

Escanea
para saber más



Microsite



**Mi trabajo
también
es salud**

Síguenos en:



/INSST_MITES_GOB



/INSST



/insst



/INSST

#MiTrabajoEsSalud

Cómo
fomentar
**Una mejor
Salud desde
la empresa**



NIPO (en línea) 118-24-003-9



F. 109.1.24



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL

insst

Instituto Nacional de
Seguridad y Salud en el Trabajo

Cómo fomentar Una mejor Salud desde la empresa

La Promoción de la Salud en el Trabajo (PST) es una estrategia empresarial moderna que tiene como objetivo **mejorar la salud** de las personas trabajadoras, lo que supone un **beneficio** tanto para ellas, sus familias y la sociedad, como para las empresas ya que afecta a su productividad, competitividad y sostenibilidad.

¿Por qué llevar a cabo estas actuaciones?

El entorno laboral puede afectar a la capacidad para adoptar y mantener comportamientos saludables, y por tanto a la **salud**.

Por otro lado, el **estilo de vida y la salud** de las personas trabajadoras incide en su **rendimiento**, en el **clima laboral** y en la **productividad** empresarial.

Para todas las empresas

Aunque las **grandes empresas** suelen disponer de más recursos, ¡desde la **pequeña o mediana empresa** también es posible realizarlas!

Las intervenciones no tienen por qué ser complicadas ni costosas.

¿Cómo fomentar una mejor salud desde la empresa?

El punto de partida es el **cumplimiento** de la normativa en materia de prevención de riesgos laborales.

El siguiente paso es **promover la salud** con intervenciones voluntarias como:



Sensibilización y formación.



Creación de entornos de trabajo que faciliten los hábitos saludables.



Soporte y ayuda para evitar hábitos de vida no saludables.



Entornos de trabajo positivos que proporcionen **apoyo** (psicológico, social, sanitario, etc.).



Retorno al trabajo en las mejores condiciones.



Seguimiento de las enfermedades crónicas.



Pruebas médicas adicionales.

¡Anímate a implantarlas!

La inversión continuada en PST no solo genera salud, sino que contribuye al cumplimiento de los objetivos empresariales, con un retorno positivo de la inversión.

Beneficios

+ Salud de las personas trabajadoras

- Accidentes y enfermedades

+ Motivación y participación

+ Compromiso con la empresa

- Costes sociales y sanitarios

+ Productividad empresarial


Una sociedad **+** saludable.

Más información

Si quieres conocer ejemplos de intervenciones en PST, puedes acceder a ellos a través de:

Buenas prácticas en PST 

Empresas saludables y sostenibles 

Acciones en PST 

Mi trabajo
también
es salud 

¿Sabes que puedes pertenecer a la Red Española de empresas Saludables (REES)?

La **REES** está formada por empresas y organizaciones comprometidas con la mejora de la salud y bienestar de las personas trabajadoras.

Cualquier empresa u organización, con independencia de su tamaño, titularidad o sector, puede formar parte de ella.



El objetivo de la REES es apoyar a las empresas:

- Creando espacios para la comunicación e intercambio de experiencias empresariales.
- Generando conocimiento.
- Reconociendo las iniciativas en promoción de la salud.



Vídeo



Microsite

Cómo fomentar
Una mejor Salud desde la empresa