

# *II Convención NAOS*



La promoción de una alimentación saludable y la práctica de actividad física en el trabajo



# **POR QUÉ PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL TRABAJO**



## **MARCO DE REFERENCIA**



## **ALIMENTACIÓN/ACTIVIDAD FÍSICA**

# POLÍTICAS EU DE ECONÓMICA, SOCIAL Y DE SALUD

 ECONOMÍA SOSTENIBLE

 SOCIEDAD SALUDABLE



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet. 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@intas.es](mailto:cnctinsht@intas.es)

# Una población sana es imprescindible para la productividad y prosperidad económica\*

*COM(2007) 630 final*

*Juntos por la salud: un planteamiento estratégico para la UE  
(2008-2013)*



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet. 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)

**Sociedad saludable**

**Economía  
sostenible**

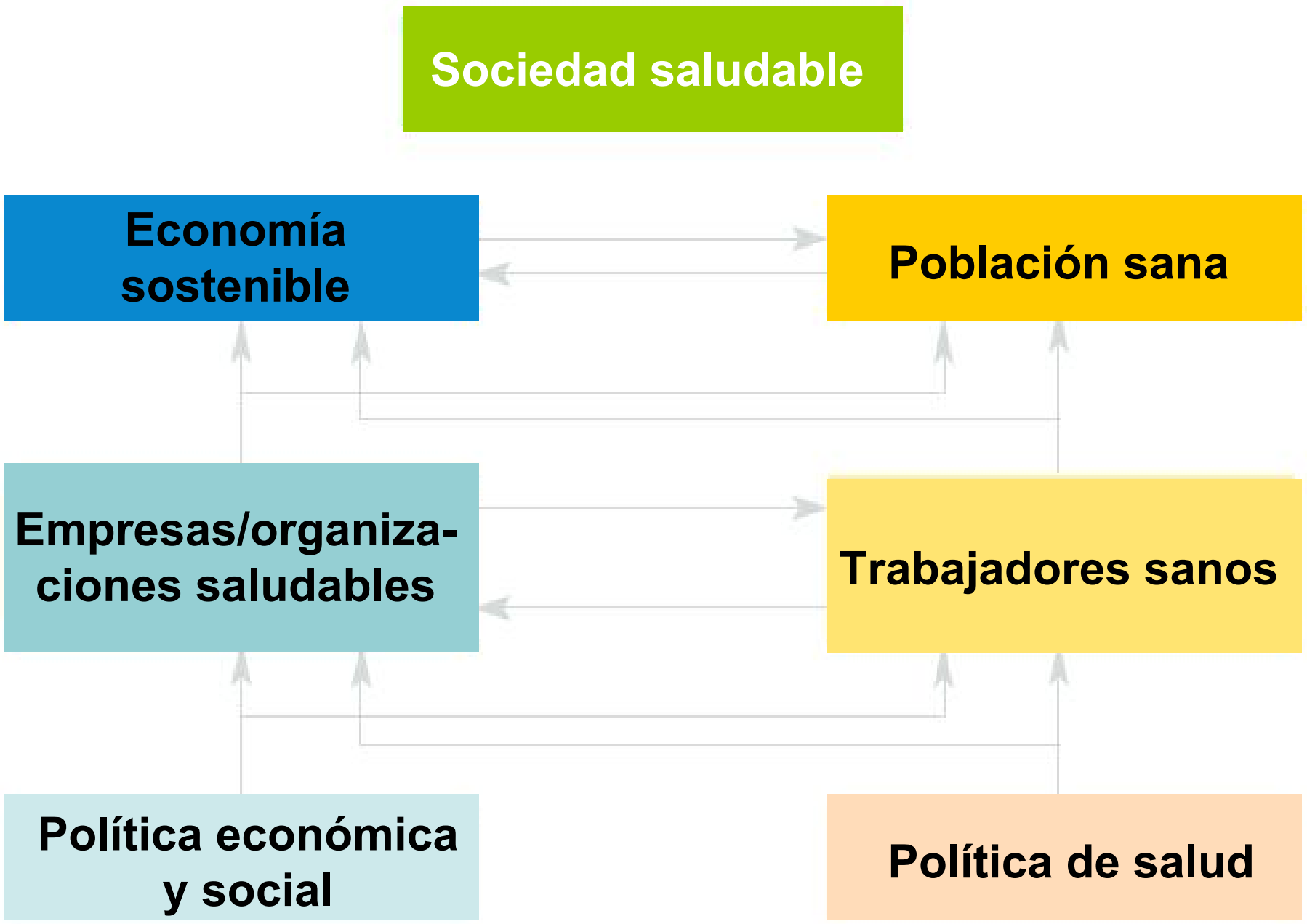
**Población sana**

**Empresas/organiza-  
ciones saludables**

**Trabajadores sanos**

**Política económica  
y social**

**Política de salud**



# MALA SALUD Y ADMINISTRACIÓN

Mortalidad prematura, Incapacidad temporal/permanente  
Disminución de la población activa  
Jubilaciones prematuras/anticipadas  
Aumento del coste sanitario y de protección social

Ej.: Carga económica de las enfermedades  
cardiovasculares (1% del PIB) y coste indirecto = 60%CT



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet. 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)

**TABLA 1.1. ESTIMACIÓN DEL COSTE DE LA CARDIOPATÍA ISQUÉMICA EN ESPAÑA. AÑO 2003**  
 Unidad: millones de euros

	COSTE TOTAL	COSTE DIRECTO	Hospita- lización	Fármacos	Segui- miento (*)	COSTE INDIRECTO	Pérdida de productividad laboral ocasionada por la mortalidad prematura	Pérdida de productividad laboral ocasionada por Incapacidad transitoria	Pérdida de productividad laboral ocasionada por Incapacidad permanente
Total	1.948,89	727,44	371,71	44,03	311,70	1.221,45	528,43	187,05	505,97
Aragón	62,49	21,38	11,83	1,33	8,22	41,11	19,20	5,91	16,00
Asturias (Principado de)	55,84	20,21	12,10	1,57	6,55	35,63	19,34	4,40	11,89
Baleares (Islas)	39,49	13,42	6,52	0,88	6,02	26,07	11,04	4,06	10,97
Canarias (Islas)	70,74	19,44	6,88	0,82	11,74	51,30	25,58	6,94	18,78
Cantabria	27,30	10,89	5,60	0,76	4,52	16,41	7,62	2,37	6,42
Castilla-La Mancha	68,03	27,68	16,06	2,21	9,41	40,35	16,92	6,32	17,11
Castilla y León	112,53	41,82	22,85	3,31	15,66	70,71	31,07	10,70	28,94
Cataluña	326,14	116,92	69,69	7,91	39,31	209,22	79,74	34,95	94,53
Comunidad Valenciana	176,28	50,43	23,61	3,31	23,50	125,85	58,24	18,25	49,36
Extremadura	42,08	19,13	12,44	1,34	5,35	22,95	10,25	3,43	9,27
Galicia	124,03	47,98	27,30	2,90	17,78	76,05	35,03	11,07	29,95
Madrid (Comunidad de)	288,06	102,35	50,15	5,26	46,94	185,71	69,71	31,31	84,69
Murcia (Región de)	50,95	23,99	11,86	1,59	10,54	26,96	11,18	4,26	11,52
Nararra (Comunidad Foral de)	31,08	9,97	5,09	0,52	4,37	21,11	9,92	3,02	8,17
País Vasco	117,73	34,94	15,59	2,32	17,03	82,79	36,43	12,51	33,85
Rioja (La)	10,34	3,38	1,59	0,18	1,61	6,96	2,36	1,24	3,36
Castay Melilla	5,84	1,93	0,93	0,13	0,87	3,91	1,84	0,56	1,51

(\*) El total incluye 45,31 millones de euros que no se han podido distribuir por Comunidades.

Nota: La metodología seguida está basada en el enfoque de la prevalencia y, dentro de este enfoque, la obtención del coste indirecto se ha realizado de acuerdo con el método del capital humano.

Fuente: Ministerio de Sanidad y Consumo, D. G. de Planificación Sanitaria, Sistema de Información y Prestaciones. Elaboración propia.

# RIESGOS/SALUD Y EMPRESA

↑ prevalencia de trabajadores con EE  
crónicas

↑ absentismo

↓ productividad

↑ presentismo



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet. 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@intas.es](mailto:cnctinsht@intas.es)



# RIESGOS/SALUD Y TRABAJADOR

↑ riesgo enfermedades crónicas

↑ coste farmacéutico/médico

↑ dolor y sufrimiento

↓ calidad de vida

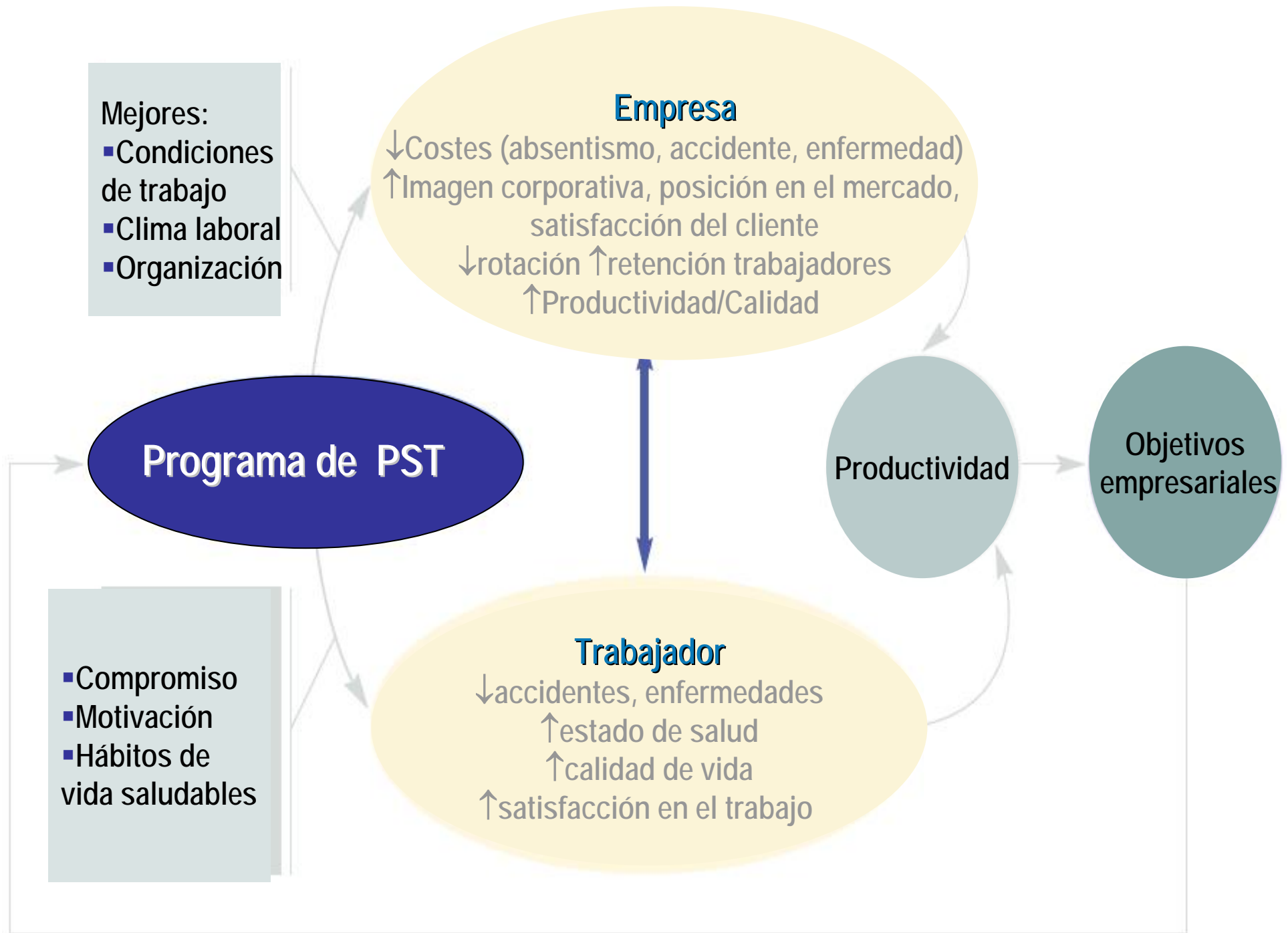
↓ rendimiento en y fuera del trabajo



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet, 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)



# ALGUNAS CIFRAS I

- Reducción del absentismo  
Katjes (AI) Reducción absentismo un 15% en 4 años; ahorro de 1, 5 millones de €; DVLA\_UK, reducción 7,9% al 3,5%; niveles de absentismo ~ 4% y reducciones entre un 25 a un 50% en 4-8 años
- Mejora de la imagen de la empresa  
Aumento de la satisfacción de los clientes, en los primero lugares del Dow Jones de sostenibilidad.
- Mejora en la gestión de los RRHH  
Disminución de la rotación de personal (20 a un 6% en un call-centre; media del sector 30-40%); Diferencia de 7 puntos entre trabajadores de bajo y medio/alto riesgo.
- Aumento de la productividad  
Acroplastica (línea blanca) ↑6,7%; otras empresas 20%-26%.



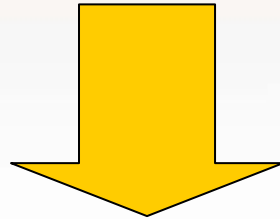
INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet, 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)

# CAMBIOS

sociodemográficos y del mercado laboral



**NECESIDAD DE UNA NUEVA  
FORMA DE GESTIÓN DE LA  
SALUD EN EL TRABAJO**



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet. 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@intas.es](mailto:cnctinsht@intas.es)

**Prevención  
de riesgos  
laborales**

**Prácticas  
voluntarias**

**LUGAR  
DE  
TRABAJO**

*Trabajo de calidad*

*Responsabilidad  
Social*

*Ética*

*Sostenibilidad...*

**Cambios en la  
organización**



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet. 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)

# TRES LÍNEAS DE ACCIÓN (I)

## 1- Prevención de riesgos laborales

Accidentes y enfermedades profesionales

Condiciones de trabajo

Daños a la salud relacionados con el trabajo

Adecuación del lugar de trabajo a las características propias de las personas que lo ocupan.

## 2- Cambios en la organización del trabajo

Mejora de la satisfacción en el trabajo y en la productividad

Cambio en actitudes y percepciones de los trabajadores, en la gestión de los recursos humanos y en la forma en que el trabajo está organizado.

# TRES LÍNEAS DE ACCIÓN (II)

## **3- Intervenciones voluntarias**

Enfermedades crónicas

Mortalidad o alejamiento prematuro del mercado de trabajo,

Ocupabilidad de la población trabajadora

Permanencia en el mercado de trabajo

Esperanza de vida con buena salud



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet. 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)



# Principales características de la PST

- Enfoque **INTEGRAL** del concepto de salud.
- Proceso eminentemente **PARTICIPATIVO**.
- Determinantes externos (entornos físico y social y hábitos de vida) e internos (genéticos y adquiridos)
- Construcción sobre aspectos positivos (fortalezas y recursos)
- Áreas de interés: establecimiento de políticas y creación de entornos saludables, empoderamiento individual y colectivo, reorientación de los servicios de salud.

# CATEGORÍAS DE LAS INTERVENCIONES

- Cambios de conducta
- Creación de entornos y organizaciones seguras y saludables
- Desarrollo de una cultura de la salud y de unas políticas empresariales saludables (CONTEXTO)



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet. 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)

Persona

Entorno

Filosofía

Dar herramientas a la persona para que tenga un mayor control sobre su salud

Diseño de entornos de trabajo que favorezcan conductas saludables

Ejemplos

Tabaco: Ayudas para dejarlo  
Nutrición: Dieta saludable  
Estrés: Afrontamiento del estrés

Tabaco: No acceso  
Nutrición: Control cantina  
Estrés: Factores Psicosociales



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet, 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)

# ELEMENTOS DE LOS PROGRAMAS

- Información acerca de los hábitos saludables
- Habilidades para mejorar sus hábitos
- Oportunidades en el entorno para elegir la conducta saludable
- Desarrollo de una cultura de la salud y de unas políticas empresariales saludables



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet. 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)

# NUTRICIÓN Y EJERCICIO

- Manuales, trípticos, pósters
- Cursos de cocina, consejos dietista, entrenador físico...
- Cantina, menús saludables, máquinas expendedoras, fruta a disposición, gimnasio, ligas de fútbol, incentivos...
- “Acuerdo consensuado”: Objetivos, recursos, funciones y responsabilidades, cronograma, evaluación, mantenimiento...

# Modelo Europeo de referencia para la PST



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet, 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnct@insht.mtas.es](mailto:cnct@insht.mtas.es)

# Algunas conclusiones

**PST**

**WP: lugar ideal para informar, formar y educar**

**WP: ámbito importante para promover y apoyar formas sanas de vida en los adultos**

**Necesidad de un abordaje integral e integrado**

**Necesidad de una mayor colaboración, coordinación y comunicación entre salud laboral y salud pública.**

**Mayor sensibilización de los actores clave**



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet, 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)

# Algunas conclusiones

**PST**

**Necesidad de disponer de herramientas, métodos y modelos de buenas prácticas (PYMES)**

**Conocimiento del impacto de las condiciones de trabajo en los estilos de vida de los trabajadores**

**Disponibilidad de la evidencia acerca de la efectividad de la PST**



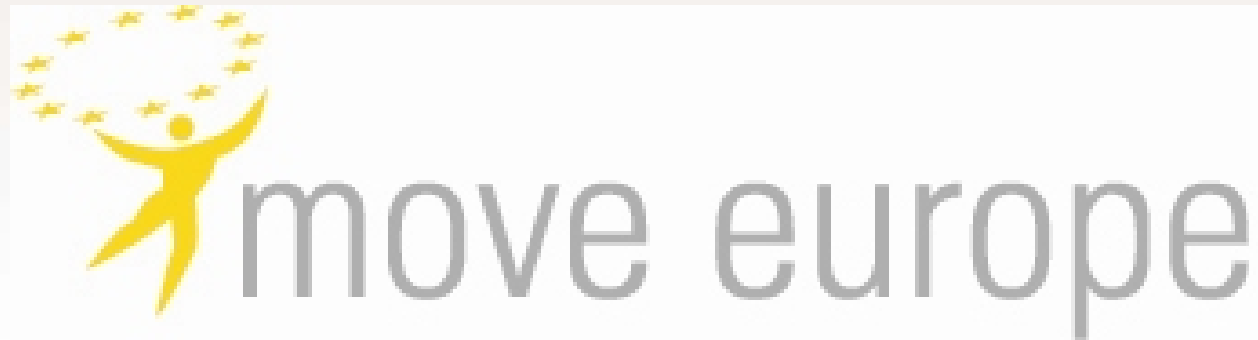
INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet, 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)



# 7ª Iniciativa de la ENWHP



*Promoviendo hábitos saludables en las empresas*

<http://www.enwhp.org> (inglès)

<http://www.mtas.es/insht/promocio/Redeuro.htm> (castellano)



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet, 2-10 • 08034 BARCELONA  
Tel.: 932 800 102 • Fax: 932 803 642  
e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)



## *Trabajadores sanos en organizaciones saludables*

### Páginas en INTERNET

<http://www.enwhp.org> (inglès)

<http://www.mtas.es/insht/promocio/Redeuro.htm> (castellano)