

CUIDAR LA SALUD MENTAL EN EL TRABAJO

Programa Opensalud 360

Susana Leal Hernanz

Responsable Servicio Médico

Robert Bosch España S.L.U.

XI Encuentro Anual Red Española de Empresas Saludables
**LIDERAZGO COMPROMETIDO CON LA
PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL TRABAJO**

28 DE MAYO DE 2026 · Zaragoza



¿POR QUÉ IMPLANTAMOS Opensalud 360?

EL IMPULSO (Diagnóstico y Realidad)



EL CONTEXTO CLÍNICO

Aumento de consultas vinculadas a estrés, ansiedad y cansancio emocional.

Incremento sostenido de bajas laborales asociadas a causas psicológicas.



EL MANDATO INTERNO

Solicitudes directas de apoyo emocional y acompañamiento psicológico.

Peticiones formales trasladadas por la representación legal de los trabajadores.



Respuesta proactiva

LA RESPUESTA (Visión y Meta)

EL COMPROMISO SOSTENIBLE

Promover de forma activa un entorno de trabajo saludable.

Garantizar que el desarrollo de la empresa sea estructuralmente sostenible.



LA CULTURA PREVENTIVA

Fomentar una cultura corporativa fundamentada en el cuidado y apoyo.

Anticipar y prevenir riesgos psicosociales de manera integral.



CAMBIO DE PARADIGMA EN SALUD MENTAL

	Enfoque Tradicional	Modelo Opensalud 360
Formato	Acciones aisladas y puntuales.	Programa estructural, estable y continuo.
Perspectiva	Reactivo (respuesta a la crisis).	Preventivo y Clínico (detección temprana y tratamiento).
Accesibilidad	Limitado por sesiones o sistemas de co-pago.	Ilimitado y 100% financiado por la empresa.
Gestión y Privacidad	Interna (genera fricción y miedo al estigma).	Externa y confidencial (garantiza la confianza total).

OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN



S - Específico

Atención psicológica profesional ilimitada y sistema mensual de autochequeo de bienestar emocional.



M - Medible

Trazabilidad del volumen de consultas, usuarios activos, índice de adherencia y participación en videoclases.



A - Alcanzable

Eliminación de barreras mediante accesibilidad 100% online, gratuidad, amplitud horaria y libre elección de especialista.



R - Relevante

Posicionamiento de la salud mental como eje prioritario, previniendo riesgos psicosociales y mejorando la satisfacción.



T - Limitado en el tiempo

Evaluaciones trimestrales de uso y evolución, con revisión estratégica anual del programa.

OPENSALUD 360

ABORDAJE MULTICAPA



DISEÑO CLÍNICO

ELIMINANDO BARRERAS

Psicología Clínica (El Recurso Principal)

Modalidad: Videoconsulta o telefónica (100% externa y confidencial).

Libertad: Libre elección del especialista por parte del usuario.

Frecuencia: Acceso ilimitado (máximo 1 sesión cada 10 días para asegurar continuidad asistencial).

Accesibilidad: Horario ininterrumpido de 08:30h a 20:30h.



Autochequeo Mensual (La Red de Seguridad)

Mecánica: Valoración digital periódica del estado emocional y satisfacción vital.

Integración Clínica: Los resultados pueden compartirse voluntariamente con el psicólogo elegido.

Impacto: Permite una intervención altamente personalizada antes de que el malestar se agrave.



RECURSOS DIGITALES

NORMALIZANDO EL BIENESTAR DIARIO



Talleres Online (Directo y Diferido)

Programas estructurados de pilates, yoga, mindfulness, relajación y actividad física para la reducción del estrés.



Píldoras Saludables

Impactos breves y continuos con pautas de regulación emocional, mejora del descanso y nutrición.



Comunidad Saludable

Espacio digital seguro para compartir experiencias, debates y fomentar actividades en común.



Opensalud Pass

Red extensa de profesionales y centros físicos con descuentos exclusivos, complementando el ecosistema online.

RESULTADOS 2025: Evolución de la adherencia



Una participación de más del 30% en una iniciativa de salud mental corporativa representa un éxito rotundo de normalización y confianza.



USO Y SATISFACCIÓN DEL EMPLEADO

Crecimiento de Consultas Clínicas

+27.5%

Evolución de 783 consultas (Q1) a 894 (Q2) y hasta 998 consultas en el Q3. Muestra una consolidación del recurso asistencial.

Ecosistema Activo (Q3 2025)

Uso Multicanal

239 usuarios en Wellness, 190 beneficiarios de Pass y 128 en la comunidad Healthy.

Excelencia Percibida

9.47 / 10[★]

Nota media de las encuestas de valoración de los usuarios, rozando la excelencia en un ámbito altamente sensible.

TRANSFORMANDO RESISTENCIAS EN CONFIANZA



CLAVES PARA EL ÉXITO ESTRUCTURAL

1

Compromiso Real

Financiación corporativa al 100% y continuidad presupuestaria anual. La salud mental no es un gasto, es una inversión.

2

Confidencialidad Blindada

Gestión tercerizada que elimina el miedo a repercusiones laborales.

3

Accesibilidad Sin Fricción

Formato digital, amplio espectro horario y ausencia de burocracia para conseguir cita.

4

Enfoque 360°

Combinación simultánea de atención clínica severa, autocuidado diario y creación de hábitos.

5

Cultura del Dato

Evaluación trimestral rigurosa de adherencia, uso y satisfacción para adaptar la estrategia.

RECOMENDACIONES FINALES PARA EMPRESAS SALUDABLES

Estructura sobre Anécdota

Apostar por programas estructurales, sostenidos en el tiempo, abandonando las acciones aisladas que no generan impacto real.

El Empleado en el Centro

Diseñar desde la empatía: garantizar la libertad de elección del profesional, la inmediatez y la absoluta privacidad.

Escucha Activa y Datos

Medir la adherencia, escuchar el feedback cualitativo y adaptar la oferta a las realidades variables de la plantilla.

“Invertir en salud mental no es solo mitigar riesgos; es el cimiento para construir organizaciones verdaderamente sostenibles y humanas.”

GRACIAS



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE TRABAJO Y ECONOMÍA SOCIAL

Insst

Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo



Red Española de Empresas Saludables



GOBIERNO DE ARAGON