



Red Aragonesa de Empresas Saludables

La Red Aragonesa de Empresas Saludables, es una iniciativa de las direcciones generales de Trabajo y de Salud Pública, que aúna a empresas aragonesas que además de cumplir con la normativa en prevención de riesgos laborales, PRL, **van más allá**, implementando acciones que faciliten:

El desarrollo individual

La mejora de las condiciones de trabajo a través de la promoción de la salud.

Dimensiones

COMPROMISO

- De la dirección con la salud de los trabajadores
- De los trabajadores con las iniciativas de promoción de la salud Integrado en la PRL
- Constitución de un equipo multidisciplinar, liderado y con recursos

PLANIFICACIÓN DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL TRABAJO

- Análisis y diagnóstico de la situación de la empresa
Definición de objetivos específicos
- Intervención: metodología y herramientas consensuadas
 - Evaluación continua
 - Mantenimiento y mejora de objetivos

PROYECTOS SALUDABLES

- Responden al concepto de protección de la salud biopsicosocial
- Actúan a distintos niveles: individual, colectivo, organizacional, condiciones de trabajo y vida
- Tienen continuidad en el tiempo

RED ARAGONESA DE EMPRESAS SALUDABLES

Proyecto Saludable en

Nuestra actividad reposa sobre

valores éticos que guían el comportamiento de nuestros empleados, socios, colaboradores, clientes y proveedores.

Nuestros valores son el fundamento de nuestra misión y los instrumentos para alcanzar nuestra visión.

Responsabilidad

Resistencia

Adaptabilidad

Proactividad

Entrega con pasión

Medios

- Buzón de sugerencias
- Canal de denuncias
- Reuniones periódicas con los trabajadores
- Para, piensa y busca ayuda
- Comité de empresa y Comité de Seguridad y Salud
- Grupo de difusión de Whatsapp para comunicar información urgente.
- Reuniones MECAs (personal de producción).
- Comité de Dirección
- Reunión producción, calidad y prevención de riesgos laborales.
- Reuniones anuales de todos los trabajadores

Recursos



- Concierto con el **Servicio de Prevención** Ajeno de forma ampliada para mejorar las condiciones de trabajo y bienestar de los trabajadores.
- **Formación y desarrollo continuo de las personas**, así como realización de semanas de concienciación enfocadas a temas relevantes en Prevención de riesgos laborales y sensibilización en materia de hábitos saludables. Dichas semanas de concienciación se realizan trimestralmente, dentro de la jornada de trabajo.
- Tiempo de personal.
- Salas de formación en las instalaciones.
- Contratación de masajista
- Sala médica para realizar los reconocimientos médicos, realizados dentro de la jornada laboral de los trabajadores.
- **Motivación a los trabajadores** para práctica de deporte, participación en actividades deportivas por parte de los trabajadores y patrocinios deportivos.
- Contratación externa de Vigilancia de la salud de los trabajadores.
- Compra de tensiómetros.
- Compra de sillas de oficinas ergonómicas.
- Inversión en instalación de evaporativos en fábrica.
- Disponibilidad de presupuestos económicos para invertir en seguridad y hábitos saludables.
- Dotación de sales minerales para la época de calor. Ayuda a la hidratación de los trabajadores y mejorar su bienestar durante la jornada de trabajo.

Objetivos



Disminuir un 5% del número de trabajadores con patologías en extremidades y articulaciones.



- Continuar con el servicio de **masajes preventivos**.
- Previsión de realizar medición MOCAP con la colaboración de la **Mutua Asepeyo** en diferentes puestos de trabajo.
- Recordatorio a los trabajadores sobre **la correcta manipulación de cargas**.
- **Rotación** del personal en diversos puestos para evitar sobreesfuerzos durante la jornada completa.

Aumentar la puntuación de satisfacción de la encuesta un 5%, y así conseguir mejorar la percepción de los trabajadores y concienciación de la importancia de la actividad física como hábito saludable para su calidad de vida.



- Realizar una **correcta comunicación** de los aspectos de seguridad y salud que se realizan en la empresa.
- **Fomentar la consulta y participación de los trabajadores**, y sugerencias de mejora que nos ayude a implementar medidas saludables en la organización.
- **Formación al personal** en materia de prevención de riesgos laborales y salud.

¿Qué hemos implantado?

Masajes preventivos



El objetivo del servicio de masajes preventivos es para evitar la aparición de lesiones, ayudar a reducir el estrés, disminuir el dolor y la tensión muscular, aumentar la relajación y mejorar la función del sistema inmunitario. Un 70% de la plantilla la que hace uso de dicho servicio puesto a disposición de todo el personal.



Participación y Patrocinio de Carreras y actividades deportivas



Los objetivos principales es generar valor de marca para la empresa, asociar los valores del deporte a la marca, fomentar la participación en actividades deportivas, creando buenos hábitos de vida y una mejora de la calidad de vida de los trabajadores de la organización.

Equipos de Alto Rendimiento



Se han realizado cursos de formación para aumentar el rendimiento de la plantilla y saber sacar la energía positiva en nuestro día a día, tanto en el ámbito laboral como en el personal.

Formación a los trabajadores



Realización de formaciones varias al personal de la organización en materia de seguridad y salud y bienestar de los trabajadores.

- Semanas de concienciación con diversos temas importantes en seguridad y salud y hábitos saludables. La participación en estas semanas de concienciación es del 100% de la plantilla, ya que se realizan en distintos horarios para poder coincidir con todos los trabajadores y abarcar todos los turnos de la jornada.
- También se realiza sensibilización a los trabajadores y la creación de instrucciones de trabajo sobre movimientos repetitivos, manipulación manual de cargas y posturas forzadas cuando se utilizan pantallas de visualización de datos en los puestos de oficinas.

Nuestro Compromiso con la salud de los trabajadores



- Alcanzar un **alto nivel de seguridad y salud en el trabajo**, cumpliendo la legislación vigente en materia de Prevención de Riesgos Laborales.
- Desarrollar, aplicar y mantener un modelo de Gestión de Prevención destinado a la mejora continua de las condiciones de trabajo.
- Conceder **un interés prioritario y máximo apoyo a la seguridad, salud y bienestar para prevenir y proteger la integridad y salud de las personas.**
- Fomentar la **integración de la prevención** de riesgos laborales en el conjunto de actividades.
- **Garantizar la participación e información del personal** en materia de prevención de riesgos laborales, haciendo efectivo el derecho a consulta del personal en cuestiones de salud y hábitos saludables.
- Desarrollar las actividades **formativas** necesarias para alcanzar el grado de seguridad y salud.
- Disminuir el número de trabajadores con patologías en extremidades y articulaciones.
- Continuar con el servicio de **masajes preventivos** para disminuir las patologías de los trabajadores.
- **Aumentar el grado de satisfacción de los trabajadores** en materia de seguridad y salud.
- Conseguir **mejorar la percepción de los trabajadores y concienciación** de la importancia de la **actividad física como hábito saludable** para su calidad de vida.

Logros obtenidos y futuro



- La satisfacción de nuestros trabajadores en sus puestos de trabajo sigue una trayectoria ascendente, lo que redonda en una buena cultura saludable de la organización.
- Implantación de Herramientas mencionadas
- Concienciación en materia saludable



| | 2021 | | | 2022 | | | 2023 | | |
|--------------------------|-----------------|-------------|--------------------|-----------------|-------------|--------------------|-----------------|-------------|--------------------|
| | % Satisfactorio | % Indecisos | % No Satisfactorio | % Satisfactorio | % Indecisos | % No Satisfactorio | % Satisfactorio | % Indecisos | % No Satisfactorio |
| Cultura | 91 | 6 | 2 | 90 | 6 | 4 | 82 | 10 | 8 |
| Organización del puesto | 88 | 10 | 2 | 90 | 9 | 1 | 83 | 12 | 5 |
| Desarrollo | 78 | 20 | 1 | 78 | 19 | 3 | 72 | 22 | 7 |
| Implicación en la mejora | 75 | 19 | 5 | 74 | 23 | 3 | 68 | 24 | 9 |
| Liderazgo | 92 | 6 | 1 | 95 | 2 | 3 | 89 | 7 | 4 |