

Informe del programa de pausas activas

Ejecución · monitoreo · evidencia

Registro consolidado del período, generado desde el Panel de Clientes. Documento pensado para adjuntar a la carpeta de gestión preventiva (SST) y responder requerimientos de fiscalización.

CLIENTE
Empresa Ejemplo S.A.

PERÍODO
Febrero - Julio 2026

SUCURSALES
3 · Stgo. Centro / Norte / Bodega Sur

EMITIDO
01-08-2026 · Panel de Clientes

1 · Resumen ejecutivo

97%

EJECUCIÓN DEL PROGRAMA

▲ 148 de 152 sesiones planificadas

1.240

ASISTENCIAS REGISTRADAS

▲ 82% de la dotación alcanzada

72/100

INDICADOR GLOBAL

▲ +7 puntos en el período

2

HALLAZGOS GESTIONADOS

1 físico · 1 psicosocial

● **Alerta gestionada en el período:** el factor psicosocial de Sucursal Norte bajó dos meses consecutivos (abr-may). Se reforzó la frecuencia de sesiones y el indicador recuperó nivel en junio. Detalle en sección 3.

2 · Ejecución del programa

REGISTRO · DS 44

MES	PLANIFICADAS	REALIZADAS	% EJECUCIÓN	SUCURSAL	SESIONES	ASIST. PROM.	COBERTURA DOTACIÓN
Febrero	24	23	96%	Santiago Centro	62	9,1	88%
Marzo	26	25	96%	Norte	48	8,2	81%
Abril	26	25	96%	Bodega Sur	38	7,6	71%
Mayo	26	26	100%	Total	148	8,4	82%
Junio	25	24	96%	Trazabilidad: cada sesión queda registrada con fecha, horario, sucursal, profesional a cargo y asistencia. El detalle sesión a sesión está disponible en el Panel de Clientes y se adjunta como anexo a solicitud.			
Julio	25	25	100%				
Total período	152	148	97%				

3 · Monitoreo por dimensión

Observación estructurada registrada por el profesional al cierre de cada sesión, agregada por sucursal y mes.
Escala 0-100: más alto = mejor estado observado.

Carga física · zonas de tensión predominantes

TMERT

% de sesiones del período en que la zona fue reportada como predominante

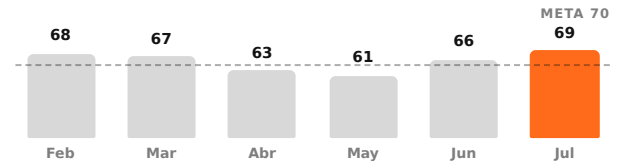
Cuello / hombros		46%
Espalda alta		28%
Espalda baja		15%
Miembros superiores		11%

Lectura preventiva: la concentración sostenida en cuello/hombros en **Bodega Sur** (puestos de picking) sugiere priorizar esos puestos en la próxima aplicación de la lista de chequeo TMERT.

Factor psicosocial · evolución del período

CEAL-SM

Promedio mensual observado (estrés, ánimo, señales verbales de sobrecarga y sueño)



- **Abr-may:** baja sostenida concentrada en Sucursal Norte, coincidente con período de alta demanda. Gestionada con refuerzo de frecuencia; recuperación en jun-jul. Insumo relevante para el comité de aplicación CEAL-SM.

Clima y dinámica de grupo

Cohesión, interacción y señales de conflicto observadas en sesión

- ✓ Cohesión grupal estable en las 3 sucursales (rango bueno)
- ✓ Sin señales de conflicto visible en el 92% de las sesiones
- ✓ Comentarios de sobrecarga concentrados en Norte durante abr-may

Señales fisiológicas y de descanso

Reportes espontáneos registrados durante las sesiones

- ✓ Reportes de mal descanso a la baja: 18% (feb) → 9% (jul)
- ✓ Fatiga en ejercicio dentro de rango normal en todo el período
- ✓ Sin síntomas de ansiedad observados en junio y julio

4 · Hallazgos y recomendaciones

Priorizar chequeo TMERT en puestos de picking (Bodega Sur)

TMERT

Tensión cuello/hombros predominante y recurrente. Recomendación: aplicar lista de chequeo en esos puestos y evaluar micro-pausas adicionales en turno tarde.

Documentar la gestión del episodio abr-may de Sucursal Norte

CEAL-SM

La baja y su recuperación quedaron registradas. Incorporar este antecedente como medida gestionada en la próxima aplicación del cuestionario oficial.

Cerrar brecha de cobertura en Bodega Sur (71%)

COBERTURA

Única sucursal bajo 80%. Recomendación: ajustar horario de la sesión del jueves al cambio de turno para capturar al equipo saliente.

5 · Extracto del registro de sesiones

Muestra de las últimas 8 sesiones del período. El registro completo (148 sesiones) está disponible en el Panel de Clientes.

FECHA	SUCURSAL	HORARIO	PROFESIONAL	ASISTENTES	INFORME DE SESIÓN
28-07-2026	Santiago Centro	10:30	C. Rojas	11	REGISTRADO
28-07-2026	Norte	16:00	M. Fuentealba	9	REGISTRADO
30-07-2026	Bodega Sur	08:15	P. Órdenes	8	REGISTRADO
30-07-2026	Santiago Centro	12:00	C. Rojas	10	REGISTRADO
31-07-2026	Norte	11:30	M. Fuentealba	8	REGISTRADO
31-07-2026	Bodega Sur	17:45	P. Órdenes	7	REGISTRADO
31-07-2026	Santiago Centro	15:30	V. Salas	12	REGISTRADO
31-07-2026	Norte	18:00	M. Fuentealba	9	REGISTRADO

6 · Nota metodológica y alcance

Cómo se genera este informe

Al cierre de cada sesión, el profesional a cargo completa un **informe de observación estructurado** en tres dimensiones (salud física · salud mental/estrés · dinámica de grupo), con pauta estandarizada y escala 0-100. Los datos se agregan por sucursal y mes en el Panel de Clientes, desde donde se emite este documento.

La asistencia y ejecución provienen del registro operativo de cada sesión (fecha, horario, profesional, participantes), verificado con supervisión en terreno.

Alcance — lo que este documento es y no es

Es un insumo de gestión preventiva: evidencia de ejecución de la medida de control, monitoreo continuo del estado observado del grupo y priorización para tus evaluaciones formales.

No es una evaluación ergonómica de puesto, ni la aplicación del cuestionario CEAL-SM/SUSESO, ni reemplaza la vigilancia de tu organismo administrador. Esas instancias formales corren por sus canales; este informe te prepara para llegar a ellas con el trabajo hecho y documentado.

Protección de datos (Ley 21.719): todos los resultados se presentan agregados, con umbral mínimo de grupo. Este informe no contiene ni permite reconstruir información individual identificable de trabajadores. Los registros individuales de operativos de salud cuentan con consentimiento informado y se gestionan por canales separados.

La actividad termina. La evidencia queda.

¿QUIERES ESTE INFORME CON LOS DATOS DE TU ORGANIZACIÓN? CONVERSEMOS: CONTACTO@EEM.CL · +56 9 5217 2628
· EMPRESAENMOVIMIENTO.COM