

	FORMATO EVALUACIÓN ENTRENAMIENTO	Código: GE-FO-01
		Versión: 02
		Fecha: 12-05-2025












Tipo	Capacitación <input type="checkbox"/>	Inducción <input type="checkbox"/>	Reinducción <input type="checkbox"/>	Área:	SST
Tema	ESTRÉS LABORAL			Fecha:	dd/mm /aaaa
Nombres y Apellidos del Participante				No. Identificación:	
Cargo del Participante					
Nombres y Apellidos del capacitador				Cargo:	Asesor SST

INTERPRETACIÓN DE CUMPLIMIENTO “CALIFICACIÓN”		Ponderación
Insatisfactorio:	No tiene claros los conocimientos. Existen múltiples aspectos a mejorar.	0
Bueno:	Muestra claros conocimientos, pero aún puede mejorar más.	0.5
Alto desempeño:	Muestra total dominio del conocimiento, puede enseñar y compartir a los demás.	1

SELECCIÓN MÚLTIPLE: MARQUE CON UNA X LA RESPUESTA CORRECTA
1. Pregunta: ¿Cuáles son los tipos de estrés? <ul style="list-style-type: none"> a) Estrés Físico y Estrés mental b) Problemas económicos y familiares c) Toda aquella que afecte la tranquilidad en su ambiente laboral
2. Pregunta: ¿Qué es el estrés relacionado con el trabajo? <ul style="list-style-type: none"> a) Es la respuesta física y emocional dañina causada por un desequilibrio entre las exigencias percibidas, los recursos y capacidades de un individuo para hacer frente a esas exigencias. b) Está determinado por el diseño del trabajo, las relaciones laborales y tiene lugar cuando las exigencias del trabajo no corresponden o exceden las capacidades, recursos o necesidades del trabajador c) a y b son correctas
3. Pregunta: ¿Cuáles son las fases del estrés laboral? <ul style="list-style-type: none"> a) Fase inicial, fase media, fase final b) Fase de alarma, fase de resistencia, Fase de agotamiento. c) Fase externa, fase interna.
4. Pregunta ¿Qué conductas pueden aparecer por los altos niveles de estrés? <ul style="list-style-type: none"> a) Abuso del alcohol y las drogas, Mayor consumo de tabaco, Dieta poco saludable b) Trastornos del sueño, Actividad física insuficiente c) a y b son correctas
5. Pregunta: ¿Qué genera estrés laboral en tu día a día? <ul style="list-style-type: none"> a) Descanso insuficiente, Problemas laborales, El miedo a llegar tarde, Conflictos personales. b) Enfermedad cardiovascular, Burnout (agotamiento), Suicidio c) Ninguna de las anteriores

	FORMATO EVALUACIÓN ENTRENAMIENTO	Código: GE-FO-01
		Versión: 02
		Fecha: 12-05-2025

CALIFICACIÓN:	
FIRMA DEL PARTICIPANTE:	
FIRMA DEL CAPACITADOR:	

EFECTIVIDAD DE LA CAPACITACIÓN		
Por favor marque con una X (SÍ o NO) cada uno de los siguientes aspectos teniendo en cuenta la capacitación recibida.	SI	NO
¿Considera que el tiempo utilizado en la capacitación es suficiente?		
Los temas tratados le permiten mejorar en su desempeño personal y/o laboral		
Considera que los temas tratados en la capacitación permitirán mejorar los procesos en su lugar de trabajo		
Considerando la calidad y utilidad de la capacitación recibida, cree que debería darse continuidad al tema		
Considera que el Asesor encargado de la capacitación tiene buen manejo del tema y es claro al desarrollar la capacitación		
TOTAL, CALIFICACIÓN EFECTIVIDAD CAPACITACIÓN		
Señor capacitador se considerará efectiva la capacitación si obtiene una calificación igual o mayor de 4 (); en caso de una calificación inferior se deben implementar acciones de mejora, por favor reporte estos resultados a la Coordinación respectiva.		

OBSERVACIONES O RECOMENDACIONES PARA MEJORAR LOS PROCESOS DE FORMACIÓN