

El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo lanza la campaña “Mi trabajo también es salud”, que promueve los programas de promoción de la salud en entornos laborales



- *La campaña busca impulsar los programas de Promoción de la Salud en el Trabajo y dar a conocer sus beneficios.*
- *Estará activa en medios de comunicación digitales y en redes sociales hasta el próximo 30 de junio.*
- *Alrededor de un 25 % de nuestro tiempo lo pasamos en el trabajo, lo que hace que sea un entorno idóneo para actuar sobre factores de riesgo modificables como la inactividad física, el sedentarismo, la alimentación poco saludable, el consumo de tabaco o de alcohol, etc.*
- *Se estima que el 80 % de las muertes de personas en edad laboral tienen en común la presencia de estos factores de riesgo modificables.*

Madrid, 17 de junio de 2024. El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), organismo científico-técnico del Ministerio de Trabajo y Economía Social especializado en el análisis y la mejora de las condiciones de trabajo, ha lanzado la campaña “Mi trabajo también es salud”. Esta iniciativa busca impulsar el conocimiento y la implantación de **programas de salud en el trabajo** que faciliten a las organizaciones la creación de **entornos laborales promotores de salud** y promuevan **estilos de vida saludables** entre las personas trabajadoras.

Dedicamos alrededor de un 25 % de nuestro tiempo al trabajo, lo que lo convierte en un entorno **idóneo** para actuar sobre **factores de riesgo modificables** como la inactividad física, el sedentarismo, la alimentación poco saludable o el consumo de sustancias nocivas. Se estima que el **80 % de las muertes de personas en edad laboral** está relacionado con estos factores de riesgo. El estilo de vida y la salud de las personas trabajadoras impacta significativamente en el **rendimiento**, el **clima laboral** y la **productividad** de las empresas.

En este contexto, el INSST impulsa la implantación de los **programas de Promoción de la Salud (PST)**, más allá de la óptica preventiva, con el fin de contribuir a reducir **la incidencia de las enfermedades y mejorar la salud general y el desempeño laboral**. La campaña “Mi trabajo también es salud” consolida los esfuerzos del INSST por **informar y sensibilizar** a las empresas y a las personas trabajadoras sobre **la importancia de la promoción de la salud en el ámbito laboral**; e incluye materiales que destacan los pasos a seguir para la implantación de los programas de PST, las intervenciones que se pueden llevar a cabo, así como **los beneficios que comportan**, tanto para la población trabajadora como para las organizaciones.

En palabras de M^a Jesús Terradillos García, directora del Departamento de Promoción de la Salud y Epidemiología Laboral del INSST, “La campaña subraya que **todas las empresas y organizaciones**, sin importar su tamaño o sector, pueden implantar programas de PST, que no tienen por qué ser costosos o complejos. Además, se alinea con la **Estrategia Española de Seguridad y Salud en el Trabajo 2023-2027**, que incluye el fomento de la promoción de la salud en el lugar de trabajo como uno de sus objetivos”. La campaña también se vincula con la labor que lleva a cabo la **Red Española de Empresas Saludables (REES)**, de la que ya forman parte más de **1000 empresas en España**.

La campaña “Mi trabajo también es salud” se difundirá en medios de comunicación digitales y redes sociales hasta el próximo día 30 de junio, y los materiales estarán disponibles en un [apartado específico de su web](#) para ayudar a las empresas y organizaciones a implementar estos programas.

Contacto para prensa:

dpto.comunicacion@insst.mites.gob.es

Sobre el INSST

El [Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo](#) (INSST), O.A., M.P. es el organismo científico-técnico de referencia de la Administración General del Estado especializado en la investigación y el estudio de las condiciones de seguridad y salud en el trabajo, así como en la promoción y el apoyo a la mejora de las mismas.

Es un organismo de referencia a nivel nacional e internacional, que colabora con el resto de agentes del sistema de seguridad y salud en el trabajo para proporcionar asesoramiento y asistencia técnica, así como para difundir conocimiento técnico especializado en prevención de riesgos laborales.

Para desarrollar su actividad, el INSST cuenta con cuatro Centros Nacionales, ubicados en Madrid, Barcelona, Sevilla y Bizkaia, dos Gabinetes técnicos provinciales, en Ceuta y Melilla, y unos servicios centrales ubicados en Madrid.