



# **PROGRAMA DE IMPLANTACIÓN Y SEGUIMIENTO EMPRESA SALUDABLE**

## **EMPRESA SALUDABLE**

**Previs en la Gestión Integral de la Salud de la Empresa.**

## CONCEPTO DE EMPRESA SALUDABLE

OMS: Un entorno laboral saludable es aquel donde tanto el personal como sus responsables colaboran en un proceso de mejora continua con el objetivo de llegar a una visión conjunta para mejorar la salud, la seguridad y el bienestar de los trabajadores, así como la sostenibilidad del ambiente de trabajo

## BENEFICIOS DE IMPLANTAR UN PROGRAMA DE EMPRESA SALUDABLE

- Mejora de la **salud** de los trabajadores reduciendo Accidentes de Trabajo, Enfermedades Profesionales y ausencias provocadas por Incapacidad Temporal por CC.
- Mejora del Clima Laboral y reducción del Estrés.
- Mejora en el compromiso y la **motivación** de los empleados. Mejora del ánimo, compromiso, participación, motivación e implicación de las personas trabajadoras con la organización.
- Mejora la **productividad** mejorando el balance económico y el balance emocional.
- Se convierte en una empresa atractiva para los clientes, accionistas, sociedad en general y para las personas trabajadoras. Mejorando **la marca** y pudiendo convertir en un referente en su sector.

## COMO IMPLANTAR IN PLAN DE EMPRESA SALUDABLE

- 1)MONTAR EQUIPO DE TRABAJO
- 2)ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN
- 3)OBJETIVOS
- 4)ESTABLECER EL PROYECTO
- 5)REALIZAR SEGUIMIENTO Y EVALUAR RESULTADOS
- 6)ACREDITACIÓN DE LA EMPRESA(adhesión a la Declaración de Luxemburgo)

## 1. MONTAR EQUIPO DE TRABAJO

- Debe ser multidisciplinar y deberá contar con el apoyo de la alta dirección.
- Es aconsejable que cuente con el apoyo, puntual o estable, de entidades externas: las Mutua Colaboradora de la Seguridad Social; las entidades de seguro de salud, los servicios de prevención ajenos.
- Es muy importante una BUENA COMUNICACIÓN (mantener reuniones de equipo para explicar el proyecto a los trabajadores, promociones, seguimientos, resultados...)

## 2. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN

- Estudio Epidemiológico, derivado de los Exámenes de Salud de la especialidad de Medicina de Trabajo.
- Evaluaciones de Riesgos.
- Evaluación de Factores psicosociales.
- Informes de Absentismo.
- Informes de siniestralidad.
- Cuestionario de Vida Saludable

## 3. ESTABLECER OBJETIVOS

Estos objetivos específicos deben ser acordes a las características propias de la organización, y en base al objetivo general, y a los identificados en la fase de análisis de la situación.

## 4. ESTABLECER UN PROYECTO

- CAMPAÑAS DE FORMACIÓN (prevención de lesiones de espalda, cursos de hábitos saludables, riesgo cardiovascular, tabaco....)
- CONCURSOS INTERNOS (competiciones deportivas, concursos de cocina,...)
- APLICACIONES DE SALUD
- TALLERES DINÁMICOS (Mindfulness..)
- EXCURSIONES
- CONFERENCIAS

## 5. SEGUIMIENTO Y RESULTADOS

- \*Es clave para evaluar los logros, resultados y cambios producidos. Así como para facilitar un mejora continua y sostenibilidad del modelo Empresas Saludable establecido en la organización.
- Identificar los posibles obstáculos y/o limitaciones que impiden los cambios efectivos.
- Evaluar el impacto del programa en la organización.
- Proyectar los nuevos pasos para un desarrollo sostenible del modelo de Empresa Saludable establecido.

## ANÁLISIS DE RESULTADOS

- Mejora de la Seguridad y Salud en el Trabajo, y del clima laboral.
- Reducción del absentismo laboral y de los indicadores de siniestralidad.
- Número de horas de formación y repercusión en la promoción interna.
- Nivel de implicación de los empleados con la organización.
- Nivel de rotación de los empleados.
- Mejora de la conciliación de vida.
- Participantes en actividades deportivas.
- Evolución de los menús saludables.
- Evolución de los indicadores de Riesgo Cardiovascular.

## 6. ACREDITACIÓN COMO EMPRESA SALUDABLE

### Adhesión a la Declaración de Luxemburgo:

- Significa el compromiso de la empresa a aceptar e implementar los objetivos básicos de la promoción de la salud en el trabajo y de orientar sus estrategias hacia los principios de la misma. Supone el cumplimiento de la normativa de prevención de riesgos laborales.
- Aparecer en el listado de empresas y organizaciones adheridas en este espacio de PST (promoción de la salud en el trabajo).
- Recibir un diploma de su adhesión.

## PREVIS Y EMPRESA SALUDABLE

- EXPERIENCIA PILOTO EN PREVIS PREVENCIÓN
- ELABORACIÓN DE UN PROGRAMA DE EMPRESA SALUDABLE ESPECÍFICO PARA CADA EMPRESA
- PARTICIPACIÓN DE PREVIS EN LAS ACTIVIDADES QUE SE PROGRAMEN: formación, talleres, facilitación de aplicaciones informáticas....

## ACTIVIDADES PREVIS

- ESTUDIO EPIDEMIOLÓGICO
- ESTUDIO PSICOSOCIAL
- ASESORAMIENTO A LA EMPRESA PARA INSTAURAR LA EMPRESA SALUDABLE
- FORMACIONES:
  - *FORMACIÓN PREVENCIÓN DE LAS LESIONES DE ESPALDA (HIGIENE POSTURAL).*
  - *FORMACIÓN CORAZÓN SANO (HÁBITOS SALUDABLES).*
- CAMPAÑAS DE SALUD:
  - *TENSIÓN SALUDABLE*
  - *HÁBITOS SALUDABLES*
  - *TABACO Y ALCOHOL*
- PLAN DE COMUNICACIÓN INTERNA.

**PREVIS**

**PREVIS**  
PREVENCIÓN

MUCHAS GRACIAS POR SU ATENCION