

REDES EMPRESARIALES EN LA MEJORA DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES

Autor: Adrián Fernández del Peral

MARCO CONCEPTUAL

El lugar de trabajo se constituye como entorno idóneo para impulsar actuaciones de promoción y prevención de la salud entre los trabajadores, tales como programas de prevención del consumo de alcohol y tabaco o de fomento de actividad física y alimentación saludable. El Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo puso en marcha, a mediados de 2013, el proyecto “Red Española de Empresas Saludables” con el objeto de reconocer el trabajo de las empresas en el ámbito de la mejora de la salud y bienestar de sus trabajadores, así como promover la cultura de la salud, y el intercambio de experiencias empresariales (1).

METODOLOGÍA

Se realizó una revisión bibliográfica sistemática. La búsqueda inicial incluyó los términos DeCS “salud laboral”, “promoción de la salud”, “lugar de trabajo” para la base de datos Scielo y los términos MeSH “occupational health”, “health promotion”, “workplace” para las bases de datos Cuiden, Sciverse y Pubmed. Se consideró un rango de tiempo de publicación de 5 años. De un total de 186 artículos se incluyeron en la revisión solo aquellos ensayos clínicos que contenían las palabras “empresa saludable” o “network for workplace” en el resumen. Finalmente se seleccionaron tres artículos.

RESULTADOS

Diversos estudios muestran que las redes de empresas saludables desarrollan intervenciones altamente efectivas para mejorar la salud de los trabajadores. Los participantes en estos programas presentan un número de bajas, una duración de las mismas y una pérdida de días/año menores que el resto de la plantilla. Además, estas redes logran que los trabajadores reduzcan su índice de masa corporal (IMC), niveles de colesterol, glucemia en ayunas o el consumo de alcohol y tabaco. Por otro lado, consiguen aumentar la frecuencia de realización de actividad física y la satisfacción de los empleados (2-4).

CONCLUSIONES

El análisis realizado pone de manifiesto los beneficios que las redes de empresas saludables tienen sobre la salud de los trabajadores. Esta evidencia no debería ser pasada por alto por las empresas, pues ayuda a la red a conseguir sus objetivos, mejora el bienestar de los trabajadores y consigue unas condiciones de trabajo más seguras.

REFERENCIAS

- (1). World Health Organization - WHO. Declaración de Luxemburgo sobre Promoción de la salud en el lugar de Trabajo. Luxemburgo: noviembre 1997. Documento técnico WHO.
- (2). Delegación Catalunya II. Modelo de empresa saludable [Internet]. Madrid: FCC Servicios Ciudadanos; 2015 [actualizado 16 abril 2015; citado 25 octubre 2015]. Disponible en: <http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/ACT%20FORMA%20Y%20ACT/Doc%20jornadas/RES2/2.%20Pres%20FCC.pdf>
- (3). CSD: Consejo Superior de Deportes [Internet]. Madrid: CSD; 2012 [actualizado 29 mayo 2012; citado 9 julio 2015]. Disponible en: <http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/dep-salud/valoracion-socioeconomica-progr-activ-fisca-mahou-san-miguel-CSD-amad-2012.pdf>
- (4). Programa de Salud Cardiovascular [Internet]. Madrid: Votorantim España; 2015 [actualizado 16 abril 2015; citado 25 octubre 2015]. Disponible en: [http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/ACTIVIDADES%20DE%20FORMACION%20Y%20ACTUALIZACION/Documentacion%20jornadas/red%20de%20empresas%20saludables/2.%20Presentacion%20VOTORANTIM%20ESPA%C3%91A%20\(Santiago%20Diaz\).pdf](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/ACTIVIDADES%20DE%20FORMACION%20Y%20ACTUALIZACION/Documentacion%20jornadas/red%20de%20empresas%20saludables/2.%20Presentacion%20VOTORANTIM%20ESPA%C3%91A%20(Santiago%20Diaz).pdf)