

JORNADA TÉCNICA

Red española de empresas saludables: un camino hacia la salud integral de los trabajadores

**Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo
(INSHT)**

!Hay que hacer algo!

Victoria Ley Vega de Seoane

Subdirectora General de Deporte y Salud Consejo Superior de Deportes (CSD)
Ministerio Educación, Cultura y Deportes



16 de abril de 2015

ACTIVIDAD FÍSICA EN EL ENTORNO LABORAL: Empleados sanos, empresas robustas

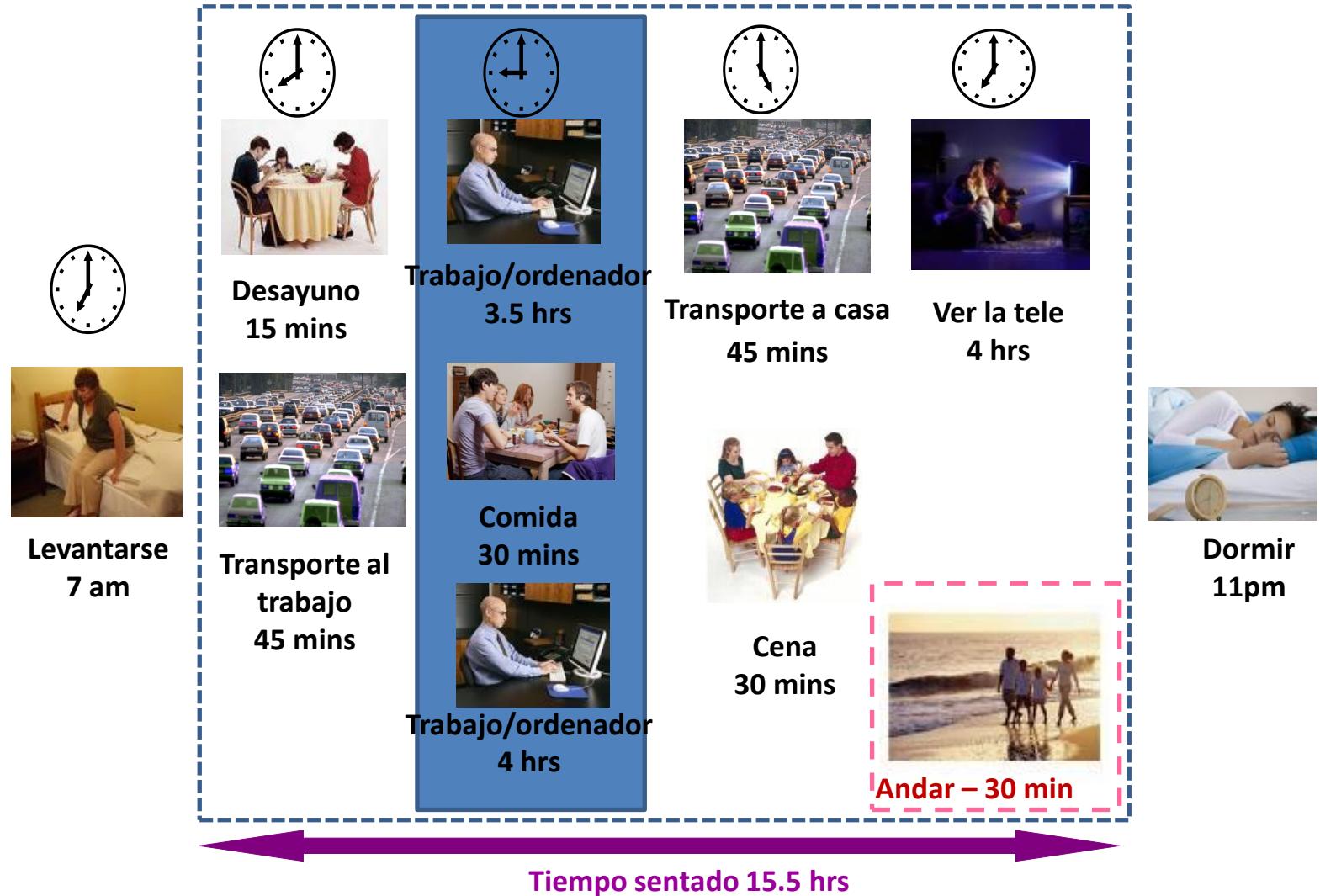
Obesidad y Sedentarismo

- Deterioro de la salud y bienestar
- Mayor asistencia y medicamentos
- Coste laboral: 15.000 jornadas de trabajo y 2.500M € anuales*!
- Responsabilidad individual vs empresarial
- Colaboración instituciones públicas y privadas
- Entorno laboral con facilidades para EF
- Implicación de la empresa

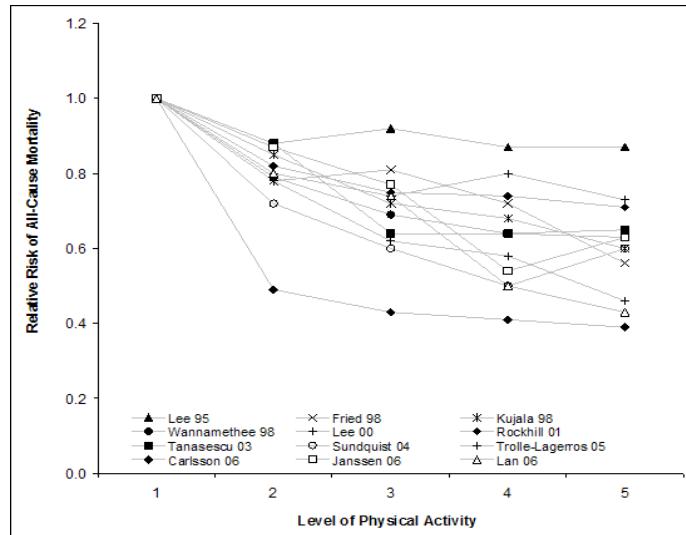


!Hay que hacer algo!

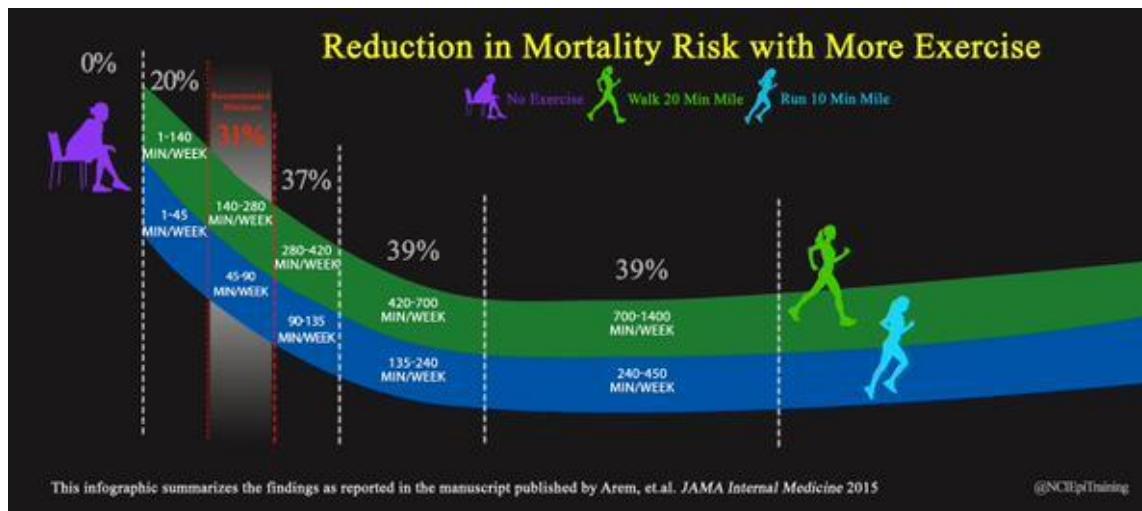
Nuestro modelo de vida: “estar sentado”



Efecto de la AF en la reducción de mortalidad



!Hay que hacer algo!



Prof Charlie Foster, Nuffield Department of Population Health, University of Oxford

Hannah Arem et al, JAMA, April 06, 2015 Leisure Time Physical Activity and Mortality A Detailed Pooled Analysis of the Dose-Response Relationship

POLITICAS Y ESTRATEGIAS

- NACIONALES

- PLAN A+D (MECD CSD)
- Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS (MSSSI)
- INSHT- Empresas Saludables, buenas prácticas
- CCAA (irregulares, muchas efectivas)
- PRIVADAS: empresas con políticas saludables

- INTERNACIONALES

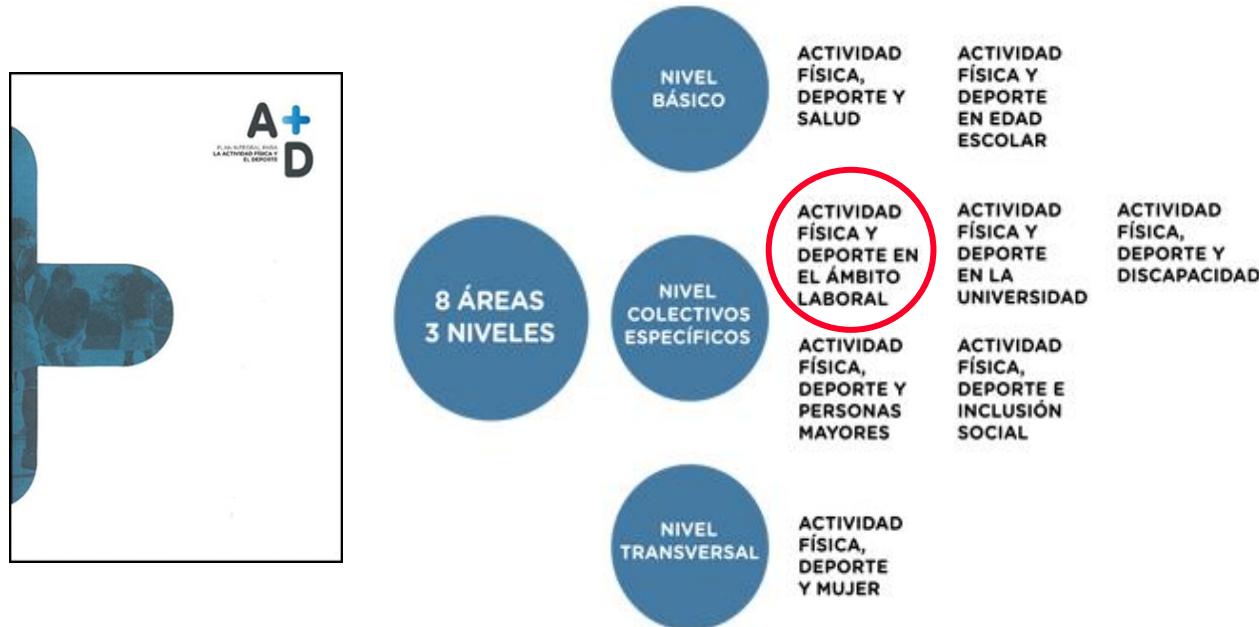
- Red Europea de Promoción de la Salud en el Trabajo – INSHT
- HEPA (OMS/UE)



PLAN INTEGRAL PARA
LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
EL DEPORTE

!Hay que hacer algo!

El plan A+D (2010-2020) se estructura en **3 niveles, 8 áreas, 15 programas y 100 medidas** a 10 años.



!Hay que hacer algo!

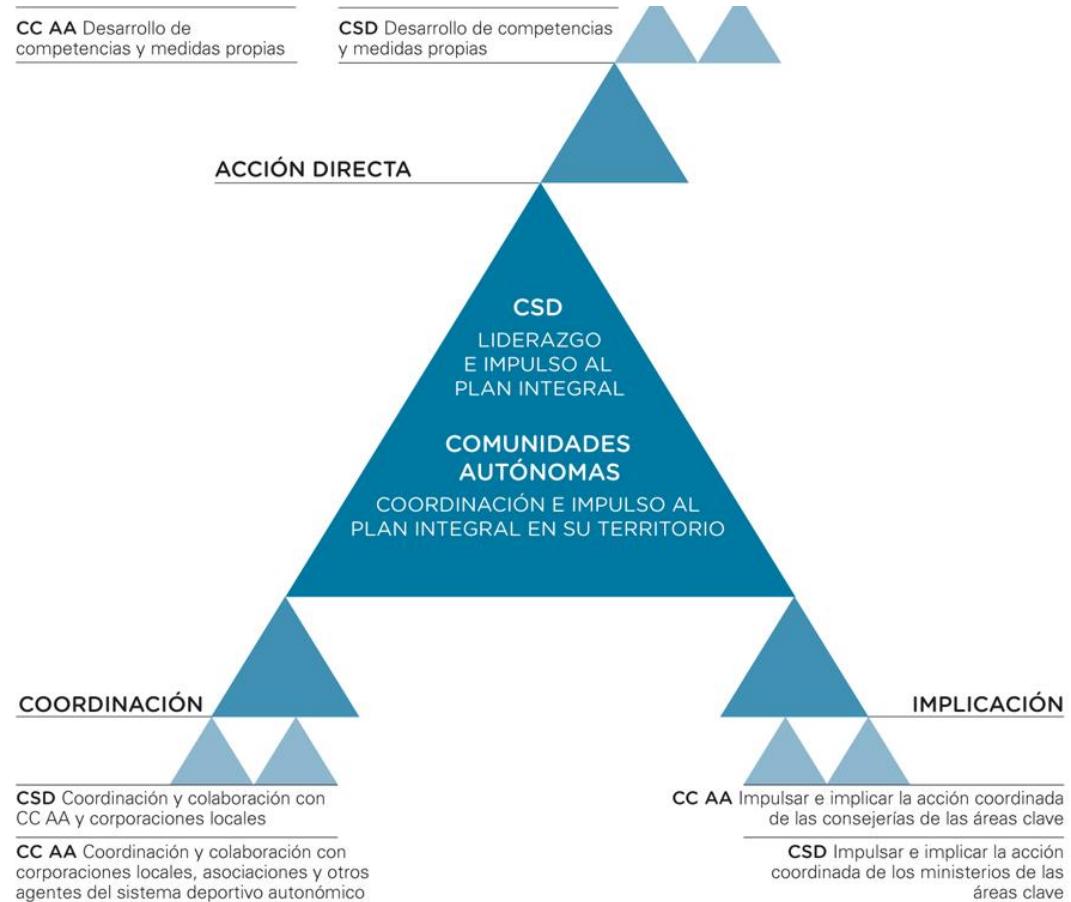
Consejo Superior de Deportes (CSD): Plan A+D

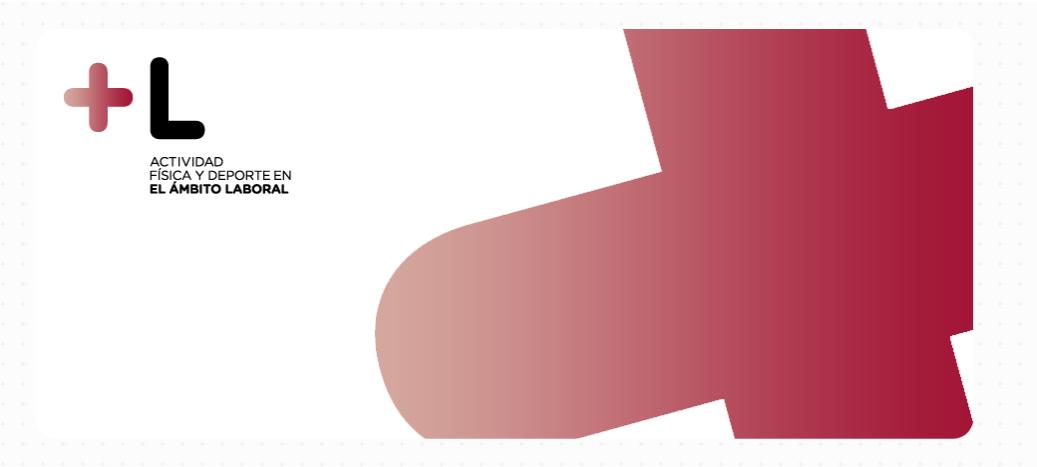


PLAN INTEGRAL PARA
LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
EL DEPORTE



www.planamasd.es





Objetivos específicos del programa

- Impulsar **experiencias** para validar estudios empíricos que garanticen la correlación entre práctica físico-deportiva y mejora de la productividad en el ámbito laboral.
- Generar una **mayor sensibilización** sobre los beneficios de la práctica deportiva en el ámbito laboral entre las organizaciones españolas
- **Formar a formadores** que garanticen una correcta implantación de programas de actividad física y deportiva en las empresas.



Medidas

- **Potenciación de programas de promoción de la actividad física y el deporte en el ámbito de la empresa**
- **Sello de calidad «Empresa Saludable» (colabora con INHST)**
- Información y colaboración con empresas para el **diseño de programas de AF**
- Incorporación al programa del Consejo de Europa
- Implicación de agentes sociales, empresas y mutuas
- Premio de buenas prácticas en el fomento del deporte

ACTIVIDAD FÍSICA EN EL ENTORNO LABORAL: ESTRATEGIAS CSD



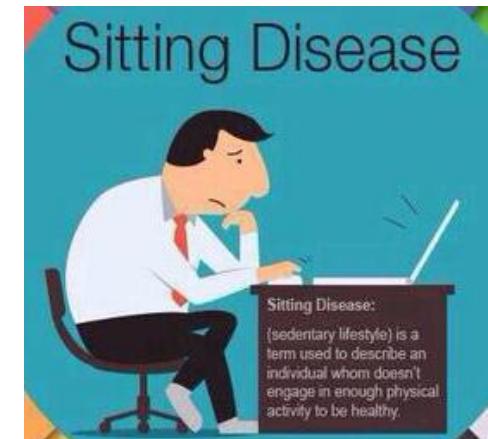
PLAN INTEGRAL PARA
LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
EL DEPORTE



Plan A+D: Fomento de la AF en el Entorno Laboral

Objetivo: en 2020 al menos 50% de las 100 mayores empresas realicen planes de promoción deportiva

- Sello “Empresa Saludable” (colaboración INSHT)
- Programas de deporte en empresas
- Colaboración con mutuas (la UE recomienda que las empresas de seguros liguen sus seguros de salud a la práctica de AF)
- Curso “Actívate, aconseja salud”



!Hay que hacer algo!

FUNDACIÓN MAPFRE

ACTÍVATE

Aconseja Salud



ffOMC
FUNDACIÓN PARA LA FORMACIÓN



Curso “en línea” de 60h para profesionales de la salud, para la prescripción médica de actividad física y deporte

- Elaborado por expertos en medicina de la AF y Deporte
- En colaboración con el MSSSI
- Dirigido a los Servicios de Salud de las CCAA
- Con patrocinio de Mapfre y colaboración de la FFOMC
- Próximo curso para empresas (en estudio)



- ✓ Confirmadas por los Ministros de los E M en 2008
- ✓ El objetivo principal es incrementar la AF
- ✓ Las directrices van dirigidas a los responsables de las políticas



Directrices en el ámbito laboral:

Directriz 33 – Los empresarios y sindicatos deben incluir en sus acuerdos requisitos para el lugar de trabajo que faciliten un estilo de vida activo desde el punto de vista físico. Podrían ser ejemplos de tales requisitos los siguientes: (1) Acceso a instalaciones interiores y exteriores para hacer ejercicio; (2) Disponibilidad de un profesional de la actividad física tanto para ejercicios conjuntos como para dar consejos personalizados; (3) Apoyo a iniciativas de participación deportiva relacionadas con el lugar de trabajo; (4) Apoyo al transporte en bicicleta y a pie desde y hacia el lugar de trabajo; (5) Si el trabajo es monótono o pesado hasta el punto de implicar un mayor riesgo de problemas músculo-esqueléticos, se debe proporcionar acceso a ejercicios diseñados específicamente para contrarrestar estos problemas; (6) Un entorno de trabajo favorable a la actividad física.

Directriz 34 – Se podrían entregar Certificados Nacionales de Salud en los lugares de trabajo en los que se dé prioridad a un estilo de vida físicamente activo.

!Hay que hacer algo!

- ✓ Es un problema **social**, no una responsabilidad individual
- ✓ Se requiere una estrategia **multi-sectorial, multidisciplinar, de cooperación**

Objetivos:

- **Unir fuerzas** para promover la AF en la UE
- **Establecer la AF como una cuestión política UE**
- **Identificar iniciativas efectivas**
- **Impulso a las políticas de los gobiernos**
- **Proporcionar instrumentos:** financiación
- **Investigación científica**
- **Educación**
- **----ERASMUS +**



!Hay que hacer algo!

MUCHAS GRACIAS

