

TELETRABAJO

RESOLUCIÓN 749 DE 2023

Por la cual se adopta e implementa la Política Interna de Teletrabajo en la Universidad Nacional de Colombia

A continuación encontrará las condiciones mínimas y las recomendaciones para la adecuación de los puestos de trabajo:

Sede Palmira



UNIVERSIDAD
NACIONAL
DE COLOMBIA

CUMPLIMIENTO CONDICIONES DE TRABAJO

Escritorio

- Las mesas de trabajo o escritorio deben ser lo suficientemente anchas y largas, para ubicar los elementos de trabajo de uso frecuente y esporádico.
- Los bordes del escritorio deben ser redondeados, evitando las esquinas agudas y cortantes.
- El espacio bajo el escritorio debe ser libre, para la ubicación y movilización de los miembros inferiores y la silla.



Silla

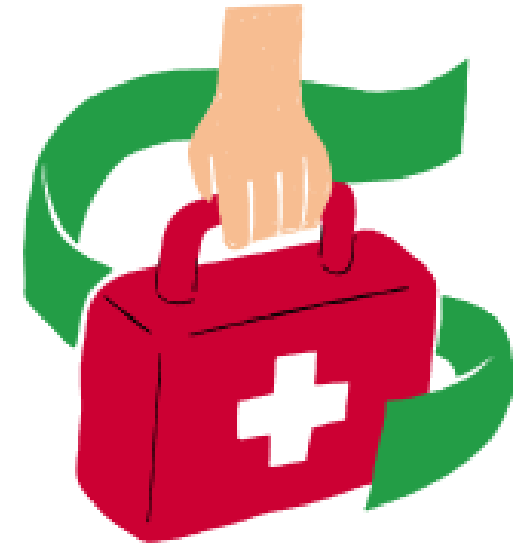
- Silla operativa con mecanismo de ajuste y componentes graduables de manipulación segura y fácil desde la posición sedente (sentado).
- La silla deben disponer de ruedas y de posibilidad de giro de modo que los movimientos de acceso a los elementos cercanos no exijan esfuerzos.
- La silla debe disponer de acolchado y los bordes deben ser redondeados y sin filos ni puntas que se constituyan en factores de riesgo de lesiones por accidentes.

CUMPLIMIENTO CONDICIONES DE TRABAJO

Atención a Emergencias

En el caso de presentarse una emergencia, se debe contar como mínimo con los siguiente:

- Extintor ABC multipropósito
- Botiquín de primeros auxilios
- Salidas de evacuación despejadas
- Contactos de emergencia: EPS, Bomberos, policía, entre otros.



CUMPLIMIENTO CONDICIONES DE TRABAJO



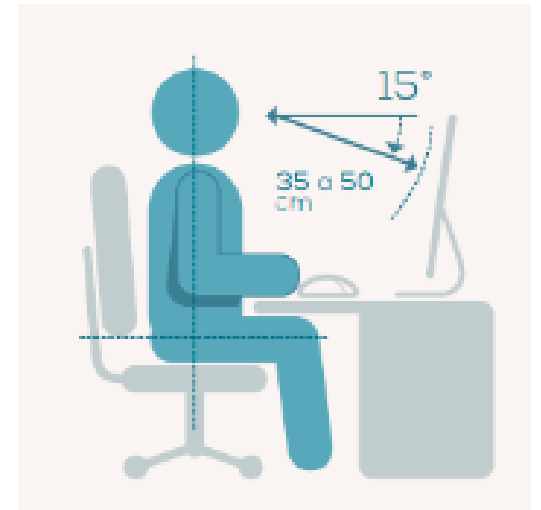
Aspectos Locativos

- Ventilación natural
- Iluminación adecuada
- Instalaciones eléctricas en buen estado- cableado organizado, con polo a tierra
- Orden y aseo
- Saneamiento básico
- Servicios de energía, agua, entre otros.

CUMPLIMIENTO CONDICIONES DE TRABAJO RECOMENDACIONES.

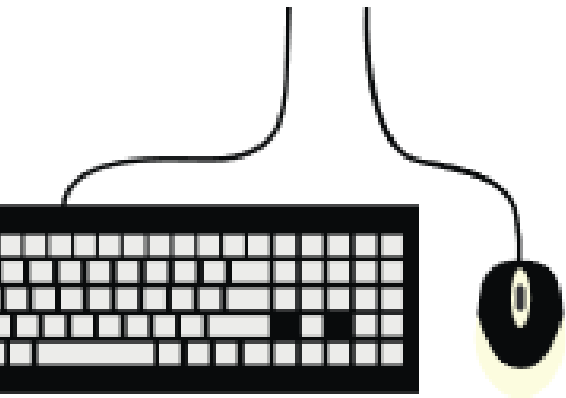
Computador

- La ubicación de la pantalla debe ser frente a la persona, de tal modo que se eviten los movimientos forzados y fuera de los ángulos de confort de cabeza y cuello.
- La distancia entre la pantalla y el ojo debe oscilar entre 35 y 60 cm.
- El borde superior de la pantalla debe estar alineado con la altura de los ojos, para mantener una posición neutra de cabeza y cuello.



CUMPLIMIENTO CONDICIONES DE TRABAJO RECOMENDACIONES.

Teclado y mouse



- El teclado y el mouse se deben ubicar sobre el escritorio.
- El espacio recomendado entre el teclado y el borde del escritorio debe ser de aproximadamente 10 - 15 cm para un adecuado apoyo de las muñecas y antebrazos.
- El mouse debe ubicarse junto al teclado al mismo nivel (alineados) para evitar ajustes posturales inadecuados.

CUMPLIMIENTO CONDICIONES DE TRABAJO RECOMENDACIONES.

Pausas Activas

- Organizar las actividades laborales de tal manera que no impliquen el desarrollo de una misma tarea por un tiempo superior a dos horas continuas.
- Se sugiere la ejecución de pausas laborales, dos (2) veces al día (una en la mañana y una en la tarde) durante de diez (10) minutos.



REQUISITOS

**Conectividad,
seguridad y
equipos de trabajo**

N.1.014-0439-23 - [DNED](#)

DIRECTRIZ TÉCNICA ESPECIFICA PARA EL APOYO EN LA IMPLEMENTACIÓN DE LA POLÍTICA INTERNA DE TELETRABAJO.

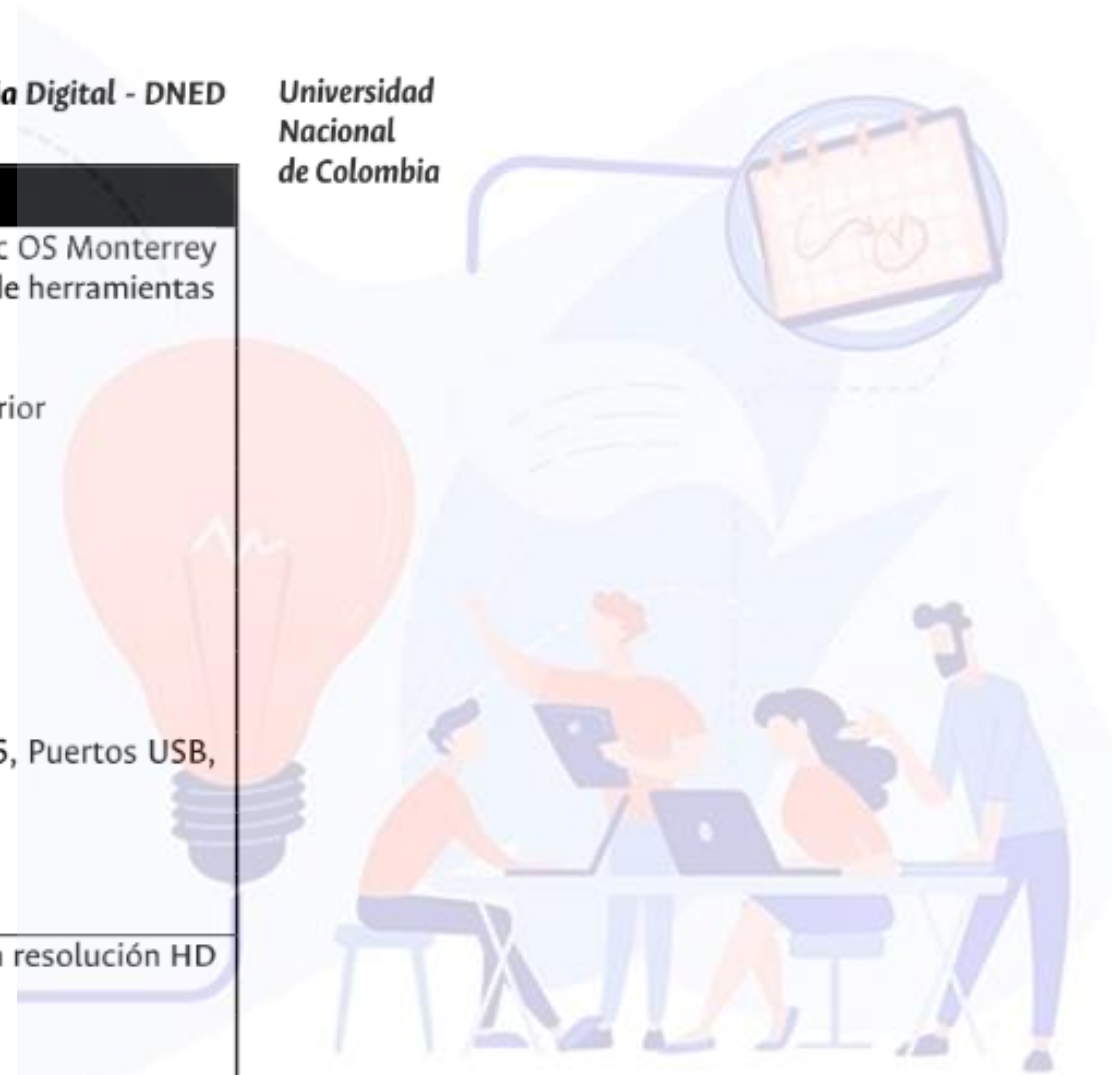


REQUISITOS

Especificaciones Técnicas Equipos de Cómputo para el Teletrabajo | Dirección Nacional de Estrategia Digital - DNED

Universidad
 Nacional
 de Colombia

EQUIPO DE CÓMPUTO	Especificación
Software	Sistema operativo Windows® o Mac OS Big Sur o Mac OS Monterrey o Linux Suite de Ofimática Office, Antivirus, además de herramientas gratuitas (Acrobat Reader, Compresor de archivos)
Procesador	Intel Core i5 o AMD Ryzen 5 o Chip M1 Apple o superior
Memoria	8GB o superior
Pantalla	14 pulgadas o superior
Tarjeta de Video	Integrada
Disco Duro	Disco duro mecánico (HDD): 500GB o superior y/o Unidad de estado sólido (SSD): 240GB o superior
Conectividad	Ethernet interno o a través de adaptador USB, Wifi 6, Puertos USB, Puerto HDMI
Unidad Óptica (opcional)	DVD+/-RW/ (opcional)
Tecnologías inalámbricas	Bluetooth
Accesorios	Debe incluir cámara web conexión USB o inalámbrica resolución HD o superior y micrófono
Accesorio (Opcional)	Diadema USB

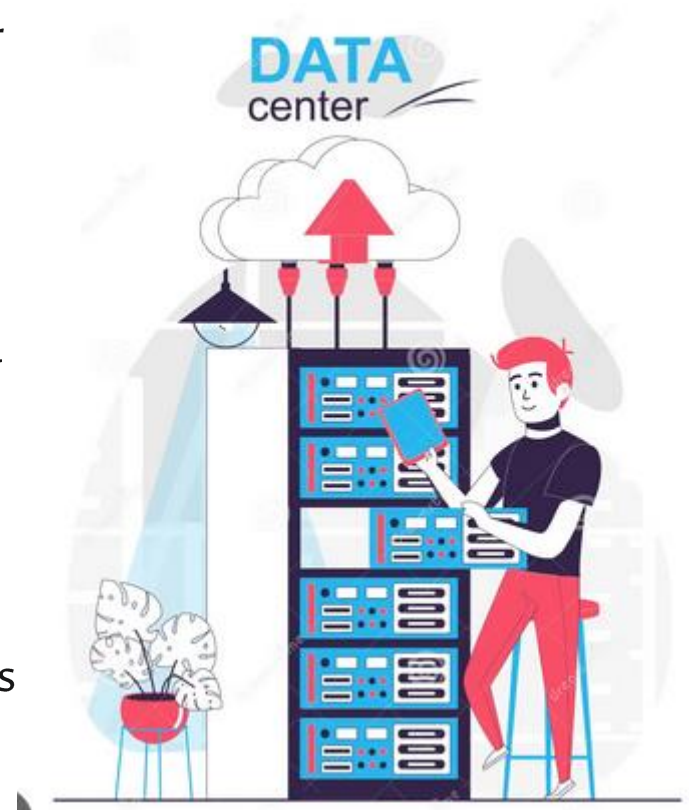


REQUISITOS

| Dirección Nacional de Estrategia Digital - DNED

DIRECTRIZ TÉCNICA ESPECIFICA PARA EL APOYO EN LA IMPLEMENTACIÓN DE LA POLÍTICA INTERNA DE TELETRABAJO EN LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA

- En relación a la conectividad, se sugiere optar por la banda ancha, contar cobertura.
- Para actividades que requieran acceso a los datacenters de la Universidad, se debe realizar la respectiva solicitud.
- En términos de soporte técnico para el equipo de cómputo suministrado por el teletrabajador, y demás serán de entera responsabilidad del teletrabajador.
- En cuanto a comunicación telefónica, el teletrabajador proporcionará la herramienta de comunicación.
- Se sugiere en cuanto a seguridad informática, emplear la herramientas socializadas como antivirus, anti-malware y antispam.





www.palmira.unal.edu.co

@PalmiraUNAL

