



ESTRATEGIA 4D

Un estilo de vida saludable

*Policía Nacional de Colombia
Dirección de Talento Humano
Área de Seguridad y Salud en el trabajo*



Dios y
Patria

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 salud mental y la prestación del servicio de Policía.



DIMENSIÓN

FÍSICA

- Nutrición.
- Actividad física.



DIMENSIÓN

MENTAL

- Manejo de estrés y autocontrol
- Finanzas personales.
- Prevención de Adicciones



DIMENSIÓN

AFECTIVA

- Relaciones de pareja y familia
- Trabajo en equipo.



DIMENSIÓN

ESPIRITUAL

- Sentido y propósito de vida
- Valores y Creencias.

9 FOCOS DE ATENCIÓN

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 Logística 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



Vinculación de personalidades públicas



Selección Colombia femenina sub 17

2. PLAN DE SENSIBILIZACIÓN (Dirigido a mandos)

Escuelas de formación y capacitación

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.



Taller de comandantes



Caja de herramientas



3. ACTIVIDADES DE IMPACTO

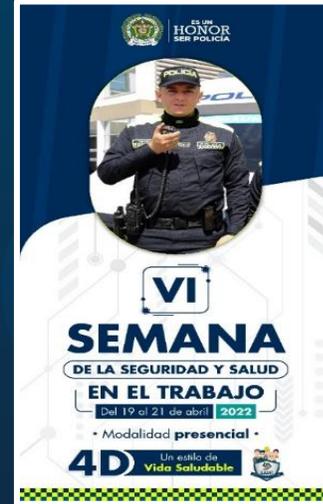
1

CONGRESO EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



2

SEMANA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



3

CONCURSOS ENFOQUE 4D



4

RUTA 4D



5

MENTALIZATE 4D



6

COMITÉ GERENCIAL SGSST



4. DESPLIEGUE

DAP 005 DIPON-DITAH del
03/04/2023



CARGOS DE RESPONSABILIDADES

- JEFE GRUPO O RESPONSABLE TALENTO HUMANO
- RESPONSABLE DE APOYO PSICOSOCIAL
- RESPONSABLE DE APOYO DE BIENESTAR
- RESPONSABLE DE GESTIÓN HUMANA
- RESPONSABLE SG-SST
- RESPONSABLE DE COMUNICACIONES ESTRATEGICAS
- SUBOFICIAL O MANDO NIVEL EJECUTIVO

5. ALIANZAS ESTRATEGICAS



POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo



UNIVERSIDAD
MILITAR
NUEVA GRANADA



El deporte
es de todos

Mindeporte

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.

Planes personalizados de nutrición y actividad física.



CAJA DE HERRAMIENTAS

Infografías, video clips, recomendaciones para manejo de equipos de trabajo.



App disponible en:



7. MODELO DE SEGUIMIENTO Y CONTROL

RESULTADOS QUE IMPACTAN LA CULTURA ORGANIZACIONAL

BOLETÍN MENSUAL 4D

ENCUESTA ESTRATEGIA 4D



INDICADORES COLECTIVOS E INDIVIDUALES



FUNCIONARIOS RESPONDIERON 2021
126.574 104.852

82,77%

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

2021 2022 INCREMENTO DE
55,87% 74,10% 18,23%

2022 FUNCIONARIOS RESPONDIERON
139.616 122.611

87,82%

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

2021 2022 INCREMENTO DE
19,92% 62,00% 42,08%

DISMINUCIÓN DE -27% € 2.222.937
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% 72,00% 50,56%

DISMINUCIÓN ÚLTIMOS 5 AÑOS PERSONAL UNIFORMADO



DITAH+

+HUMANO +SERVICIOS



¡MUCHAS GRACIAS!

Cuida tu dimensión **espiritual,**
mental, afectiva y física.

— **4D** —

“ Con la implementación de estilos de vida apropiados y el uso de elementos de protección personal, promovemos funcionarios física y mentalmente saludables, para el servicio público de policía”

