ESTRATEGIA 4D

Un estilo de vida saludable

Teniente Coronel **RIBELINO SÁNCHEZ SIERRA**
Jefe de Área de Seguridad y Salud en el Trabajo

DIOS Y PATRIA
Es un honor ser Policía

OBJETIVO **PRINCIPAL**

Impulsar la cultura del autocuidado de los funcionarios de la Policía Nacional de Colombia, en las dimensiones **física, mental, afectiva y espiritual,** generando la práctica de hábitos saludables que les permite **mejorar su calidad de vida en el ambiente personal y laboral,** impactando positivamente la prestación de servicio de Policía.

DIMENSIÓN

FÍSICA

DIMENSIÓN

MENTAL

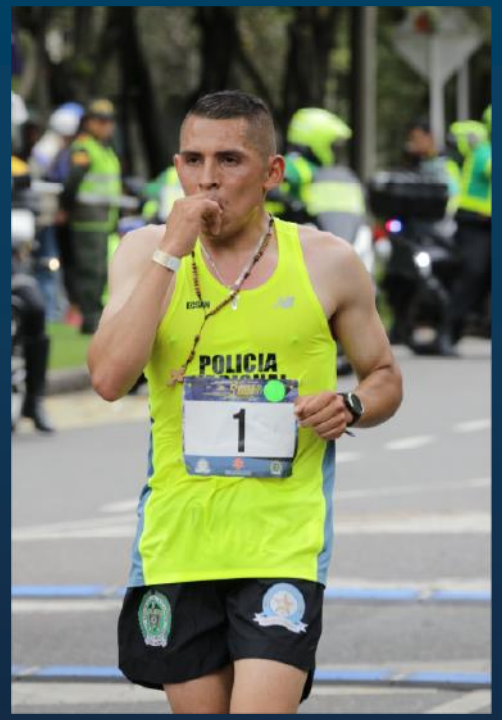
DIMENSIÓN

AFECTIVA

DIMENSIÓN

ESPIRITUAL

12 FOCOS DE ATENCIÓN

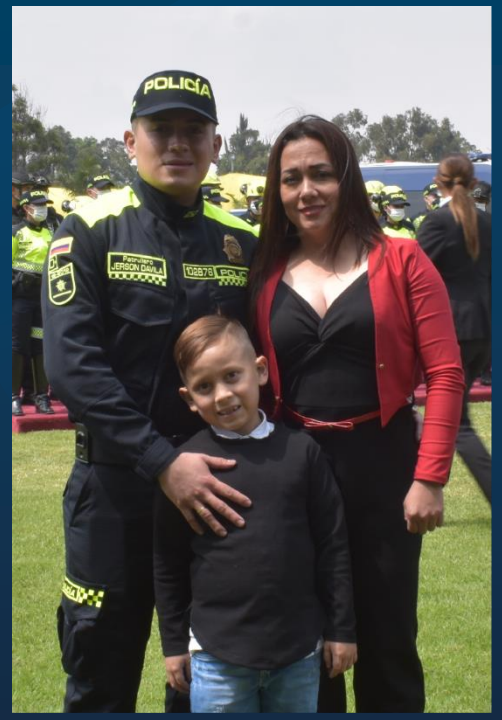


FÍSICA

- Nutrición.
- Actividad física.
- Adicciones.

MENTAL

- Manejo de estrés.
- Finanzas personales.
- Primeros auxilios psicológicos.



AFECTIVA

- Familia.
- Trabajo en equipo.
- Empatia.

ESPIRITUAL

- Sentido y propósito de vida
- Valores.
- Creencias.

2 EJES **TRANSVERSALES**

COMPROMISO **INSTITUCIONAL**

A partir del compromiso y de la articulación efectiva de capacidades por parte de las **Direcciones del componente Gestión Humana, la Dirección Administrativa y Financiera**, y de los comandantes de cada unidad, se deben facilitar las condiciones básicas de un entorno favorable al personal integrante de la Institución para que pueda adoptar la cultura de la práctica de hábitos saludables en el marco de las 4 dimensiones del ser humano.

COMPROMISO **INDIVIDUAL**

La adopción de **hábitos saludables** como estilo de vida dentro del marco de la estrategia 4D, requiere de una genuina voluntad por parte del uniformado y no uniformado de la Institución en querer mejorar su calidad de vida y por ende, impactar de manera positiva su entorno personal y laboral.

7 LÍNEAS DE **ACCIÓN**

1. **Plan de** Comunicación sostenible
2. **Plan de** sensibilización
3. **Actividades de** impacto
4. **Despliegue**
5. **Alianzas** estratégicas
6. **Innovación** tecnológica
7. **Modelo de** seguimiento y control

1. PLAN DE COMUNICACIÓN SOSTENIBLE

Imágenes de Expectativa

Imágenes de Sensibilización

RECOMENDACIONES 4D

Dimensión física

Dimensión mental

Dimensión espiritual

Dimensión afectiva

ROTAFOLIO

CANAL ÁREA SGSST

ESCANÉAME

2. PLAN DE SENSIBILIZACIÓN

Escuelas de formación de Oficiales General Francisco de Paula General Santander.

Escuela de Mandos Ejecutivos del Nivel Ejecutivo "Gonzalo Jiménez de Quesada.

Escuela de Posgrados de Policía MIGUEL ANTONIO LLERAS PIZARRO.

3. ACTIVIDADES DE IMPACTO

1

CONGRESO EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

2

SEMANA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

3

CONCURSOS ENFOQUE 4D

4

RUTA 4D

RUTA 4D
Un estilo de vida saludable

5

MENTALIZATE 4D

6

LANZAMIENTO EN LAS REGIONES 2021

4. DESPLIEGUE

DAT 012 DIPON-DITAH del 08/03/2022

MINISTERIO DE DEFENSA NACIONAL
POLICÍA NACIONAL
DIRECCIÓN GENERAL

Bogotá D. C. 08 MAR 2022

DIRECTIVA ADMINISTRATIVA TRANSITORIA

N.° 012 / DIPON – DITAH – 23.2

PARÁMETROS INSTITUCIONALES DE SEGUIMIENTO A LA ESTRATEGIA 4D "UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE" EN LA POLICÍA NACIONAL AÑO 2022.

I. OBJETO Y ALCANCE

A. FINALIDAD

Fijar directrices y criterios institucionales para el seguimiento a la estrategia **4D "Un estilo de vida saludable"**, para fomentar una cultura de autocuidado en los integrantes de la Policía Nacional, en las cuatro dimensiones del ser humano: física, mental, afectiva y espiritual, como iniciativa para la prevención y promoción de la salud del personal, lo que impacta positivamente en la prestación del servicio de policía.

B. REFERENCIAS

1. Constitución Política de Colombia de 1991.
2. Resolución 217 A (III) del 10 de diciembre de 1948 "Declaración Universal de los Derechos Humanos".
3. Ley 74 del 26 de diciembre de 1968 "Por la cual se aprueban los Pactos Internacionales de Derechos Económicos, Sociales y Culturales, de Derechos Civiles y Políticos, así como el Protocolo Facultativo de este último, aprobado por la Asamblea General de las Naciones Unidas en votación unánime, en Nueva York, el 16 de diciembre de 1966".
4. Ley 16 del 30 de diciembre de 1972 "Por medio de la cual se aprueba la Convención Americana sobre Derechos Humanos Pacto de San José de Costa Rica, firmado en San José, Costa Rica, el 22 de noviembre de 1969".
5. Ley 87 del 29 de noviembre de 1993 "Por la cual se establecen normas para el ejercicio del control interno en las entidades y organismos del Estado", en su artículo 2.°, literal h, establece que uno de los objetivos del Sistema de Control Interno, fundamentales para el diseño y desarrollo de las organizaciones es "Velar porque la entidad disponga de procesos de planeación y mecanismos adecuados para el diseño y desarrollo organizacional, de acuerdo con su naturaleza y características".
6. Ley 100 del 23 de diciembre de 1993 "Por la cual se crea el sistema de seguridad social integral y se dictan otras disposiciones".
7. Ley 352 del 17 de enero de 1997 "Por la cual se reestructura el Sistema de Salud y se dictan otras disposiciones en materia de Seguridad Social para las Fuerzas Militares y la Policía Nacional", tiene por objeto del SSMP prestar el servicio integral de salud en las áreas de promoción, prevención, protección, recuperación y rehabilitación del personal afiliado y sus beneficiarios y el servicio de sanidad inherentes a las operaciones militares y policiales.
8. Ley 489 del 29 de diciembre de 1998 "Por la cual se dictan normas sobre la organización y funcionamiento de las entidades del orden nacional, se expiden las disposiciones, principios y reglas generales para el ejercicio de las atribuciones previstas en los numerales 15 y 16 del artículo 189 de la Constitución Política y se dictan otras disposiciones".
9. Ley 1562 del 11 de julio de 2012 "Por la cual se modifica el Sistema General de Riesgos Laborales y se dictan otras disposiciones en materia de salud ocupacional".

ESQUEMA PARA LA ESTRATEGIA 4D EN EL MNVCC

5. ALIANZAS ESTRATEGICAS

POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

SCIENTIÆ · PATRIÆ · FAMILIÆ
UNIVERSIDAD MILITAR
NUEVA GRANADA

OBRAS SOCIALES EN BENEFICIO DE LA POLICÍA NACIONAL
AOS
"MANO TENDIDA Y CORAZÓN DISPUESTO"

CCS
Consejo Colombiano
de Seguridad

El deporte
es de todos
Mindeporte

Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo

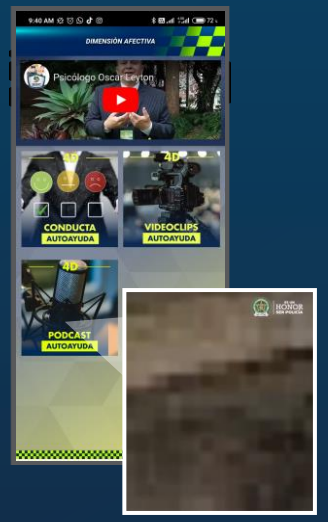
6. INNOVACIÓN TECNOLÓGICA

POLIAPP 4D

TEST POR DIMENSIÓN

IMC, y condiciones de Salud

LÍNEA DE APOYO **EMOCIONAL**



MATERIAL PEDAGÓGICO

Video clips, podcast, audiolibros.

Módulo finanzas personales e inteligencia emocional.

CAJA DE HERRAMIENTAS

Infografías, videoclips, recomendaciones para manejo de equipos de trabajo.

App disponible en: Available on the App Store | GET IT ON Google Play

7. MODELO DE SEGUIMIENTO Y CONTROL

BOLETÍN MENSUAL RETOMANDO LA 4D

ES UN HONOR SER POLICÍA

RETOMANDO

ESTRATEGIA 4D

Un estilo de vida saludable

SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Física | Mental | Afectiva | Espiritual

Boletín No. 1

CONSOLIDADO ESTRATEGIA 4D
DEL 1 DEL AL 28 FEBRERO DE 2022

DIMENSIÓN	DIMENSIÓN FISICA	DIMENSIÓN MENTAL	DIMENSIÓN ESPIRITUAL	DIMENSIÓN AFECTIVA
Total funcionarios impactados	24,732	29,182	11,710	20,850

PORCENTAJE FUNCIONARIOS IMPACTADOS	Funcionarios de entornos Administrativos	Funcionarios de entornos Operativo Misional (SIJIN, UNIPOL, SIPOL... ETC)	Funcionarios del MNVCC	Total
	8,99%	2,93%	6,17%	18,11%

ACTIVIDADES A NIVEL NACIONAL

DIMENSIÓN	Total N° de actividades	Funcionarios de entornos Administrativos	Funcionarios de entornos Operativo Misional (SIJIN, UNIPOL, SIPOL... ETC)	Funcionarios del MNVCC
FÍSICA	1,017	14,875	4,526	5,331
MENTAL	1,310	14,501	4,736	9,945
AFECTIVA	3,010	4,664	2,844	4,202
ESPIRITUAL	2,964	12,573	4,239	4,038

Actividades de la Técnica de debrifing psicológico	Funcionarios de entornos Administrativos participaron en actividades de Técnica de debrifing psicológico	Funcionarios de entornos Operativo Misional (SIJIN, UNIPOL, SIPOL... ETC) participaron en actividades de Técnica de debrifing psicológico	Funcionarios del MNVCC participaron en actividades de Técnica de debrifing psicológico	Total funcionarios impactados
462	887	555	1,071	2,513

1

ENCUESTA ESTRATEGIA 4D

ES UN HONOR SER POLICÍA

ENCUESTA

25 de marzo al 5 de abril

Disponible en el **PSI**

La encuesta 4D **busca conocer el nivel de implementación de la estrategia al interior de cada una de las unidades**. Al contestar, recuerde que su opinión es muy importante y permitirá al mando institucional tomar decisiones para mejorar su calidad de vida al 4D.

ESTRATEGIA 4D

Un estilo de vida saludable

• OBJETIVO **PRINCIPAL** •

Impulsar la cultura del autocuidado de los funcionarios de la Policía Nacional de Colombia, en las dimensiones física, mental, afectiva y espiritual, generando la práctica de hábitos saludables que les permita mejorar su calidad de vida en el ámbito personal y laboral, **impactando positivamente la prestación del servicio de Policía.**

2 EJES TRANSVERSALES

COMPROMISO INSTITUCIONAL

Los directores y comandantes de unidad deben facilitar las condiciones básicas para que su personal pueda adoptar la práctica de hábitos saludables.

COMPROMISO INDIVIDUAL

Genuina voluntad del funcionario por querer mejorar su calidad de vida y por ende impactar de manera positiva su entorno personal y laboral.

Física | Mental | Afectiva | Espiritual

RESULTADOS QUE IMPACTAN LA CULTURA ORGANIZACIONAL

2021

FUNCIONARIOS	RESPONDIERON
126.574	104.852
	82,77%

2022

FUNCIONARIOS	RESPONDIERON
139.616	122.611
	87,82%

¿SE HA REALIZADO DIFUSIÓN DE LA ESTRATEGIA 4D "UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE"?

2021	2022	INCREMENTO DE
55,87%	89,11%	33,24% ↑

¿HA PARTICIPADO EN ACTIVIDADES EN EL MARCO ESTRATEGIA 4D "UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE"?

2021	2022	INCREMENTO DE
19,92%	80,84%	60,92% ↑

DISMINUCIÓN DE -12% ↓

EN EL PERSONAL UNIFORMADO Y NO UNIFORMADO QUE PRESENTA EXCUSAS MÉDICAS

¿EN SU TIEMPO LIBRE REALIZA ACTIVIDADES EN EL MARCO DE LA ESTRATEGIA 4D "UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE"?

2021	2022	INCREMENTO DE
21,44%	69,16%	47,72% ↑

2021	2022	DISMINUCIÓN DE
14%	7%	-7% ↓

PERSONAL QUE NO REALIZABA NINGUNA ACTIVIDAD FÍSICA

FINALISTA MEJOR PRÁCTICA ORGANIZACIONAL POLICÍA NACIONAL

PREMIO
EXCELENCIA
POLICIAL
XII VERSIÓN

CATEGORÍA

ESCANEA PARA VOTAR

VOTA AQUÍ

VIVE AL 4D

SGSST

SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

• GRACIAS •

DIOS Y PATRIA

Es un honor ser Policía