinas y a futuro contar con oficiales de la marina de guerra sin lesiones infringidas a causa de una formación discontinua.



MUCHAS GRACIAS
POR SU ATENCIÓN