

I EDICIÓN DEL PREMIO ANDALUZ M^a ANGUSTIAS MARTÍN QUIRÓS

DE BUENAS PRÁCTICAS EN ORGANIZACIONES SALUDABLES
Y EMOCIONALMENTE RESPONSABLES

Organización saludable,
trabajadores saludables



¿QUÉ ENTENDEMOS POR EMPRESA SALUDABLE?

Un entorno de trabajo saludable es aquel que trabaja en el desarrollo y alcance del bienestar y salud de los trabajadores y la comunidad en general; proporcionando a todos los miembros unas condiciones físicas, psicológicas, sociales y organizacionales que protejan y promuevan la vitalidad y seguridad de los mismos. Como resultado, se obtiene un mayor control de la salud y que la plantilla sea más positiva y feliz en su puesto de trabajo.

“Las Empresas Saludables realizan esfuerzos sistemáticos, planificados y proactivos para mejorar la salud de los empleados mediante buenas prácticas relacionadas con la mejora de las tareas (p. ej., diseño y rediseño de puestos, autonomía, feedback), el ambiente social (p. ej., canales de comunicación abierta, liderazgo transformacional) y la organización (estrategias de conciliación trabajo/familia).

(Salanova 2008; Salanova y Schaufeli 2009; Salanova y cols., 2012).

Benach y cols. (2010), para complementar la definición dada anteriormente, introdujeron el concepto de “empleo justo”, entendiéndose como aquel en el que exista una relación entre empleados e inversionistas, presentando características como:

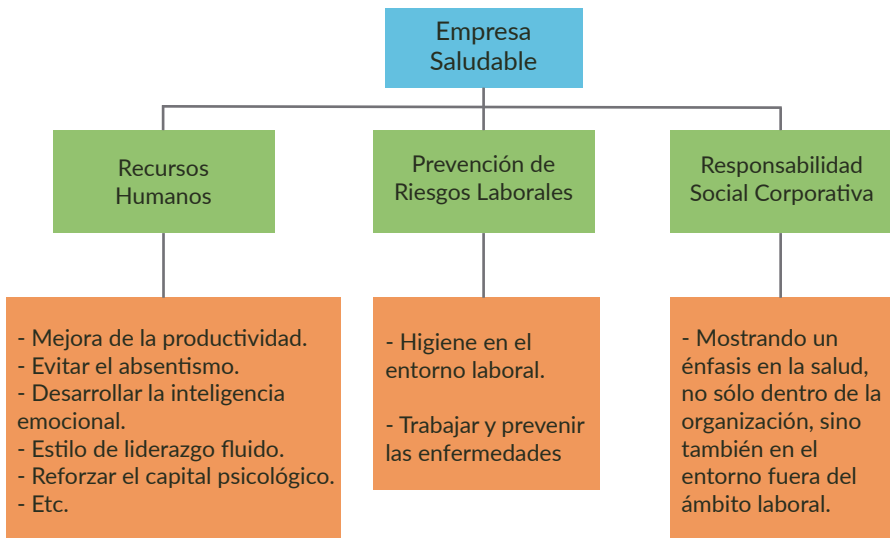
- Libertad ante la coerción.
- Seguridad laboral en cuanto al contrato y la protección.
- Ingreso justo.
- Protección al trabajo y beneficios sociales.
- Respeto y dignidad en el trabajo.
- Participación en el ambiente de trabajo.
- Enriquecimiento vital y falta de alienación.

Datos internacionales demuestran que entre un 3 y un 10% del volumen de facturación se pierde por las consecuencias económicas de un entorno de trabajo inseguro o no saludable.

En resumen, una Empresa Saludable es aquella que previene la afectación de la salud y promociona conscientemente su mejora.

¿CÓMO LOGRAR UNA EMPRESA SALUDABLE?

Para ser considerada una Empresa Saludable, se debe afrontar el reto desde tres campos diferentes:



Los elementos fundamentales para gestionar eficazmente una Empresa Saludable y rentable pueden resumirse en los siguientes pasos, contando siempre con dirigentes implicados, capaces y eficaces que impulsen estas acciones:

- **Política de salud:** Reflejará los objetivos generales de salud de la organización, así como su misión y visión al respecto que guíen todas las acciones a emprender (compromiso de la dirección).
- **Planificación:** Consiste en definir un plan de acción que incorpore los aspectos de prevención, promoción y protección de la salud.
- **Implementación:** Puesta en marcha de lo planificado con todos los agentes precisos, tanto internos como externos de la empresa.
- **Evaluación:** Analizar los resultados obtenidos y llevar a cabo propuesta de nuevas mejoras, comunicando las mismas a la plantilla, además de hacerla partícipe de ellas.



Ciclo PDCA bajo el paraguas de una adecuada política en materia de salud y bienestar.

Los cambios deben realizarse paulatinamente, disponiendo de los recursos necesarios (humanos, económicos, materiales y temporales) y contando con la implicación de todos los niveles jerárquicos presentes en la empresa, con especial hincapié en los mandos intermedios.

¿QUÉ NO DEBEMOS OLVIDAR?

Para el correcto funcionamiento y puesta en marcha de una Organización o Empresa Saludable, no podemos pasar por alto los siguientes puntos:

- Conciliación de la vida laboral con la personal.
- Formación en educación sanitaria y promoción de hábitos saludables entre los empleados y otros grupos con los que la entidad se relacione.
- Promoción de horarios razonables.
- Realización de acciones que potencien un buen clima laboral.
- Animación a los empleados a participar en obras sociales y comunitarias.
- Promoción del trabajo en equipo sobre la competitividad.

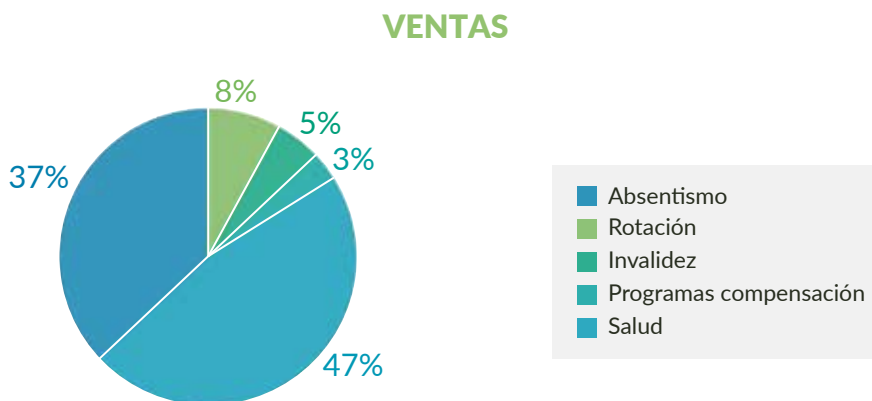
Por supuesto, esto debe realizarse predicando con el ejemplo.

Por otro lado, la importancia del lapso temporal no se debe pasar por alto. Los resultados de la puesta en marcha de estas campañas suelen obtenerse a medio o largo plazo. Todas aquellas que buscan un efecto inmediato no suelen tener un efecto positivo.

Por último y de especial relevancia, la salud es un tema delicado, por lo que hay que mantener la confidencialidad de todos aquellos datos que provengan de cualquier trabajador perteneciente a la empresa, siempre en cumplimiento de la normativa legal vigente (LOPD).

¿QUÉ VENTAJAS COMPETITIVAS TIENE UNA EMPRESA SALUDABLE?

- Disminuye el absentismo, así como presenta menos bajas por enfermedad.
- Aumenta la productividad de los trabajadores.
- Mejora su imagen corporativa, tanto interna como externamente.
- Incrementa el compromiso de los trabajadores.
- Fomenta ideas creativas y novedosas, así como la investigación y comprensión de los fenómenos empresariales adversos a través del trabajo en equipo.
- Se reducen gastos económicos, materiales y de tiempo.
- Mejora el clima laboral y se reduce el estrés.
- Reduce los accidentes laborales y los errores humanos.



Ejemplo del porcentaje de ahorro en costes por áreas, según un estudio llevado a cabo en el contexto organizacional español por Pilar García y Andreu Peiró (2013).

¿EXISTEN ACCIONES BÁSICAS QUE PUDIERA EMPRENDER UNA ORGANIZACIÓN O EMPRESA PARA SER SALUDABLE?

Dentro de que existe un amplio espectro de acciones posibles para fomentar la salud de los trabajadores, siempre en función de las características y medios de la empresa, se observan una serie de acciones mínimas / básicas comunes en aquellas organizaciones que optan por esta misión.

- Realización de talleres para la inoculación del estrés, control de la ira, gestión emocional y liderazgo transformacional, entre otros.
- Implantación de incentivos y/o beneficios para que los trabajadores desarrollen una vida activa (por ejemplo, descuentos en gimnasios, propuesta de actividades deportivas, concienciación de la importancia del ejercicio físico a través de carteles y folletos dispuestos en lugares estratégicos, etc.).
- Convocatoria de reuniones, actos sociales y actividades lúdicas para fomentar las relaciones entre los empleados, especialmente de modo interdepartamental.
- Puesta en marcha de programas contra el acoso laboral y/o sexual.
- Formación en integración cultural y de género, así como en superación/ruptura de estereotipos, lenguaje no sexista y trabajo en equipo.
- Fomentación de una dieta saludable, tanto a través de la concienciación como disponiendo de alimentos saludables y descuento en diferentes locales en menús sanos.
- Implantación de zonas de descanso/ocio para el empleado.

PARA SABER MÁS...

- Guía de la Empresa Saludable.

Material donde podemos encontrar definiciones y otros datos relacionados con la creación, desarrollo y mantenimiento de una empresa implicada en la salud de sus trabajadores y ámbito social.

<https://www.fraternidad.com/es-ES/download/guia-catalogo-empresa-saludable>

- Modelo de Empresa Saludable.

Propuesto por AENOR junto con el Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social y la Sociedad de Prevención de Fremap, ofreciendo la certificación correspondiente como Empresa Saludable.

<https://www.aenor.com/normas-y-libros/buscar-libros/detalle?c=11028>

- Entornos Laborales Saludables: Fundamentos y Modelo de la OMS.

Contextualización, prácticas y literatura de apoyo sobre los Entornos Laborales Saludables.

http://www.who.int/occupational_health/evelyn_hwp_spanish.pdf

- Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social.

Centro colaborador de la OMS (Organización Mundial de la Salud), independiente y plural que tiene entre sus fines la educación médica, la satisfacción de los pacientes y la cooperación para el desarrollo.

<http://www.institutoeuropeo.es/>

- NSHT: Red de Empresas Saludables.

Reconocimiento del trabajo de las empresas en el ámbito de la mejora de la salud y bienestar de sus trabajadores, y promoción e intercambio de la cultura de la salud y buenas prácticas.

<http://www.insht.es/portal/site/PromocionSalud/menuitem.084224e92eb1cbede435b197280311a0/?vgnextoid=2963052317624410VgnVCM1000008130110aRCRD&vgnextchannel=50d9f9bdf8a24410VgnVCM1000008130110aRCRD>

