



**RED**  
ELÉCTRICA  
DE ESPAÑA

# Empresa saludable



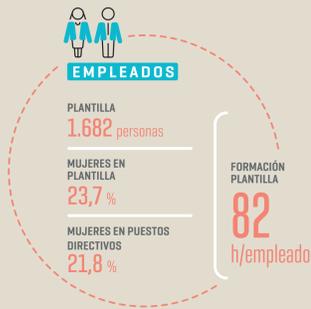
## Red Eléctrica, un TSO de referencia.

Red Eléctrica es el transportista único y operador (TSO) del sistema eléctrico español.

Tiene la misión de garantizar el correcto funcionamiento del sistema, asegurando en todo momento la continuidad y seguridad del suministro eléctrico.

Además, transporta la energía eléctrica en alta tensión; y construye, mantiene y maniobra las instalaciones de la red de transporte.

Ejerce esta responsabilidad con transparencia, neutralidad, independencia y eficiencia económica; y con el firme propósito de prestar un servicio eléctrico de máxima calidad para el conjunto de la sociedad.



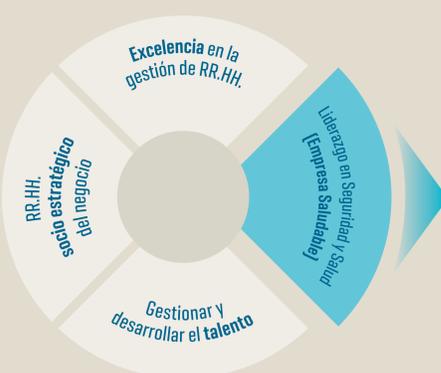
### Distribución de la plantilla por edad y sexo 2016



## Plan estratégico



## Plan director RR.HH.



## Empresa saludable



# Nuestro objetivo: Conseguir el bienestar de nuestras personas y su entorno



### RECURSOS DE SALUD

#### La promoción de la actividad física para la salud y disminución del sedentarismo

- Ayudas económicas para la práctica del deporte con compañeros: 14 disciplinas deportivas, beneficiarios el 40 % de la plantilla.
- Eventos deportivos: Jornadas deportivas de Red Eléctrica... 2105, 2016 y junio 2017.
- Estudios de investigación: evaluación del impacto del ejercicio físico individualizado en la salud.
- Charlas colectivas: beneficio del ejercicio físico en la salud.
- Consulta individualizada de condición física con planes de acción. Seguimiento periódico.
- Encuesta de evaluación de hábitos de ejercicio físico y sedentarismo (Prevista 2017).

#### La promoción de la alimentación saludable

- Semana del corazón.
- Ampliación del horario de cafetería y comedor para favorecer cinco comidas diarias.
- Cambios en composición y elaboración de los platos (disminución grasas saturadas, aumento de verduras y frutas...).
- Propuestas de menús saludables para las cenas y comida para llevar.
- Eliminación de alimentos NO saludables de las máquinas expendedoras.
- Distribución de un tríptico informativo sobre alimentación saludable.
- Talleres teórico-prácticos de sensibilización, de prevención de riesgos cardiovasculares, en todo el territorio nacional: 347 personas formadas.
- Consulta de nutrición individualizada con plan de acción y posterior evaluación: 455 personas atendidas.
- Actividades grupales: talleres de cocina saludable y de sensibilización (lectura de etiquetas, antioxidantes y falsos mitos).

#### La Prevención de trastornos musculoesqueléticos

- Semana "Prevenir es la mejor postura".
- Formación en prevención de trastornos musculoesqueléticos en todos los principales centros de trabajo: 320 personas formadas.
- Entrega a todas las personas de una banda elástica con indicaciones de ejercicios por grupos musculares.
- Implantación de clases de pilates en el centro de trabajo.

#### La prevención del cáncer

- Información sobre el cáncer en manual de empresa saludable.
- Píldoras informativas mensuales en intranet (miRED).
- Campañas de prevención de cáncer de próstata a varones > de 50 años.
- Campaña de detección precoz de cáncer de colon a personas > de 50 años.
- Recomendaciones personalizadas en reconocimientos médicos para prevención de cáncer de mama y cuello de útero.

#### Manual divulgativo de empresa saludable



### ENTORNO FÍSICO

- Certificado OHSAS 18001 desde 2002.
- Índice de accidentes vinculados a objetivos de dirección.
- Extensión de exigencia de seguridad y salud a la cadena de suministro (proveedores y subcontratistas).
- Medición de desempeño en seguridad.
- Categorización y señalización de espacios confinados.
- Coordinación de actividades empresariales: habilitación supervisores de obra/acreditación de personal externo para operación local.



### ENTORNO PSICOSOCIAL

#### Evaluación de riesgos psicosociales:

- Incremento importante en la participación.
- Detección de indicadores de seguimiento a través de la encuesta de clima.
- Análisis de los riesgos psicosociales en relación al modelo de gestión de la edad.

#### Plan de acción de mejora psicosocial:

- Acciones transversales que incluyen medidas organizativas, de desarrollo de competencias y de promoción de la salud.
- Talleres de gestión del estrés, fitness emocional, higiene del sueño, mindfulness...

#### Gestión de la conciliación:

- Certificado EFR desde 2009 como empresa proactiva.
- Más de 60 medidas de conciliación.
- Estructura de gestión propia con responsables, interlocutores y colaboradores, basada en la mejora continua.

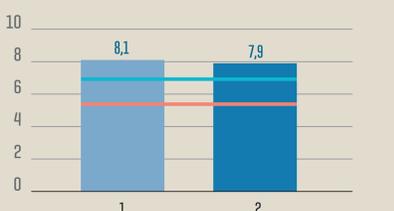


### PARTICIPACIÓN EN LA COMUNIDAD

- Gestión del voluntariado.
- Gestión de la discapacidad: "Plan Familia", ayudas económicas.
- Días sin cole: educación para la salud.
- Seguros de salud para empleados y familias.
- Campañas de donación de sangre.
- Colaboración en estudios de investigación: comunidad científica.
- Contribución al bienestar en comunidades locales.

## Evaluación

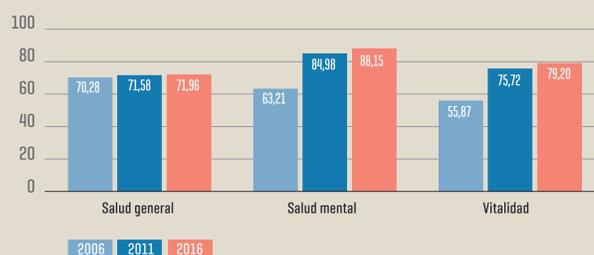
### Valoración de las campañas de prevención y promoción de la salud (junio 2016)



— Punto estándar  
— Punto fuerte

1. Considero que las campañas puestas en marcha contribuyen a mejorar mi salud y bienestar.  
2. La empresa facilita mi participación en las campañas de prevención y promoción de la salud.

### Evaluación de riesgos psicosociales: salud percibida (SF36)



### Encuesta de conciliación



A. Según segmentación: Las medidas de conciliación implantadas en Red Eléctrica permiten resolver mis necesidades de conciliación actuales.