

La promoción de la salud en el trabajo

Un trabajador sano influye positivamente en la productividad, en el ambiente de trabajo, en su familia, en su comunidad y, finalmente, en el ambiente social.

El pasado 25 de abril se celebró, en el salón de actos del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT), una jornada técnica bajo el lema "La Promoción de la Salud en el Trabajo (PST): un instrumento de bienestar personal y desarrollo empresarial".

La directora del INSHT, M^a Dolores Límón Tamés, presentó el acto, dando las gracias a todos los intervinientes y público por su asistencia y recordó que el 28 de abril se celebra el "Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo". Se refirió a la considerable disminución de la siniestralidad en 2012, hasta un cincuenta por ciento y comentó que la tendencia de los accidentes mortales, por infartos cerebrales o cardiovasculares, ha aumentado debido al tabaquismo, colesterol y, también, por las condiciones de trabajo. Así mismo dijo que, para desarrollar la PST, es necesaria la participación activa de todos, especialmente de trabajadores y empresarios, aunque puede ser liderada por cualquiera de ellos, y conlleva un desarrollo personal y profesional con una mejora de la organización y del clima de trabajo. A continuación presentó a cada uno de los intervinientes:

En primer lugar, a Marina Gordón Ortiz, representante de la CEOE, quien, después de agradecer la invitación, resaltó la importancia del INSHT con sus portales temáticos, que facilitan la prevención y

el buen hacer en el trabajo. Continuó diciendo que todavía quedan muchos retos por resolver y que hay que ponerse a trabajar en la próxima Estrategia. Hasta ahora se han presentado muchas modificaciones en seguridad que en salud laboral, e indicó que la promoción de la salud es importante en la empresa, ya que, si la llevamos a cabo, se rendirá y se producirá más; para ello, hay dos cuestiones fundamentales: la responsabilidad del trabajador, entre otras cosas, a través de la "concienciación", y la coordinación entre empresarios y trabajadores; pues, en general, las políticas preventivas tienen que llegar a la sociedad y no solo al ámbito de la empresa. Finalizó su intervención refiriéndose al Programa que la CEOE está llevando a cabo, principalmente en las pequeñas empresas, sobre cómo mantener situaciones sanas y saludables en general y que repercutirán en el trabajo: seguridad vial, hábitos saludables en las comidas, beneficios de no fumar, etc.

La siguiente intervención fue de José Ignacio Torres Marco, representante de CEPYME. Se refirió, en primer lugar, a la importancia de las "buenas prácticas" y al "conocimiento", esencial para el comportamiento del trabajador: "lo más importante no es el lema de la Campaña en sí, sino los beneficios que impone". En segundo lugar, habló de las "políticas de recortes" que llegan a todos los estratos económicos y sociales y es necesario invertir en "Prevención" que es invertir en "Beneficios". Comentó que los hábitos son muy importantes y hay que inculcarlos en el trabajador y en la familia, sin olvidarse de la educación: en niños es más fácil. Finalmente, manifestó que, para que la gestión preventiva sea eficaz, tiene que ser llevada a cabo por todos: organizaciones sindicales y empresariales, administración, medios de comunicación y movimientos sociales.

La siguiente intervención fue la de Pedro Linares, representante de CCOO, quien también agradeció la invitación. Comenzó manifestando que la prevención de la salud, además de ser con el esfuerzo de todos –sindicatos, empresarios y administración–, es una obligación de los poderes



públicos, como lo establece la Constitución. La pregunta que debe hacerse es: "¿se hace política preventiva por parte de los poderes públicos?". Y continuó definiendo a la sociedad española como una sociedad "enferma": 27% de paro (50% de jóvenes), con seis millones de parados. Posteriormente recordó que, como consecuencia de la Ley de Medidas Urgentes para la Reforma del Mercado Laboral, muchas empresas ofrecen trabajos precarios, y en la Administración estar enfermo supone una penalización económica, añadiendo la reflexión de si es así como se promociona la salud. Finalmente, se refirió a la diferencia sustancial entre proyectos y realidad, así como a las políticas de recortes, afirmando que, en esta situación, poco se va a avanzar en la nueva Estrategia.

A continuación, tomó la palabra María Luisa Rufino, representante de UGT. Su intervención tuvo muchos puntos en común con el representante de CCOO. Mantuvo su discrepancia en la siniestralidad. Apuntó que no era cierto que hubieran disminuido los accidentes laborales pues las estadísticas actuales se deben a las "políticas consensuadas", la caída del empleo, el varapalo a la construcción, etcétera. Continuó diciendo que muchos problemas de salud son generados por el paro y que los recortes del Gobierno merman la salud y aumentan los accidentes de trabajo. También se refirió a la sobrecarga de trabajo, los falsos autónomos, los riesgos psicosociales, y criticó la Ley de Reforma del Mercado Laboral: movilidad, cambio horario, despido fácil, entre otros. La parte final la dedicó a las Empresas y a la Administración. Con relación a las primeras, manifestó que los centros sindicalizados son más seguros en prevención, aunque son una minoría y que la prevención en las empresas se está reduciendo porque no invierten al no tener dinero. En cuanto a la Administración, recordó que la Administración General del Estado ha reducido un 40% el presupuesto para PRL y que es muy importante que la futura Estrategia se centre en las enfermedades profesionales: trastornos musculoesqueléticos, cánceres profesionales, etcétera.

Seguidamente, la directora del INSHT, M^a Dolores Limón Tamés, introdujo la primera Mesa, que trató el tema "Papel de la Administración sobre Prevención de la Salud en los lugares de trabajo". La mesa estuvo moderada por Francisco Marqués Marqués, subdirector técnico del INSHT, quien en su presentación dijo que la prevención de la salud es un buen instrumento para la "calidad de vida".



Posteriormente intervino Teresa Robledo de Dios, representante del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Como vocal asesor de la Estrategia NAOS, habló de los problemas que actualmente existen en la relación entre alimentación y salud. Se refirió al problema de la obesidad, principalmente en adultos de 18 años y más. Asimismo, en la población infantil y juvenil entre 2 y 17 años. Calificó la obesidad como la epidemia del siglo XXI, tanto en países desarrollados como en desarrollo, habiendo aumentado en las últimas décadas (más en hombres que en mujeres). Recordó la reciente creación del "Observatorio de la Nutrición y de Estudio de la Obesidad", creado por acuerdo del Consejo de Ministros de enero 2013. Se refirió a sus funciones y a la recomendación para tener una vida saludable: reducción del consumo de sal y de grasas, ejercicio físico, abandono del sedentarismo, entre otras. También se refirió a los convenios suscitados con diferentes empresas privadas, Administraciones, etc. Finalmente, recordó que la tarea de la salud es de todos: familia, escuela, comunidad en general.

Después intervino José Luis Terreros Blanco, subdirector general de Deporte y Salud. Como experto en la materia, manifestó que la inactividad física es el cuarto factor de impacto sobre la mortalidad, después de la tensión alta, el tabaco y la glucosa en sangre. También matizó que el número de personas que cada día se ausentó por baja laboral de su puesto de trabajo, en España en 2010, supera los ocupados totales de muchas comunidades autónomas. Comentó que la Unión Europea, desde la aprobación del Tratado de Lisboa, ha emitido 41 directrices y multitud de ejemplos de Buenas Prácticas, lo que indica un alto nivel de preocupación por este tema. Por otra parte, el Consejo Superior de Deportes lleva a cabo Programas



de Actividad Física en colaboración con empresas privadas. Se han podido comprobar los beneficios observados y medidos en la salud en los participantes de dichos programas, así como el análisis coste-beneficio y la valoración socio-económica del programa de Actividad física.

Seguidamente, le tocó el turno a M^º Dolores Solé Gómez, del INSHT, quien habló de "Empresas Seguras, Saludables y Sostenibles (SSS): nueva iniciativa del INSHT". Comenzó diciendo que la Salud hay que promoverla en todos los ámbitos: estatal, europeo, comunidad autónoma, etcétera. Se preguntó qué podemos hacer en la Empresa y respondió que, una de las cuestiones más importantes es anular los factores negativos y fomentar los valores positivos. A continuación, dio respuesta a la pregunta de qué ha hecho el INSHT en este campo. Para ello se remontó a 1996 en que se inició el "Plan de Prevención de la Salud en el Trabajo", y habló del concepto de PST, incluyendo los criterios de calidad, los modelos de Buenas Prácticas, los foros nacionales y conferencias europeas, y las colaboraciones en Formación e Investigación. Entre las colaboraciones destacó principalmente, la

mantenida con la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo. Definió el concepto de "Empresa SSS" como aquella que gestiona la salud de los trabajadores desde un enfoque integral e integrado, considera la salud en todas las políticas de la empresa y está acreditada por el programa "Excelencia" o por un proyecto de "Buenas Prácticas". Finalmente, desarrolló los Objetivos y Elementos del Proyecto.

En la segunda parte, el secretario general del INSHT, Carlos Arranz, presentó y moderó la segunda Mesa con el título de "Experiencias en Promoción de la Salud en el Trabajo". Agradeció a todos los intervinientes su participación, recordando el interés que el INSHT pone en la mejora de la salud de los trabajadores.

Pilar Alfranca Calvo, directora de Prevención y Salud Laboral de ACCIONA, habló a continuación de la "Nueva Estrategia de Salud y Bienestar en ACCIONA". Comentó que este Programa es un plan innovador, compuesto por tres grandes ejes -salud laboral, nutrición y actividad física- y que promueve la mejora continua del bienestar físico y emocional de las personas. Continuó diciendo que, en el eje de salud laboral y medicina preventiva, ACCIONA ha elaborado un Estudio Epidemiológico basado en el análisis de alguno de los datos de los reconocimientos médicos y de una encuesta sobre alimentación y actividad física realizada a los empleados de la compañía a nivel nacional. Este estudio, pionero en el ámbito empresarial español, cuenta con el asesoramiento del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC). Otra de las iniciativas que destacó desarrolladas por ACCIONA fue la puesta en marcha de un Servicio de Fisioterapia permanente en las oficinas de Madrid, Navarra y Vizcaya. Al margen de estas novedades, comentó que ACCIONA lanza anualmente campañas de sensibilización e información en materia de prevención (por ejemplo, la vacunación antigripal, la donación de sangre o la seguridad vial).

Seguidamente, Antonio Cirujano González, director técnico del Área de Prevención FREMAP-MATEPSS, habló sobre "Prevención de Riesgos y Entornos Saludables". Expuso la experiencia del área de prevención de FREMAP con respecto a la importancia de promover el concepto de "Entorno Laboral Saludable", para alcanzar una máxima eficacia en los programas de prevención de riesgos laborales. También explicó por qué la actividad preventiva es rentable y la experiencia de FREMAP sobre Prevención y Entornos Saludables con respecto

a: prevención de trastornos musculoesqueléticos, entorno psicosocial del trabajo y percepción del riesgo y de la salud en la accidentabilidad laboral. Finalmente dijo que el "Entorno Laboral Saludable" hay que estudiarlo desde un enfoque global, que va más allá del entorno físico de trabajo: entorno psicosocial del trabajo, recursos personales de salud e involucración en la comunidad.

El último conferenciante fue Valentín Fuster Carulla, eminente y conocido cardiólogo. Su ponencia versaba sobre "Salud Cardiovascular en el entorno laboral: tres edades y siete factores de riesgo". Comenzó diciendo que las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de mortalidad en el mundo, seguidas del cáncer y las enfermedades infecciosas, constituyendo un problema económico y social de gran envergadura y cuya solución debe buscarse en la mejora de los actuales hábitos de vida. Expuso que los datos arrojan que el 68 por ciento de la población española por encima de los 55 años tendrá un infarto de miocardio o infarto cerebral en el curso de 30 años, siendo el 75 por ciento en el caso de los hombres. En lo que se refiere a los accidentes de trabajo, el 38% son producidos por infartos y dolencias cardíacas. Continuó su intervención indicando que, la ausencia de conductas saludables en las sociedades avanzadas ha determinado, junto a la ausencia de compromiso político, el perfil de una población enferma donde tan sólo un uno por ciento de la misma está exenta de factores de riesgo. Comentó que la obesidad y la alta presión arterial, el colesterol elevado, si se es fumador o no, el ejercicio físico, la edad -55 años en el hombre y 60 en la mujer- y, por último, la genética son aspectos determinantes en el desarrollo de las enfermedades cardiovasculares que paradójicamente son tratables y reversibles, frente a otras patologías.

Las cifras —continuó Fuster Carulla— evidencian que si se tienen más de dos factores de riesgo, la posibilidad de un infarto de miocardio o cerebral en los próximos diez años es de un 25 por ciento, por lo que mejorar nuestra conducta puede generar importantes beneficios para nuestra salud. Hacer ejercicio físico y tener una mejor nutrición son algunas de las recomendaciones que hizo, y deben estar muy presentes en las distintas etapas de nuestras vidas, "desde la juventud hasta la vejez", como así evidencian distintos estudios, donde se han revelado, además, las diferentes conexiones de las enfermedades cardiovasculares con el desarrollo de otra enfermedad de gran incidencia en nuestra población como es el Alzheimer. Hizo



hincapié en que la Educación es uno de los pilares fundamentales en la prevención de la salud. También es importante el binomio "Salud y Familia": no es posible hacer progresos si la familia no se involucra. Comentó que decir sí o no a edad temprana, 5 años, es bueno para prevenir ciertos males, como las drogas. Finalmente, se refirió a la no creencia, por parte de los adultos, de su vulnerabilidad, y a los Planes de Salud Integral en las Empresas, sin olvidar la gran ayuda que pueden prestar los Medios de Comunicación.

Clausuró el acto la secretaria de Estado de Empleo del MEYSS, Engracia Hidalgo Tena, quien agradeció y felicitó al profesor Fuster por su magnífica y clara exposición, así como a todos los demás participantes y asistentes. Añadió que "todos tenemos que reflexionar y llevar a cabo un auténtico compromiso para mejorar la salud y la Administración y las Organizaciones Sindicales y Patronales debemos jugar un papel importante en este tema" y finalmente también se refirió a que, en esta materia, nos encontramos con muchas dificultades, pero que contamos con valores y con el convencimiento de que España será lo que siempre ha sido.