

#JornadasINSST

JORNADA TÉCNICA · 29.10.25

SALUD MENTAL

RETORNO AL TRABAJO

Salud mental y retorno al trabajo:
la experiencia de una pyme con
rostro humano

Pere Cornellà Valls · CEO de Cafès Cornellà



Quiénes somos – Cafès Cornellà

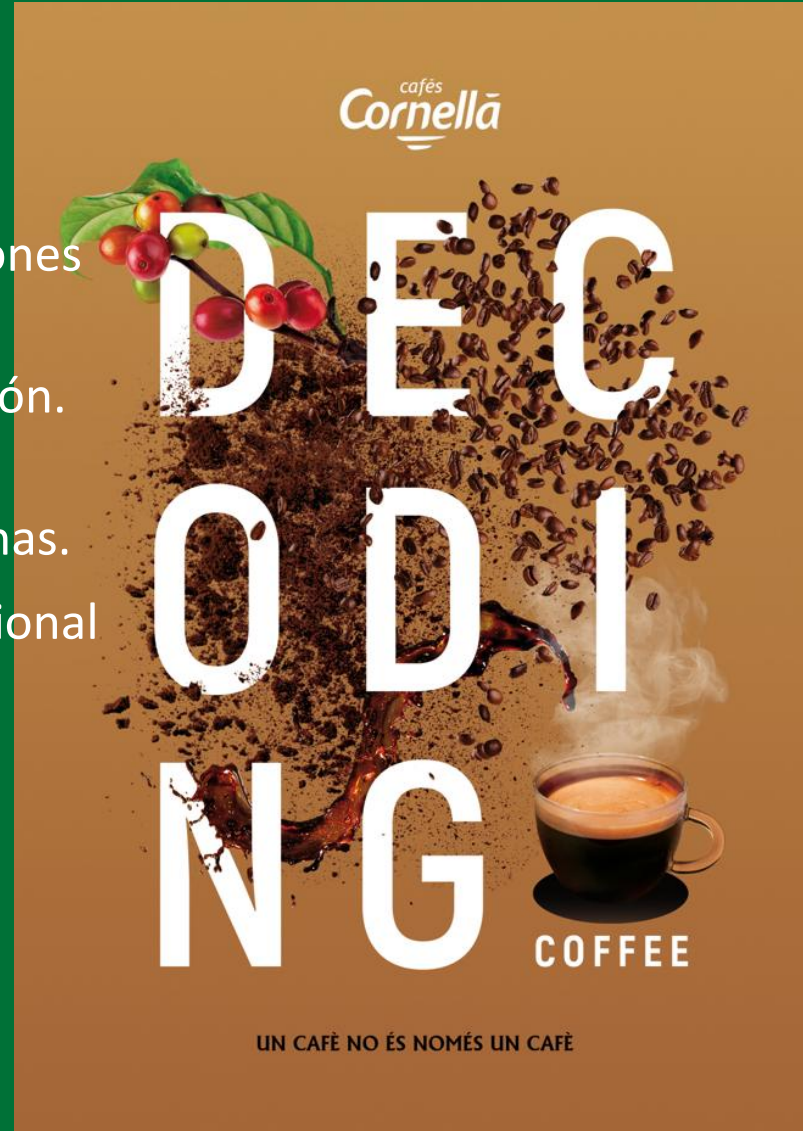
- Empresa familiar de cuatro generaciones (fundada en 1920 en Girona).
- 35 trabajadores, >10 M€ de facturación.
- Cultura centrada en la calidad, sostenibilidad y bienestar de las personas.
- Compromiso con la hostelería profesional y el entorno local.



DECODING COFFEE

Quiénes somos – Cafès Cornellà

- Empresa familiar de cuatro generaciones (fundada en 1920 en Girona).
- 35 trabajadores, >10 M€ de facturación.
- Cultura centrada en la calidad, sostenibilidad y bienestar de las personas.
- Compromiso con la hostelería profesional y el entorno local.



Contexto del caso real

- Trabajador del área comercial que vive un acontecimiento traumático.
- Deriva en depresión y agravamiento de un TOC preexistente.
- 6 meses de IT y diagnóstico confirmado.
- **Objetivo:** retorno gradual, con acompañamiento y sentido.



Estrategia de reincorporación

- Adaptación progresiva: nuevo entorno (logística), tareas pautadas.
- Reducción de exposición externa (sin trato directo con clientes).
- Comunicación constante con RRHH y dirección.
- Seguimiento emocional y ajuste de carga de trabajo.
- **Clave:** confianza mutua y respeto del ritmo personal.

Resultados y aprendizajes

- Reincorporación estable y sostenible.
- Mejora de la autoestima y vínculo con la empresa.
- Inspiración interna para mejorar políticas de bienestar.
- **Aprendizaje:** la salud mental también se gestiona con humanidad, no sólo con protocolos.



El papel de las redes de soporte

- Colaboración con Fundación Support Girona y red de entidades sociales.
- El acompañamiento profesional externo alivia la carga del empresario.
- Las pymes, por número y proximidad, pueden ser agentes de cuidado cercanos y confiables.
- Complementan el papel de las grandes corporaciones y sus estructuras RSC.



Conclusión

“La salud mental no se gestiona
en los despachos, se cultiva en
la confianza.”



#JornadasINSST

¡GRACIAS!

#JornadasINSST

