

Por: Juan Carlos Saez de Rus

Director departamento - Dirección Corporativa de Seguridad, Salud y Bienestar Laboral

Trabajadores sanos, empresas saludables

Nadie duda de la importancia que tiene la salud y la felicidad para el bienestar de las personas, la felicidad es un intangible difícil de cuantificar en su retorno en los balances financieros como una partida más, pero que los trabajadores sean felices es beneficioso también para las propias compañías. Como suele decirse: el éxito no da la felicidad pero la felicidad puede dar el éxito.

Cuando se nos pregunta ¿qué es lo que queremos o qué nos motiva como personas?, aún cuando las respuestas son diversas y complejas, en última instancia todos queremos estar satisfechos con nuestras vidas, ser felices y estar tan sanos como sea posible. Vale la pena repetir las obviedades porque a menudo se nos olvidan, y no es nada casual que en más de 40 culturas, incluyendo muchas no occidentales, los valores reconocidos como más importantes son la salud y la felicidad.

La promoción de la salud en el trabajo puede jugar un papel importante en la preparación y equipamiento de los trabajadores y de las organizaciones para afrontar los cambios.

El futuro de las Empresas Saludables depende en gran medida de que su personal esté bien preparado y motivado, pero también sano, aunque en estos momentos

suele primar lo urgente sobre lo importante, y a veces las empresas tienden a olvidarse de las políticas de RSC o de bienestar laboral.

Dentro de esas políticas están las prácticas que hacen de la empresa un lugar saludable. Es lo que se conoce como Empresa Saludable, aquella que tiene entre sus objetivos ayudar a sus miembros a mantener un tono vital corporal y mental sano. Son prácticas que a medio y largo plazo aumentan la productividad de los empleados y proporcionan a la empresa y a los empleados mejor clima laboral y mayor productividad, además, por supuesto de los beneficios inherentes a la práctica de hábitos de vida saludables.

Los beneficios de la prevención y de una vida sana se perciben a medio y largo plazo: por esta razón, las mediciones realizadas en las empresas norteamericanas, con décadas de experiencia, resultan relevantes y esclarecedoras

Las empresas españolas muestran todavía, en su mayoría, una aproximación parcial a la cuestión. La cultura empresarial española sitúa los temas de salud en el área de la prevención de riesgos laborales, y son estas áreas las que más han avanzado, tratando de ampliar los horizontes y superar los límites de la normativa vigente, por ejemplo, en materia de prevención.

Estos primeros pasos son de indudable valor, pero las empresas deben ser capaces de dar un salto cualitativo que sitúe la promoción de la salud de los empleados como línea de trabajo corporativa incluida en el plan estratégico. Es decir, una empresa sa-

“ La salud, la seguridad y el bienestar laboral son de una importancia fundamental para todas las personas, y también para la productividad, la competitividad y la sostenibilidad de la empresa ”



ludable no se limita a ofrecer a sus empleados un bono descuento para un gimnasio o una opción de almuerzo sano: esa sería una visión muy superficial de la cuestión. Lo que realmente hacen las empresas saludables es promover el cambio de actitud de los empleados, motivándoles a mejorar su estado de salud y creando el entorno adecuado para que puedan conseguirlo.

Conseguir ese cambio de actitud y motivar a los empleados, al tiempo que se pone a su disposición los medios necesarios para llevar una vida sana, implica necesariamente diseñar estrategias transversales en las que se impliquen diferentes departamentos de la empresa. Esta estrategia debe cubrir los ámbitos de sensibilización, información y propuestas concretas de acción.

Son muy variadas las líneas de actuación que en la actualidad utilizan las empresas españolas y cuyas iniciativas pueden agru-

parse en tres pilares básicos: promoción de la salud, de actividades deportivas y de buenos hábitos alimenticios. La estrategia de las empresas debe contemplar diferentes iniciativas para reforzar cada uno de ellos de forma equilibrada. La relación entre empleados sanos y productividad es indudable, por una parte, se reduce de manera significativa el absentismo; mejora el clima laboral y, sobre todo, se desarrollan el compromiso, la fidelidad y la implicación de los empleados con los objetivos de la empresa.

Es por tanto que la salud, la seguridad y el bienestar laboral son de fundamental importancia para todos nosotros y nuestras familias, y también para la productividad, la competitividad y la sostenibilidad de la empresa.

“ El futuro de las Empresas Saludables depende en gran medida de que su personal esté bien preparado y motivado, pero también sano ”