



## PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL TRABAJO (PST)

### Por qué la PST

El valor de invertir en PST es tanto para el trabajador, como para el empresario y para toda la sociedad, ya que:

Mejora la salud de los trabajadores y disminuye la accidentabilidad.

Aumenta la productividad empresarial y disminuye el absentismo laboral.

Mejora el clima laboral, la motivación y la participación.

Aumenta la retención de talento y disminuye la rotación de personal.

Mejora la imagen corporativa.

Disminuye los costes sociales sanitarios, de seguridad social y de seguros, y contribuye a la mejora de la calidad de vida de los ciudadanos.

Mejora el medio ambiente, la accesibilidad a transportes y polígonos, la entrada a trabajos seguros, disminuye la contaminación, ...

Reduce la accidentabilidad y las enfermedades, especialmente las crónicas.

Genera un retorno de la misma gracias a reducción del absentismo y de los costes de enfermedad.

Repercute en la cadena: trabajador-cliente-beneficio, que pone de relieve la importancia de las inversiones en PST para mejorar estos ámbitos.

### Qué es una “empresa saludable”

El fundamento de “ser una Empresa Saludable” es: Gestionar la salud de los trabajadores desde un enfoque integral e integrado. Considerar la salud en todas las políticas de la empresa.

### Red Europea de Promoción de la Salud en el Trabajo

La Red Europea de Promoción de la Salud en el Trabajo (ENWHP), supone la manifestación de la voluntad común de todos los miembros y colaboradores de la Red para mejorar la salud y el bienestar de los trabajadores y reducir el impacto de los daños relacionados con el trabajo, así como una plataforma para el intercambio de información y experiencias entre todos los interesados en la promoción de la salud en el trabajo y comprometidos con la visión de la red: «**Trabajadores sanos en empresas saludables**». A su vez, es un organismo de recopilación y difusión de ejemplos de buenas prácticas y métodos de salud en el lugar de trabajo entre todos los países y sectores económicos.

### Red Española de Empresas Saludables:

España, en 2013, puso en marcha el proyecto “Empresas Saludables” inspirada en el trabajo realizado por la [Red Europea de Promoción de la Salud en el Trabajo \(ENWHP\)](#), para 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.

### Cómo formar parte de la Red Española de Empresas Saludables

Cualquier empresa u organización puede formar parte de la Red de Empresas Saludables, con independencia de su tamaño, titularidad o sector, adhiriéndose gratuitamente a la [Declaración de Luxemburgo](#) y manifestando así su compromiso con los principios reflejados en la misma. Como paso posterior, si lo desea y cumple con los criterios de calidad elaborados por la Red Europea de Promoción de la Salud en el Trabajo (ENWHP), puede solicitar el Reconocimiento de Buenas Prácticas en promoción de la salud en el trabajo.

### Reconocimiento de Buenas Prácticas empresariales en Promoción de la Salud

El reconocimiento a las buenas prácticas empresariales en promoción de la salud en el trabajo por parte del INSST, se realiza en base al modelo elaborado y defendido por la [Red Europea de Promoción de la Salud en el Trabajo](#).

Una empresa que quiera ser reconocida como “saludable” deberá cumplir con la legislación vigente en prevención de riesgos laborales y, a partir de ahí, establecer intervenciones de promoción de la salud y el bienestar, más allá de dicha legislación.

La solicitud de reconocimiento es voluntaria para las empresas. Este proceso de Reconocimiento de Buenas Prácticas en Promoción de la Salud (PST) no es una auditoría, y por tanto no puede ser considerado como una certificación por terceros, siendo todo el proceso, desde su inicio, totalmente gratuito para las empresas.

### Los objetivos del reconocimiento son:

- ✓ Reconocer el trabajo realizado por las organizaciones en la promoción de la salud y el bienestar de sus trabajadores.
- ✓ Promover la cultura de la salud y el intercambio de experiencias entre las organizaciones españolas.
- ✓ Asesorar y acompañar a las organizaciones que realizan intervenciones de PST mediante la difusión de las herramientas y metodologías elaboradas por la Red Europea de Promoción de la Salud en el Trabajo, y el desarrollo de jornadas y eventos de formación.

El reconocimiento tiene validez de tres años a contar desde su concesión. La empresa deberá solicitar la renovación a través del correo [deprosel@insst.mites.gob.es](mailto:deprosel@insst.mites.gob.es)

### Proceso de reconocimiento

Para facilitar la evaluación de la situación de la empresa en PST, hay a disposición de las empresas varias herramientas de análisis y mejora de sus actividades, como un primer paso para el reconocimiento de buenas prácticas, como son los cuestionarios de autoevaluación. A continuación se refieren dichos cuestionarios de autoevaluación o evaluación en PST:

#### [Cuestionarios de autoevaluación o evaluación en PST:](#)

- ✓ [Cuestionario: Criterios de calidad para la PST](#)

Con este cuestionario podrá hacer una autoevaluación de las acciones que haya realizado o esté realizando en su empresa en relación con la promoción de la salud.

- ✓ [Cuestionario: Move Europe](#)

Este cuestionario se estructura alrededor de 4 temas: tabaquismo, actividad física, nutrición y estrés

✓ [Cuestionario: Salud Mental](#)

Permite realizar una autoevaluación de las acciones realizadas y que se estén realizando en su empresa en relación con la salud y el bienestar mental. Al finalizar el cuestionario se le mostrarán en pantalla los resultados de la evaluación por apartados y global.

✓ [Cuestionario: Envejecimiento](#)

Este cuestionario le permite la identificación de necesidades en la empresa en relación con el envejecimiento, con objeto de ver si la empresa está preparada para hacer frente a los retos que plantea el envejecimiento de su plantilla, permitiéndole hacer una primera evaluación sobre los puntos débiles y proporcionando unas primeras recomendaciones sobre las posibles áreas de mejora.

✓ [Cuestionario: Enfermedades Crónicas](#)

Este cuestionario permite establecer una estrategia y procedimiento de gestión de la vuelta al trabajo, comprobando las acciones que se realizan en la gestión de las ausencias de larga duración en la empresa.

✓ [Cuestionario: Salud y bienestar mental para PYMES](#)

Cuestionario sobre salud y bienestar mental para Pymes.

Para **iniciar el proceso de reconocimiento de buenas prácticas** la empresa debe estar adherida a la Declaración de Luxemburgo y haber cumplimentado ya el cuestionario de calidad a través de la aplicación automática de la sección de autoevaluación de la web del INSST. Hay que tener en cuenta que la empresa no podrá iniciar el proceso de reconocimiento de buenas prácticas si el punto de corte global del cuestionario de calidad **es igual o inferior al 75%**.

La documentación será analizada y valorada por el Comité Técnico de Verificación que determinará si el programa o proyecto presentado se puede considerar una buena práctica. En caso afirmativo, se emitirá un certificado de buena práctica con el nombre de la empresa y el título del proyecto. Este certificado tendrá una validez de tres años.

El Comité Técnico de Verificación está constituido por el propio INSST, el Ministerio de Sanidad, la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD), y los órganos técnicos de Seguridad y Salud de las Comunidades Autónomas de Aragón, Asturias, Baleares, Canarias, Cantabria, Castilla La Mancha, Castilla y León, Extremadura, Galicia, La Rioja, Madrid, País Vasco y Valencia.

Las empresas que han sido reconocidas en este proyecto de la Red Española de Empresas Saludables (REES) pueden consultarse en el siguiente enlace; [Empresas con reconocimiento a su modelo de buenas prácticas en PST](#)

Cada año, se celebra el “**Encuentro de la Red Española de Empresas Saludables**”, durante el cual se hace entrega de los certificados de buenas prácticas a las empresas reconocidas en la última edición.

El 15 de noviembre se cierra el periodo de recepción de nuevas solicitudes y comienzan a evaluarse los programas por el Comité evaluador, con objeto de tener los resultados a finales de marzo o primeros de abril del siguiente año. Si la candidatura no llega en fecha se incluiría para la siguiente edición.

Tanto a las empresas que han superado la evaluación, como a las que no lo han hecho, se les informa del resultado. A las que no lo han superado se les ofrece asesoría para mejorar sus programas, pudiendo obtener información al respecto en el Departamento de Promoción de la Salud y Epidemiología Laboral ([deprosel@insst.mites.gob.es](mailto:deprosel@insst.mites.gob.es)).

### Enlaces de interés

- [Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Ministerio de Sanidad , Consumo y Bienestar Social.](#)
- [Responsabilidad social de las empresas. Ministerio de empleo y seguridad social. Ministerio de Trabajo, Migraciones y Seguridad Social.](#)
- [Estilos de vida saludables. Ministerio de sanidad, consumo y bienestar social.](#)
- [Promoción de la salud en el trabajo y bienestar. Organización Internacional del Trabajo](#)
- [Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo](#)
- [Red europea de Promoción de la Salud en el Trabajo. ENWHP.](#)
- [Salud total del trabajador. Programa del Centro de control de enfermedades. NIOSH](#)
- [Salud ocupacional. HSE. Health and Safety Executive](#)
- [Promoción de la Salud en el Trabajo. Centres for Disease Control and Prevention](#)

### Otros enlaces de interés

- [Fundación española del corazón](#)
- [Asociación española de consumo, seguridad Alimentaria y nutrición](#)
- [Protección de la salud mental en el lugar de trabajo. Agencia Europea de Seguridad y Salud en el trabajo. FACTS 112.](#)
- [NTP 780. El programa de ayuda al empleado \(EAP\): intervención individual en la prevención de riesgos psicosociales.](#)