Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social

DECÁLOGO SOBRE EMPRESAS SALUDABLES

1. La satisfacción del empleado es una alianza de sentimientos para cuya consecución resulta fundamental conjugar el respeto, la dignidad, la igualdad, la información sobre riesgos inherentes y, en definitiva, el confort y bienestar en el puesto de trabajo.

2. Es necesario evitar el trabajo precario, la temporalidad en el empleo y la baja calidad de los operadores y proveedores de servicios de prevención y entidades formativas, ya que son los principales factores que influyen en la elevada siniestralidad laboral.

3. La formación en salud laboral es la parte esencial de la prevención. Existen claras evidencias de que los empleados mejor formados tienen menos accidentes y enfermedades profesionales que aquellos que no lo están. Los principales riesgos a los que están expuestos son el estrés, la carga mental y los trastornos musculo-esqueléticos.

4. Los empleados bien formados deben mantener una participación, comunicación y cooperación significativa con los Comités de Seguridad y Salud Laboral y con los servicios de prevención que les asisten para diseñar planes individuales de autogestión de prevención. Para ello, es necesario, por un lado, fomentar la información y formación a la carta, personalizadas y adaptadas a las necesidades de cada puesto de trabajo y trabajador, y, por otro, facilitar la participación activa de los empleados e incrementar su capacidad de influir sobre las decisiones tomadas en su empresa.

5. Es imprescindible la puesta en marcha de medidas concretas para el desarrollo de políticas, infraestructuras y tecnologías que contribuyan a alcanzar el nivel básico de protección sanitaria en todos los lugares de trabajo.

6. 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 y faciliten la conciliación de la vida laboral y familiar, entre otros aspectos. 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 laboral.

7. El fomento y cuidado de la salud y el medio ambiente laboral como herramienta para mejorar el bienestar de los empleados debe ser uno de los pilares fundamentales de las políticas de Responsabilidad Social de las empresas.

8. Potenciar la igualdad en el acceso a la vigilancia de la salud, a tratamientos innovadores y a nuevas tecnologías en todas las empresas e instituciones es un derecho de los empleados que debe estar garantizado, así como la confidencialidad de su salud.

9. Es prioritario establecer una estrategia de lucha contra las enfermedades cardiovasculares en la empresa, ya que en el medio laboral el infarto de miocardio es la primera causa de muerte entre los varones y el derrame cerebral entre las mujeres.

10. Fomentar una alimentación equilibrada en los comedores de empresa a través de dietas cardiosaludables e impulsar el ejercicio físico promoviendo la dotación de gimnasios deben ser iniciativas impulsadas y garantizadas por las empresas.

Fuente: Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social, centro colaborador de la OMS. Marzo de 2009