

PRÓLOGO

EMPRESAS SALUDABLES. UN DESAFÍO DE RESPONSABILIDAD SOCIAL 2010-2020



Dr. Manuel de la Peña
Presidente del Instituto Europeo
de Salud y Bienestar Social
Doctor en Biomedicina
Profesor de Cardiología

En los últimos tiempos, son cada vez más las empresas que están tomando conciencia de la influencia que tiene la buena salud de los empleados en su mayor rendimiento, ya sea físico o intelectual. Estas compañías crean entornos cada vez más saludables en los que el empleado encuentra un mayor confort, lo que mejorará su rendimiento y competitividad laboral. A pesar de ello, es imprescindible seguir concienciando a las organizaciones y a los distintos actores sociales y políticos de los beneficios

reales de la promoción de empresas saludables.

El objetivo es, por una parte, prevenir los riesgos, incluyendo los de enfermedades emergentes y prevalentes como las patologías cardiovasculares o el estrés, y, por otra, ofrecer a los empleados un entorno más agradable y atractivo que les facilite la organización del trabajo y la conciliación de la vida familiar y laboral. Para ello, se pueden adoptar medidas como la creación de guarderías y la habilitación de salas de lactancia con facilidades para que las empleadas puedan realizar la extracción y el correcto almacenamiento de la leche, entre muchas otras.

Combatir el infarto de miocardio y el ictus a través de reconocimientos médicos preventivos periódicos es un compromiso

que deben asumir todas las empresas, así como dar más información sobre los factores de riesgo cardiovascular, muchos de ellos prevenibles. Tenemos que ser conscientes que las enfermedades cardiovasculares siguen siendo la primera causa de muerte en las sociedades industrializadas.

Facilitar espacios más abiertos, despachos sin muros y con luz natural, gimnasios y comedores que potencien una dieta cardiosaludable y una alimentación equilibrada, son otras posibles medidas a tener en cuenta a la hora de crear lugares más saludables para trabajar y que busquen el bienestar de los empleados. Todo esto enmarcado dentro del concepto de innovación arquitectónica, que constituye uno de los pilares de las empresas saludables.

Llegados a este punto, es importante destacar que afortunadamente las empresas valoran y toman cada vez más en consideración las repercusiones que sobre la sociedad tienen las actividades que realizan y voluntariamente ponen en marcha iniciativas para mejorar su balance social. Es lo que llamamos Responsabilidad Social, recogida por Naciones Unidas en el Pacto Mundial de Responsabilidad Social, que define nueve principios fundamentales que se detallan en la presente publicación.

De forma paralela, es necesario contar con la ayuda y apoyo de las diferentes Administraciones Públicas a las empresas e instituciones que por propia iniciativa promuevan un entorno de trabajo saludable. Dichas ayudas podrían traducirse en incentivos económicos o fiscales añadidos que ayudarían a motivar a las compañías a la hora de poner en marcha políticas de salud. Una fórmula sería bonificando a través de una disminución en las cuotas de la Seguridad Social a las empresas que se conviertan en “Empresas Saludables”.

Asimismo habría que volver a las desgravaciones fiscales de los seguros privados como lo que había hace años donde el ciudadano podía deducir en la cuota del IRPF un 15% de los gastos médicos por enfermedad o por cuotas abonadas a sociedades médicas.

En un intento de paliar una situación preocupante en el mundo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha puesto en marcha el Plan de Acción Mundial sobre la Salud de los Trabajadores 2008-2017, en el que se abordan todos los aspectos relacionados con la salud de los trabajadores, incluida la prevención, la protección y la promoción de la salud en el lugar de trabajo. El plan se ha elaborado sobre la base de las propuestas relativas a la adopción de medidas nacionales e internacionales presentadas por 104 países teniendo en cuenta las orientaciones consignadas en el Undécimo Programa General de Trabajo y el Plan Estratégico a Plazo Medio 2008-2013 de la OMS.

Además de las consultas realizadas en el marco de este Plan a patronales internacionales, sindicatos y a los centros colaboradores de la OMS para la salud de los trabajadores, también han sido muy importantes las consultas hechas a los diferentes Estados (incluidos los de la Unión Europea). De hecho, no se concibe el éxito de esta iniciativa de la OMS sin la involucración de los diferentes países a través de la puesta en marcha de medidas concretas para el desarrollo de políticas, infraestructuras y tecnologías, lo cual contribuirá a alcanzar el nivel básico de protección sanitaria en todos los lugares de trabajo.

En este sentido la INFORMACIÓN, FORMACIÓN y COOPERACIÓN constituyen los pilares básicos sobre los que se asienta el modelo de Empresa Saludable.

ÍNDICE

	<u>Pág</u>
Prólogo: EMPRESAS SALUDABLES: UN DESAFÍO DE RESPONSABILIDAD SOCIAL PARA 2010 – 2020	
1. RED DE EMPRESAS SALUDABLES.....	11
2. DECÁLOGO PARA LAS EMPRESAS SALUDABLES: EN BUSCA DE LA SATISFACCIÓN DE LOS EMPLEADOS	23
3. RESPONSABILIDAD SOCIAL.....	25
4. LUCHA CONTRA LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES EN LA EMPRESA	29
5. CARDIOCHECK +	33
6. MARCADORES TUMORALES	35
7. ESTRÉS.....	39
8. ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA Y DIETA CARDIOSALUDABLE.....	65
9. LONGEVIDAD	79
10. TEST GENÉTICOS ADN.....	89
11. CONCILIACIÓN DE LA VIDA FAMILIAR Y LABORAL	91
12. INNOVACIÓN ARQUITECTÓNICA	93
13. PLAN DE LA OMS SOBRE LA ACCIÓN MUNDIAL DE SALUD DE LOS TRABAJADORES 2008-2017.....	95
14. OZONOTERAPIA	111
15. BIBLIOGRAFÍA	115