



@Valpamed

www.valpapharma.com



"LOS EXTINTORES SON COMO LOS
SEGUROS..."

UNO ESPERA NO USARLOS NUNCA.
PERO CUANDO HACEN FALTA...
QUÉ BUENO ES TENERLOS.

EN ESTA EDICIÓN

- Alarmante aumento de casos de VIH en Guatemala.
- ¿Por qué la prevención no es Atractiva?
- 10 "TIPS" para ser un buen monitor de SSO o técnico/a de prevención de riesgos laborales.
- Estas utilizando la ropa de Protección Personal adecuada?
- El día en que todos pensaron: "A mí nunca me va a pasar" (cuento)
- Conoce un poco más de Valpamed

Tu plan de sso
o plan de
riesgos no es
para
engavetarlo,
es para
implementarlo.

TE PUEDO ENSEÑAR CÓMO
AYUDAMOS A OTRAS EMPRESAS A
IMPLEMENTAR EL SISTEMA DE GESTIÓN
EN SSO.



@VALPAMED
WWW.VALPAPHARMA.COM



Y TÚ YA ESTAS EN

Hoy estas en
MODO
(())
SSO

@valpamed
www.valpapharma.com



1ra calle 51-87 Molino de Las
Flores 1 Zona 2 de Mixco



57247742



www.valpapharma.com



ALARMANTE AUMENTO DE CASOS DE VIH EN GUATEMALA.

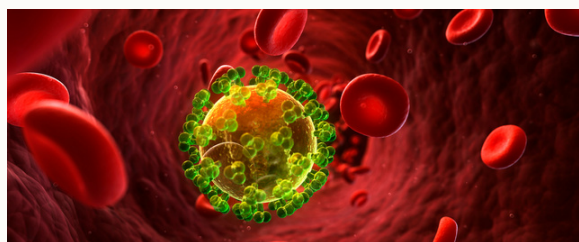
Después de COVID 19 olvidamos por completo que el VIH / SIDA sigue existiendo y que es una enfermedad incurable.

En Guatemala se detectan cerca de 6 nuevos casos de VIH diariamente. Datos del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS) revelan un repunte significativo, sumando casi 1,500 casos solo entre enero y mayo de 2026, lo que representa una alerta nacional.

Solo en 2025 se reportaron 2,061 casos nuevos. A mitad de 2026, los contagios reportados reflejan una tendencia preocupante hacia diagnósticos tardíos (hasta un 44% en etapas avanzadas de la enfermedad). El 73% de los diagnósticos corresponde a personas solteras con prácticas sexuales de riesgo.



La prevención y la información son la mejor solución para contrarrestar los contagios .



Guatemala Central lidera con 31 fallecidos, seguido de Escuintla con 22 e Izabal con 10. Alta Verapaz y Huehuetenango registraron siete muertes cada uno, San Marcos seis, y Retalhuleu y Chimaltenango cinco cada uno. Petén reportó cuatro defunciones.

Por grupo etario, la mayor mortalidad es en personas entre 35 y 39 años (18 casos), seguido del grupo de 30 a 34 años.

Por cada mujer diagnosticada con VIH hay cuatro hombres con el mismo resultado positivo. En orientación sexual, la transmisión heterosexual corresponde a el 48% de los nuevos casos de VIH y el 52% de los de sida ocurren en población heterosexual. Los ladinos o mestizos suman 1.348 casos, frente a 281 en población maya y 54 en población extranjera.



FALTA DE INFORMACIÓN A NIVEL NACIONAL.

El ultimo informe nacional documentó la ausencia de campañas nacionales y de mensajes en los 22 idiomas maternos del país. La única campaña existente, dirigida a adolescentes, fue financiada por el Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá (INCAP) y no por el Ministerio de Salud.

Campañas de información, capacitaciones en escuelas, colegios, empresas y universidades ayudarían a minimizar los casos, el conocimiento es la mejor defensa que se tiene ante la enfermedad.

Aunque actualmente los acuerdos vigentes en SSO solicitan que toda empresa guatemalteca reciba una capacitación anual de VIH, la misma se enfoca únicamente a la no estigmatización y no discriminación de los pacientes que portan el virus, dejando fuera la prevención y las formas de contagio, y aunque con esta capacitación se pretende proteger los derechos de los más vulnerables, dejamos fuera a una gran parte de la población: los más jóvenes, a los que no crecieron conociendo que la enfermedad existe, y las personas sin acceso a un empleo, por lo que consideramos importante campañas nacionales de información, redes de apoyo y medios masivos de comunicación para divulgar el tema, En Valpamed nos esforzamos por que cada capacitación de VIH que impartimos sea integral y dar a conocer, la prevención, el tratamiento y aspectos psicológicos además de la no estigmatización y la no discriminación. (recuerda protegerte y proteger a tus seres queridos, por que aunque no se escuche de la enfermedad sigue presente)

Dra. Pamela Maldonado
Licda. Beira Quevedo
Valpamed.

¿PORQUÉ LA PREVENCIÓN NO RESULTA ATRACTIVA?.



A LOS ENCARGADOS DE PRL NO LES HACEN CASO.

¿PORQUÉ LA PREVENCIÓN NO RESULTA ATRACTIVA?

Casi todos los monitores o encargados de prevención con los que hablamos terminan diciéndonos, tarde o temprano, la misma frase:

«Es que no me hacen caso».

Y no suele ser una queja vacía. Detrás hay horas de trabajo, formaciones preparadas, revisiones de procedimientos, informes, campañas internas... y, aun así, la sensación de que el mensaje no termina de calar en quienes realmente tienen que convivir con él: los trabajadores.

Si miramos solo desde el lado técnico, puede parecer incomprensible. Hablamos de seguridad, de salud, de evitar daños. ¿Cómo no va a resultar importante? Pero una cosa es que sea importante y otra muy distinta es que resulte atractiva. Y ahí es donde, muchas veces, se rompe la conexión.

Antes de pensar en cómo comunicar mejor, hay un paso previo que casi nunca nos paramos a trabajar: entender a quién le estamos hablando. Igual que en marketing, antes de crear una campaña hay que conocer a tu posible cliente y preguntarnos con honestidad: ¿a qué público vamos dirigidos?

La prevención vista desde “el otro lado”

¿Y QUÉ IMPLICA ESO?

Que, aunque tengamos al trabajador físicamente delante, tenemos que dar por hecho que no todo lo que digamos va a ser escuchado. Porque hemos desarrollado una capacidad tremenda para “deslizar mentalmente” incluso cuando seguimos ahí sentados: cambiar de tema por dentro, aunque por fuera estemos mirando.

Por eso, más que enfadarnos porque “no escuchan”, necesitamos hacernos esta pregunta incómoda:

“¿Qué hace que esta persona “deslice” y pase de lo que le estamos contando?”

Cada trabajador tiene su propio ranking de prioridades: el volumen de trabajo que le queda, la bronca que quiere evitar, el contrato temporal, el cambio de turno, el problema que trae de casa... Nuestra prevención entra en esa lista y, casi siempre, entra por detrás.

Si cambiamos de perspectiva y nos colocamos en el lugar del trabajador, la prevención adopta matices muy diferentes.

Para muchos, se asocia a:

- Tiempo que se “resta” a la producción para asistir a formaciones
- Documentación que llega desde fuera de su realidad cotidiana
- Normas que parecen chocar con la forma en la que se hace el trabajo cuando “hay prisa”

El trabajador no entra por la puerta pensando en el plan de prevención. Entra pensando en:

- Llegar puntual
- Sacar el trabajo sin problemas
- No tener conflictos ni con compañeros ni con mandos
- Poder irse a casa con la sensación de haber cumplido

Cuando la prevención aparece principalmente en forma de requisitos, prohibiciones o exigencias, es bastante lógico que se viva como algo impuesto, más cercano al control que al cuidado. No es que “pasen de todo”; es que su foco, sus prioridades y sus urgencias están en otro sitio. El contenido de la prevención compite con el de las demás cosas. Aquí viene otra parte incómoda de asumir: lo que contamos en prevención compite con todo lo demás que está reclamando atención en la cabeza de esa persona.

Estamos viviendo un cambio brutal en cómo funciona la atención. Dopamina en anuncios, vídeos, contenido en redes sociales, un deslizar continuo de lo que deja de interesarnos. El desarrollo de cualquier contenido (da igual si es ocio, formación o prevención) ya se hace contando con que el tiempo de atención se acorta cada vez más. Dicho mal y pronto: nuestro cerebro está frito.

No se trata de resignarnos, sino de ser realistas. Si sabemos que sus prioridades son otras (porque lo son, no porque “deberían” ser distintas), entonces la forma de contar lo que queremos que se le quede tiene que cambiar:

- Ir más al grano.
- Bajar la teoría y subir ejemplos que toquen su realidad directa.

En resumen: dejar de asumir que nos van a escuchar “porque es importante” y empezar a diseñar nuestros mensajes sabiendo que compiten con todo lo demás que está pasando en su cabeza y en su jornada.

Cuando aceptamos esa realidad, dejamos de culpar tanto al trabajador... y empezamos a hacernos la pregunta clave:

“Con el poco espacio de atención que tiene, ¿qué vamos a decirle y cómo se lo vamos a decir para que, al menos, una idea se le quede de verdad?”.

Prevenir.
Valpamed.

10 “TIPS” PARA SER UN BUEN MONITOR /A DE SSO O ENCARGADO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES



Ser un monitor de SSO o encargado de prevención de riesgos laborales es una responsabilidad crucial. El trabajo de estos profesionales es garantizar que los trabajadores de una empresa estén seguros y saludables en el lugar de trabajo. Para ser un buen monitor o encargado de SSO se necesita habilidad, conocimiento y pasión por la seguridad. Aquí hay 10 claves para ser un buen técnico de prevención de riesgos laborales:

Conocimiento técnico: Un técnico de prevención de riesgos laborales debe tener un conocimiento sólido y actualizado sobre la seguridad y salud en el trabajo. Debe conocer las leyes y regulaciones que rigen la seguridad laboral en Guatemala o el país al que preste sus servicios.



Investigación de accidentes: monitor de SSO debe ser capaz de investigar accidentes y lesiones en el lugar de trabajo para determinar su causa y cómo evitar que vuelvan a ocurrir.

Habilidad para trabajar en equipo: Un técnico de prevención de riesgos laborales o monitor de SSO debe ser un buen colaborador. Debe trabajar estrechamente con otros profesionales en la empresa, como gerentes, supervisores y trabajadores, para identificar y abordar los riesgos laborales.

Flexibilidad: Un buen técnico de prevención de riesgos laborales debe ser flexible y adaptarse a los cambios en el lugar de trabajo. Debe ser capaz de ajustar los planes de prevención de riesgos para abordar los riesgos emergentes.

Comunicación efectiva: Un técnico de prevención de riesgos laborales debe ser un buen comunicador. Debe ser capaz de transmitir información compleja de una manera clara y concisa.

Conocimiento del lugar de trabajo: Un buen técnico de prevención de riesgos laborales debe conocer bien el lugar de trabajo y los procesos que se llevan a cabo allí.

Evaluación de riesgos: Un técnico de prevención de riesgos laborales debe saber cómo realizar una evaluación de riesgos adecuada.

Empatía: Un técnico de prevención de riesgos laborales debe ser empático con los trabajadores y su bienestar. Debe ser capaz de entender las preocupaciones y necesidades de los trabajadores, y trabajar para abordarlas.

Formación continua: La formación continua es esencial para un buen técnico de prevención de riesgos laborales. Debe mantenerse actualizado sobre las últimas tecnologías, prácticas y técnicas de prevención de riesgos.

Compromiso: Finalmente, un buen técnico de prevención de riesgos laborales o monitor de SSO debe estar comprometido con la seguridad y salud en el lugar de trabajo. Debe estar motivado y apasionado por su trabajo, y estar comprometido a garantizar que todos los trabajadores estén seguros y saludables en el trabajo.

EN RESUMEN

Ser un buen monitor de SSO o técnico de prevención de riesgos laborales implica

Conocer la legislación, identificar los riesgos, prevenir accidentes, analizar la salud laboral, formar y concienciar a los trabajadores, comunicar efectivamente, garantizar el uso de equipos de protección individual, investigar accidentes laborales, realizar evaluaciones continuas y fomentar una cultura preventiva en la empresa. Si se aplican estas claves, se puede garantizar un entorno de trabajo seguro y saludable para los trabajadores.

Valpamed.



ESTAS UTILIZANDO LA ROPA DE PROTECCIÓN PERSONAL ADECUADA? DESCÚBRELO AQUÍ.



La Ley de Prevención de Riesgos Laborales de Guatemala y de muchos otros países en el mundo establece el derecho a la protección eficaz de los trabajadores frente a los riesgos derivados de las condiciones de trabajo, así como la obligación de seguir unos principios de acción a la hora de aplicar las medidas que integran el deber general de prevención establecido por la Ley.

Cuando la evaluación de los riesgos del puesto de trabajo, conforme indica la Ley, muestra que el trabajador está expuesto a un riesgo que puede resultar en algún tipo de lesión o efecto sobre su salud, y dicho riesgo no puede ser eliminado mediante controles técnicos, organizativos o medidas de protección colectiva, el empresario deberá asegurar que los trabajadores lleven la adecuada protección individual.

Entre los posibles daños asociados a esos riesgos, se encuentran los que tienen lugar como consecuencia del contacto o la absorción dérmica de sustancias peligrosas, las quemaduras, abrasiones, cortes o pinchazos o los debidos a la exposición a agentes biológicos.

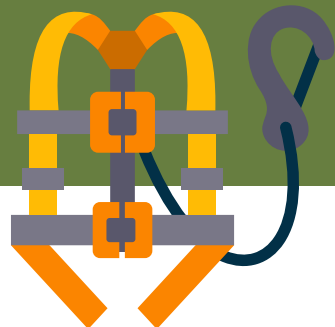
La protección del cuerpo (tronco, brazos y piernas) suele realizarse mediante pantalones, camisas, chaquetas o cazadoras, trajes completos (con o sin capucha), mandiles, polainas o cualquier prenda que cubra el cuerpo o parte del mismo con el propósito de proporcionar protección frente a un riesgo específico. En general, a estas prendas se las denomina ropa de protección.

La ropa de trabajo corriente y los uniformes que no estén específicamente destinados a proteger la salud o la integridad física del trabajador, (tal como lo indica el artículo 230 - Definición de Equipo de Protección Personal, (EPP), no se consideran ropa de protección, sino únicamente un medio de identificar al trabajador o de resguardar su ropa personal y están expresamente excluidos de la definición de equipo de protección Personal.

Por ese mismo motivo no son objeto de certificación de acuerdo al Reglamento.

La ropa de protección, como EPP que es, debe seleccionarse basándose en la evaluación de riesgos, lo que implica la identificación de los peligros y la determinación del riesgo por exposición a esos peligros. En base a dicha evaluación se determinarán las propiedades relevantes y los niveles de prestación requeridos.

Existen muchos tipos de ropa de protección disponibles para proteger frente a una gran variedad de riesgos. Es de vital importancia que el trabajador use la prenda específicamente diseñada para los riesgos correspondientes a su puesto de trabajo, ya que una prenda diseñada para una función concreta puede no ser adecuada y, por tanto, no proteger, en otra situación parecida aunque no idéntica.



Estos son los aspectos que debes verificar:

- Marcado permanente en el EPP
- El equipo debe llevar impreso o grabado de forma permanente:
 - Nombre o logotipo del fabricante.
 - Modelo o referencia.
 - Talla (cuando aplique).
 - Norma técnica con la que cumple.
 - Número de lote o fecha de fabricación, cuando corresponda.

- Norma técnica
- Debe indicar una norma reconocida.

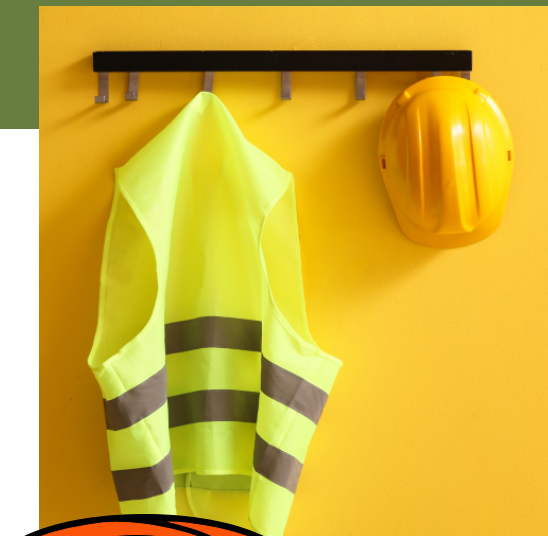
Algunos ejemplos son:

- ISO 20471: Ropa de alta visibilidad.
- ANSI/ISEA 107: Chalecos de alta visibilidad.
- EN 397: Cascos de seguridad.
- ANSI Z89.1: Cascos de seguridad.
- EN 166 o ANSI Z87.1: Protección ocular.
- EN 388: Guantes contra riesgos mecánicos.
- ASTM F2413 o EN ISO 20345:

Señales de alerta de un EPP no certificado

- No tiene marca del fabricante.
- No indica ninguna norma técnica.
- Solo dice "Industrial", "Safety" o "Protección" sin especificar la norma.
- No tiene manual ni ficha técnica.
- El proveedor no puede entregar certificados.
- El precio es inusualmente bajo comparado con productos equivalentes.

Valpamed



EL DÍA QUE TODOS PENSARON:

“A MÍ NUNCA ME VA A PASAR”

En una ciudad donde las fábricas nunca dormían, los talleres rugían desde el amanecer y las oficinas encendían sus computadoras antes de que saliera el sol, existía una empresa llamada Horizonte.

Era una empresa como muchas otras: trabajadores comprometidos, metas ambiciosas... y una frase que se repetía todos los días.

—“No pasa nada...”

No pasa nada si entro sin casco.

No pasa nada si desconecto esta máquina sin bloquearla.

No pasa nada si subo solo un momento a esa escalera.

No pasa nada si dejo esta caja atravesando el pasillo.

No pasa nada si no reporto ese cable pelado.

La frase era tan común que nadie recordaba quién la había dicho primero.

Hasta que llegó el día que todos pensaron: “A mí nunca me va a pasar.”



Aquella mañana parecía normal.

El operador de montacargas decidió avanzar unos metros más rápido.

El electricista omitió revisar el tablero porque “ya lo conocía de memoria”.

La auxiliar de limpieza dejó el piso húmedo sin colocar señalización.

El supervisor canceló la charla de seguridad porque “había mucho trabajo”.

El gerente pospuso la compra de equipos de protección porque “el próximo mes habrá presupuesto”.

Ninguna de esas decisiones parecía importante.

Cada una era apenas un pequeño descuido.

Pero los accidentes rara vez nacen de un solo error. Se alimentan de muchos.

A las diez de la mañana, el montacargas frenó de golpe para esquivar la caja olvidada en el pasillo. La carga cayó.

El ruido fue ensordecedor. Todos corrieron.

Al mismo tiempo, el electricista intentó apagar una máquina y recibió una descarga porque el circuito seguía energizado.

La auxiliar resbaló intentando ayudar.

El supervisor llegó desesperado buscando el botiquín... pero nadie sabía dónde estaba.

La brigada de emergencia tardó en organizarse porque hacía meses que no practicaban un simulacro. El gerente observaba la escena inmóvil.

Por primera vez entendió que los documentos guardados en un archivo jamás habían protegido a nadie.

Aquella tarde, la empresa estaba en silencio.

No por falta de máquinas.

Sino porque todos comprendieron algo que nunca habían querido aceptar.

La seguridad no falla el día del accidente.

Falla mucho antes...

Cuando se deja para después.

Cuando se firma un plan que nunca se aplica.

Cuando una capacitación se considera una pérdida de tiempo.

Cuando un reporte de riesgo termina olvidado en un escritorio.

Cuando alguien dice:

—“Solo serán cinco minutos.”

Los días pasaron.

Los trabajadores regresaron poco a poco.

Pero Horizonte ya no era la misma empresa.

Las reuniones empezaron con una pregunta diferente.

—¿Qué riesgo podemos eliminar hoy?

Los pasillos permanecían despejados.

Los equipos eran inspeccionados antes de usarlos.

Las capacitaciones dejaron de verse como una obligación y comenzaron a entenderse como una inversión.

Los supervisores aprendieron que liderar también significaba proteger.

Los gerentes descubrieron que el verdadero costo no era comprar cascos, extintores o capacitaciones.

El verdadero costo era explicar una lesión a una familia.

O enfrentar una silla vacía en el comedor de la empresa.

Desde entonces, la frase cambió para siempre.

Ya nadie decía:

“No pasa nada.”

Ahora todos repetían:

“Sí pasa... y por eso hoy lo prevenimos.”

Porque comprendieron que la salud y la seguridad ocupacional nunca han sido un gasto, un requisito o un montón de papeles.

Son la diferencia entre regresar a casa para abrazar a quienes nos esperan...

o convertir un día cualquiera en una historia que nadie hubiera querido contar.

Moraleja: Los accidentes no avisan. La prevención tampoco hace ruido... hasta que un día salva una vida.

Valpamed, SSO



CONOCE MAS DE Valpamed y nuestros servicios



- Plan de SSO
- Plan de Riesgo
- Plan de comunicación estratégica para la implementación del sistema de gestión en SSO.
- Capacitación de monitores SSO
- Capacitación VIH
- Capacitación primeros auxilios (Certificados, BLS y ACLS)
- Capacitaciones en SSO

- Formación de brigadas de emergencia
- Exámenes médicos preempleo
- Exámenes médicos ocupacionales
- Audiometrías
- Espirometrías
- Electrocardiograma
- Jornadas de salud empresarial
- Asesoría mensual en SSO
- Mediciones de higiene industrial

En ValpaMed trabajamos con el compromiso de proteger la vida, la salud y el bienestar de cada trabajador, brindando soluciones integrales en salud y seguridad en el trabajo para empresas de distintos sectores. Nuestra labor se fundamenta en la excelencia, ofreciendo servicios profesionales con altos estándares de calidad; la honradez, actuando siempre con ética, transparencia y responsabilidad; y en Dios como centro de cada decisión y propósito, guiando nuestro trabajo con principios y vocación de servicio. Creemos firmemente que toda empresa debe ser un lugar seguro para trabajar, por ello mantenemos una lucha constante por promover la prevención, la cultura de seguridad y el cuidado integral de las personas.



Proveemos tu botiquin de emergencia.

[consulta](#)

Surtimos los insumos para tu botiquin de emergencia segun los acurdos gubernativos vigentes en SSO.

[consulta](#)



Muchas Gracias

A nuestros clientes y amigos



Gracias por confiar en ValpaMed

La salud y la Seguridad ocupacional es un pilar fundamental en toda empresa, por que cuida al recurso más importante que se tiene. Gracias por ser parte de este gran compromiso.



(502) 57247742



www.valpapharma.com



beiradm@valpapharma.com



@valpamed