



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE EMPLEO  
Y SEGURIDAD SOCIAL



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO



# Estrategias Políticas

relacionadas con la

# Promoción de la Salud en el Trabajo

**M<sup>a</sup> Dolores Limón Tames**

*Directora del*

*Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo*



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE EMPLEO  
Y SEGURIDAD SOCIAL



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

**... A LA PROMOCIÓN**

**A LA PREVENCIÓN**

**DE LA PROTECCIÓN ...**





# ... A LA PROMOCIÓN



Trabajadores sanos,  
motivados y competentes  
en unas organizaciones  
**seguras, saludables,**  
socialmente responsables y  
**sostenibles.**



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE EMPLEO  
Y SEGURIDAD SOCIAL



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

# Y DE LA PROMOCIÓN A ...

# LA SALUD INTEGRAL





Los trabajadores perciben :

Que el trabajo influye sobre la salud

**+** 7,5%

**-** 36,7%

Aumento de 10 puntos en los últimos años

- Hombres,
- Mayores,
- Rama construcción y sanitaria

Encuesta realizada sobre 3.364 trabajadores

78,6% afirman tener buena salud

30% tienen estrés

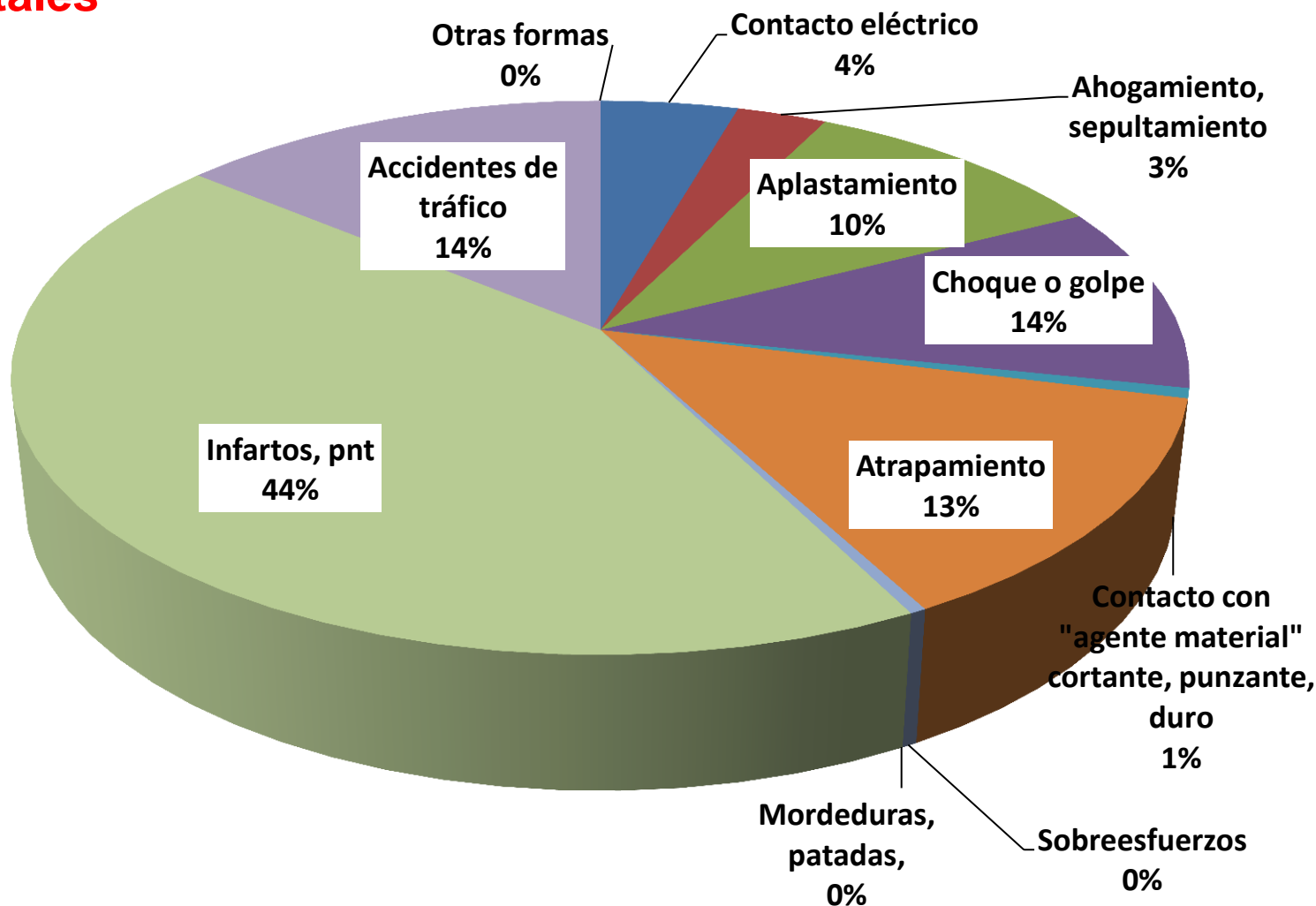
**+** cansancio

- Dificultades habituales para conciliar el sueño 15,5%
- Se despiertan varias veces durante el sueño 20%
- Se despiertan cansados o fatigados 19%



# FORMAS DE CONTACTO MÁS FRECUENTES (Incluidos los de tráfico)

## ATJT mortales 2015





## Variación por años

		2012	2013	2014	2015
AA TT Mortales	Infartos, derrames, pnt	38,7%	47,7%	46%	44,0%
AA TT Jornada	Sobreesfuerzos	37,5%	39,0%	38,9%	40,0%
EE PP	Sobreesfuerzos	64,9%	71,6%	73,1%	89,92%



### 3 factores de riesgo:

- TABACO
- SEDENTARISMO
- DIETA



contribuyen en más del **70%**  
a la aparición de

### 4 ENFERMEDADES CRÓNICAS:

Cardiopatía

Diabetes

Alteraciones Respiratorias

Cáncer



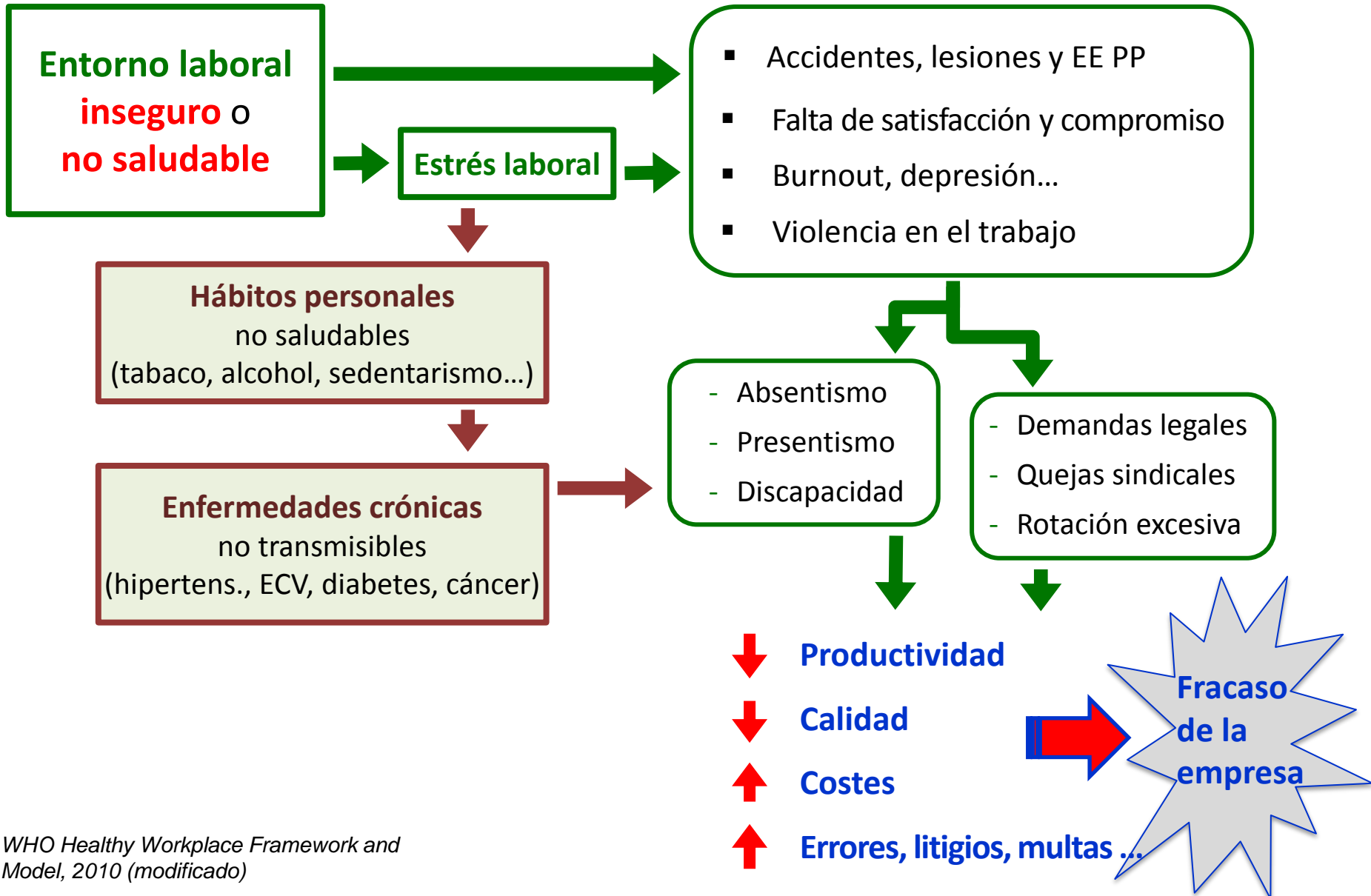
Responsables de más del

**70%** de las muertes en  
España





# ¿Por qué es necesario promover empresas saludables?





# 10 razones para optar por un modelo de empresa saludable

1. Trabajadores más **sanos, motivados** y **satisfechos**.
2. Orgullo de **pertenencia** a la empresa.
3. **Mejora el clima** y **la organización** de la empresa.
4. Empresa atractiva para los profesionales (**capta nuevos talentos** y **retiene** los propios).
5. Reduce el **absentismo** y la rotación de personal.



# 10 razones para optar por un modelo de empresa saludable

6. **Disminuye** la accidentalidad, las EE PP y las enfermedades relacionadas con el trabajo
7. **Reduce el estrés** y ayuda a conservar la energía al salir del trabajo
8. **Mejora la imagen corporativa** mediante la proyección de la empresa que realizan los mismos trabajadores, los clientes y los proveedores (la mejor publicidad)
9. Crea entornos saludables, seguros y sostenibles.
10. **Referente** en el sector y dentro de la sociedad.



# Estrategia Española de Seguridad y Salud en el Trabajo



## SEGUNDO OBJETIVO GENERAL

**Mejora continua de las condiciones de trabajo** respecto de todos los trabajadores por igual, con especial atención a la prevención de las EE PP y enfermedades relacionadas con el trabajo

## TERCER OBJETIVO ESPECÍFICO

**Promover**, con la participación de los Interlocutores Sociales y las CC AA, **la mejora de las condiciones de seguridad y salud en el trabajo**, especialmente en sectores, actividades, colectivos y empresas de mayor riesgo



## Promoción de la salud: fomentar la cultura de la salud potenciando hábitos saludables en el entorno laboral

- Analizar la influencia que los **hábitos de vida** de los trabajadores pueden tener en los AA TT y EE PP
- Identificar y difundir **buenas prácticas para la prevención de los problemas de salud mental** en el trabajo

Promoción de la salud  
en el  
lugar de trabajo



Red Europea de  
Promoción de la Salud en el Trabajo



Red de  
Empresas Saludables

Programas  
de  
salud

integrales

voluntarios



Creación de una REES que promueva programas de salud integrales en las empresas, tanto en las **grandes empresas** como en las **pymes**

## Red Española de Empresas Saludables

**“Un compromiso con la salud y bienestar de los trabajadores”**



# Red europea (ENHWP)



Como se estructura la ENWHP

## PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL TRABAJO

- es una inversión de futuro
- el objetivo es **“gente sana en empresas sanas”**
- se basa en evidencias y es eficaz



# Principios de la Red europea

La *Promoción de la Salud en el Lugar de Trabajo* (PST) es aunar los esfuerzos de los **empresarios**, los **trabajadores** y la **sociedad** para mejorar la salud y el bienestar de las personas en el lugar de trabajo.

Esto se puede conseguir combinando actividades dirigidas a:

- mejorar la **organización** y las **condiciones de trabajo**
- promover la **participación activa**, y
- fomentar el **desarrollo individual**.





GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE EMPLEO  
Y SEGURIDAD SOCIAL



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

El **INSHT**, en colaboración con el **Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad**, el **Consejo Superior de Deportes**, y las **Comunidades Autónomas**, impulsa la

## Red Española de Empresas Saludables

### Comité de verificación de BBPP en PST



**AEPSAD**  
AGENCIA ESPAÑOLA DE PROTECCIÓN  
DE LA SALUD EN EL DEPORTE



# Red Española de Empresas Saludables

- Nace de la participación española en la Red Europea de Promoción de la Salud en el Trabajo (ENWHP).
- El INSHT actúa como Oficina Nacional de Contacto de la ENWHP.
- Ostenta la presidencia de la Red desde 2004

El INSHT fue el primer organismo público español en sumarse al proyecto europeo de promoción de la salud (1996),  
asumiendo sus principios



# Objetivo de la Red Española de Empresas Saludables

- **Reconocer el trabajo** de las empresas en el ámbito de la mejora de la salud y bienestar de sus trabajadores.
- **Promover la cultura de la salud, y el intercambio de experiencias empresariales.**

**Empresa Saludable** significa:

- **El cumplimiento legal en PRL**
- Gestionar la salud de los trabajadores desde un enfoque integral e integrado.
- Considerar la salud en todas las políticas de la empresa.

En línea con  
el Modelo de entornos de trabajo saludables de la OMS

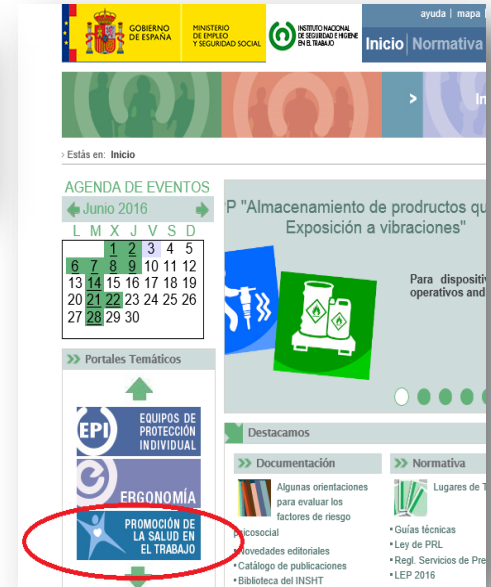


GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE EMPLEO Y SEGURIDAD SOCIAL

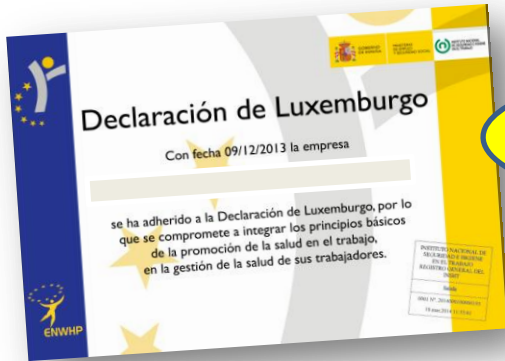


INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO



## Primer paso:

**Adhesión** a la Declaración de Luxemburgo, suscribiendo los principios de la misma



**Cuestionario de autoevaluación**

## Segundo paso:

**Reconocimiento** de buenas prácticas

**Si se supera la evaluación de calidad**





GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE EMPLEO  
Y SEGURIDAD SOCIAL



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO



**Portu**  
sasuntsua



**Alberto Ojanguren Berjaz**  
*Jefe del Departamento de  
Prevención y Medio Ambiente*

**Joseba Gotzon Calvo Larrondo**  
*Coordinador del  
Programa de Promoción de la Salud*

La **Autoridad Portuaria de Bilbao**  
propone la creación de un **espacio laboral**  
que **proteja, promueva y apoye el**  
**bienestar físico, mental, social y cultural**  
de los trabajadores

