



SUMMAT

Promoviendo personas y
empresas saludables

Mercedes Sanchis Almenara, Raquel
Marzo Roselló, Silvia San Jerónimo
Romero, Arizona Dylan Vitoria
González, Laura Martínez Gómez,
Raquel Ruiz Folgado

Instituto de Biomecánica (IBV).
Universitat Politècnica de València.
Edificio 9C. Camino de Vera s/n.
(46022) Valencia. España

SUMMAT (summa-t.com) diagnostica el bienestar de las personas trabajadoras y lo compara con el correspondiente a la media española o con el del sector de actividad de la empresa. Esto permite identificar los indicadores en los que focalizar un plan de promoción de la salud y conocer la capacidad de actuación de estos planes sobre los diferentes indicadores. Además, cada trabajador o trabajadora es consciente de su estado de bienestar y puede conocer cómo éste evoluciona a medida que participa en acciones emprendidas por la empresa o adquiere hábitos de vida saludables.



INTRODUCCIÓN

De acuerdo a la definición de la OMS, la salud es el “estado de bienestar en el cual la persona es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” (2011).

Conscientes de que solo un trabajador sano puede ser un trabajador eficiente, las empresas están apostando cada vez más por la Promoción de la Salud en el Trabajo. En esta línea, la *European Network of Workplace Health Promotion* (ENWHP) defiende la integración de la promoción de la salud en las intervenciones de prevención de riesgos laborales, intenta establecer un marco conceptual que ayude a organizar y emprender programas de salud en la empresa y busca la participación de todos los actores importantes

(administraciones competentes, expertos, empresarios y trabajadores).

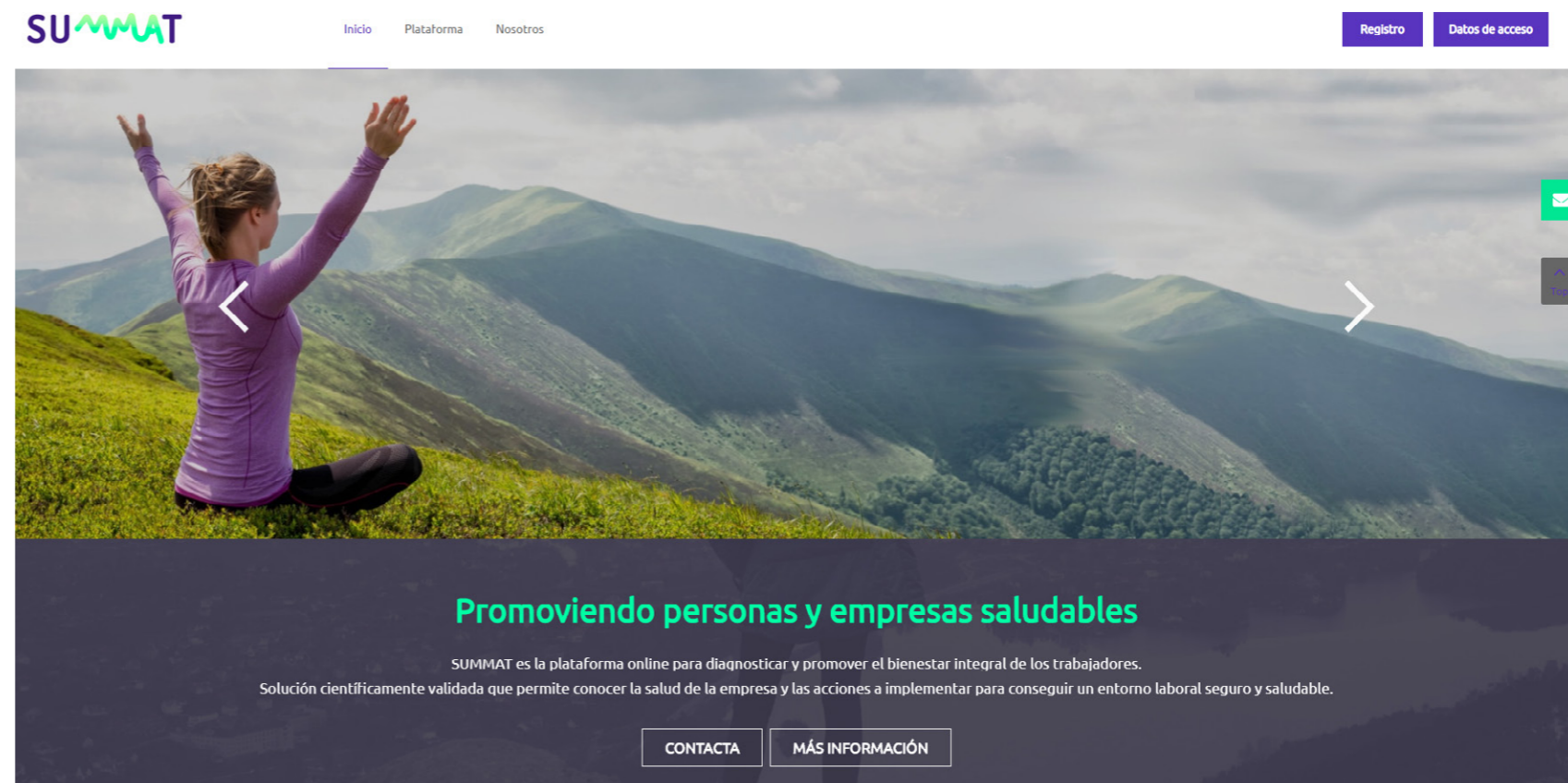
Desde esta red, se defiende que la gestión de una buena salud en el entorno de trabajo debe tener en cuenta, entre otros, los siguientes aspectos:

- Un diseño sistemático de programas que mejoren la salud de la plantilla.
- Una metodología que utilice diversas estrategias para mejorar el conocimiento que sobre la salud tienen los trabajadores y demás actores relevantes.

En este sentido, desde el Instituto de Biomecánica (IBV) se ha desarrollado la plataforma **SUMMAT** (www.summa-t.com) (Figura 1) que permite a las empresas realizar un

Figura 1

SUMMAT (summa-t.com). Encuesta de diagnóstico o seguimiento. Con los ítems seleccionados por la empresa o por el propio trabajador/a.



diagnóstico del bienestar de su plantilla a partir del cual diseñar los programas de promoción de la salud a poner en marcha para lograr una mejora en su salud y bienestar. Esta plataforma permite, además, priorizar los programas a emprender y realizar un seguimiento del impacto que los mismos tienen sobre el bienestar de la plantilla.

El *software*, de manejo sencillo, dispone de información gráfica de fácil interpretación tanto para las empresas como para los propios trabajadores y trabajadoras, que cuentan con cuadros de mando diferentes.

El cuadro de mando de las empresas permite a las personas responsables de la seguridad y salud:

- Realizar un **diagnóstico del bienestar** de la plantilla y compararlo con el de la población española en general y con personas que trabajan en empresas del mismo sector.
- Identificar las **áreas de actuación** prioritarias en la implementación de planes de promoción de la salud (factores de riesgo y grupos de actuación prioritarios).
- **Evaluar el efecto** de los programas puestos en marcha.
- Contar con un **repositorio de los programas de promoción de la salud emprendidos**.

Por otro lado, permite a los trabajadores y las trabajadoras:

- Conocer su **estado de bienestar** y compararlo con el de la población española de su mismo género y rango de edad.

- Conocer la **evolución de su bienestar** tras su participación en programas de promoción de salud o modificación de sus hábitos de vida.





PROCEDIMIENTO DE DIAGNÓSTICO Y SEGUIMIENTO

Con el objetivo de identificar qué programas de promoción de la salud deben ponerse en marcha, la empresa debe realizar un diagnóstico inicial. Una vez implementadas las acciones orientadas a la mejora del bienestar, es aconsejable realizar un seguimiento que permita identificar si se ha producido el impacto esperado. Tanto el diagnóstico como el seguimiento pueden realizarse mediante la plataforma SUMMAT siguiendo el procedimiento mostrado a continuación:

- **Definición del estudio de diagnóstico o seguimiento.** Se seleccionan las categorías sobre las que se desea realizar el diagnóstico del bienestar, pudiéndose incluir

en el mismo cuestiones sobre estilos de vida y entorno laboral (Figura 2).

- **Encuesta de diagnóstico o seguimiento.** Una vez definido el estudio, se lanza un cuestionario a toda la plantilla que incluye preguntas relacionadas con los ítems seleccionados por la empresa. Además, si la empresa así lo ha decidido, la encuesta incluirá preguntas sobre la participación de los trabajadores y las trabajadoras en los programas de promoción de la salud puestos en marcha, de forma que sea posible comparar entre la evolución del bienestar de las personas que participan y finalizan los programas frente al resto.

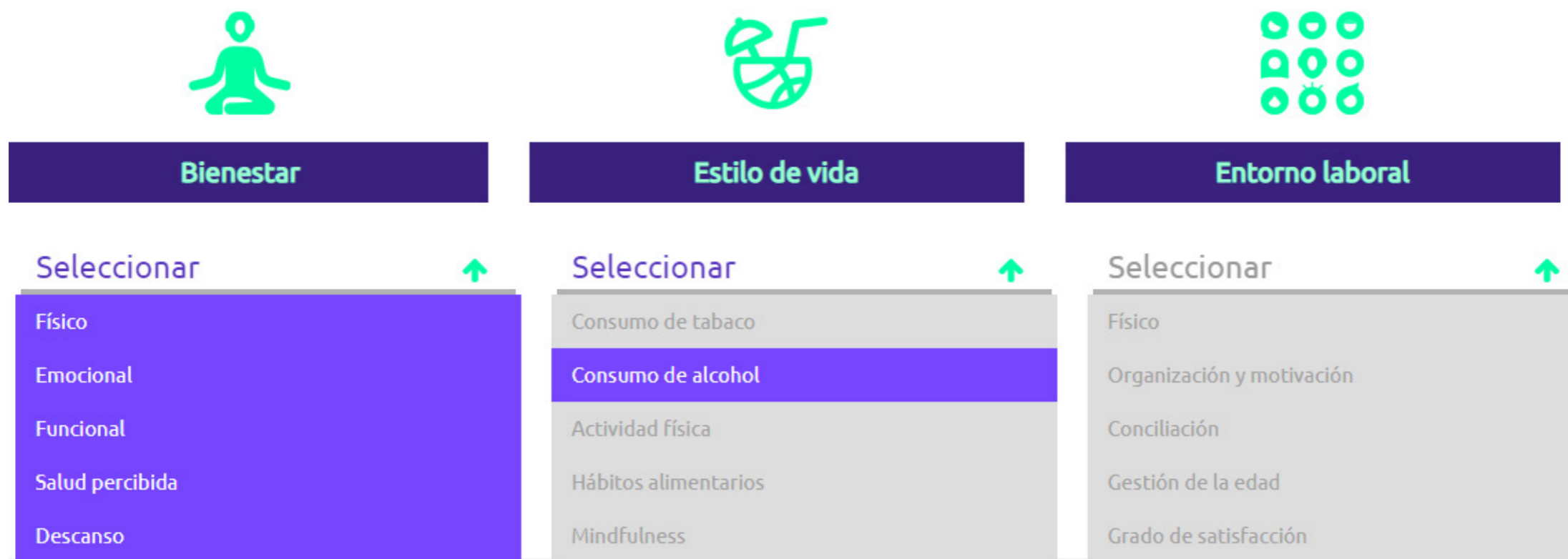


Figura 2

Definición de indicadores a incluir en el estudio de diagnóstico.



RESULTADOS

Tras la realización del estudio de diagnóstico o seguimiento, la plataforma **SUMMAT** proporciona resultados tanto para la empresa como para las personas que han cumplimentado las encuestas:

- **EMPRESA: Resultados del diagnóstico del bienestar** (Figura 3). La empresa podrá filtrar los resultados de acuerdo a las características sociodemográficas de los

trabajadores y las trabajadoras, el puesto de trabajo que ocupan y/o la participación en algún programa de promoción de la salud, siempre garantizando la total confidencialidad de los participantes en el estudio. Además, podrá seguir la evolución del bienestar de la plantilla en el tiempo, pudiendo conocer el efecto que los programas implementados están teniendo sobre la salud de la plantilla.

Estudio de alcohol. Referencia 8Q4Z1I Bienestar: Físico (10 participantes)

Seleccione una de las variables para comparar

▼ Comparar por...

- Población española general
- Población española de mi sector económico

Visualizar por...

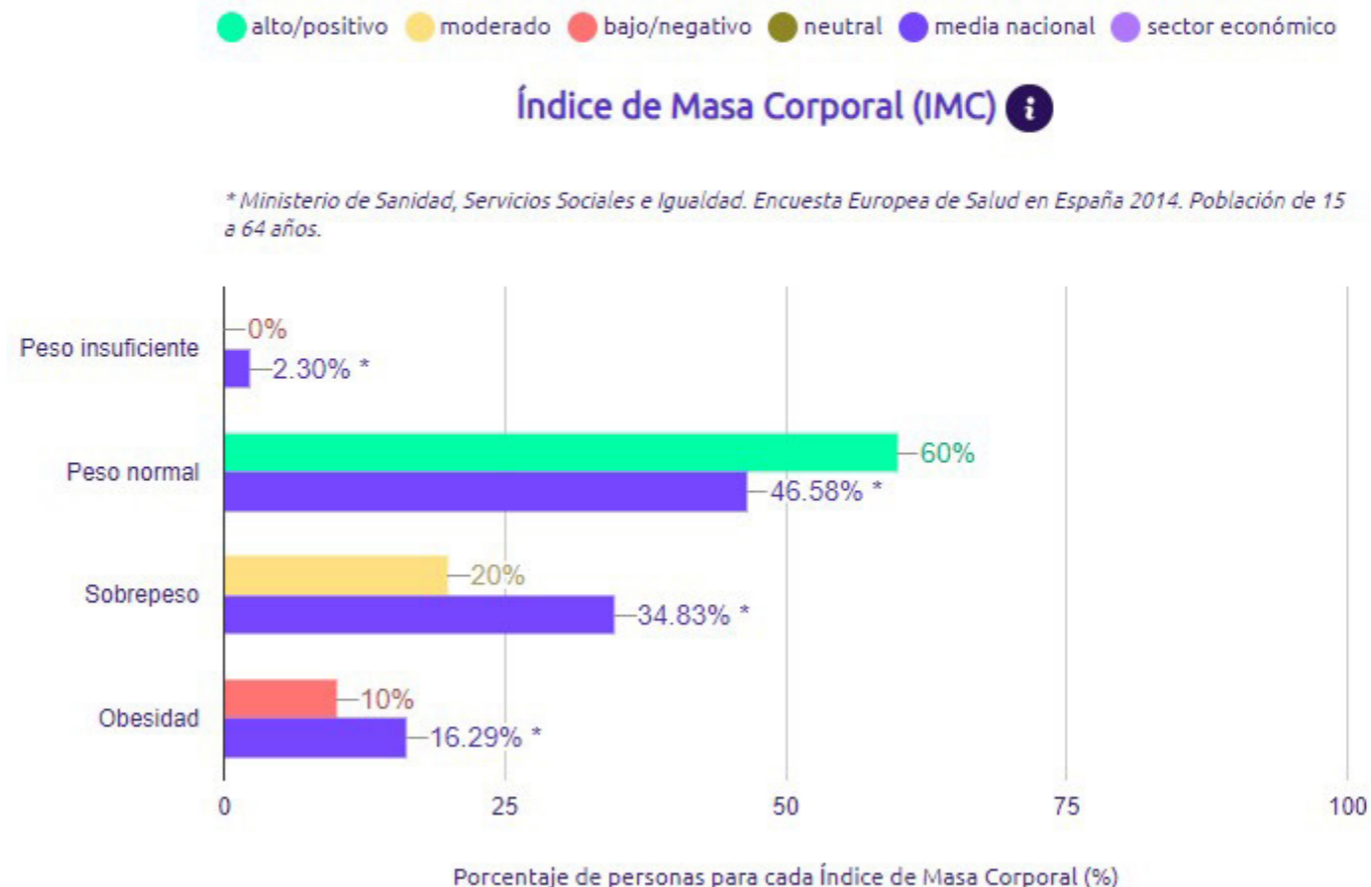
- ▶ Datos sociodemográficos
- ▶ Datos del trabajador
- ▶ Datos del puesto
- ▶ Programas

Aplicar

Borrar

Figura 3

Gráfico de uno de los indicadores de bienestar.





- **PLANTILLA: Informe de diagnóstico personalizado** (Figura 4). Los trabajadores y las trabajadoras reciben un informe donde se muestra el resultado de los diferentes indicadores de bienestar, comparando sus resultados con la media española de su edad y género. Dicho informe es generado de forma automática tras la cumplimentación del cuestionario diseñado por la empresa.



Figura 4

Resumen del informe proporcionado al trabajador.



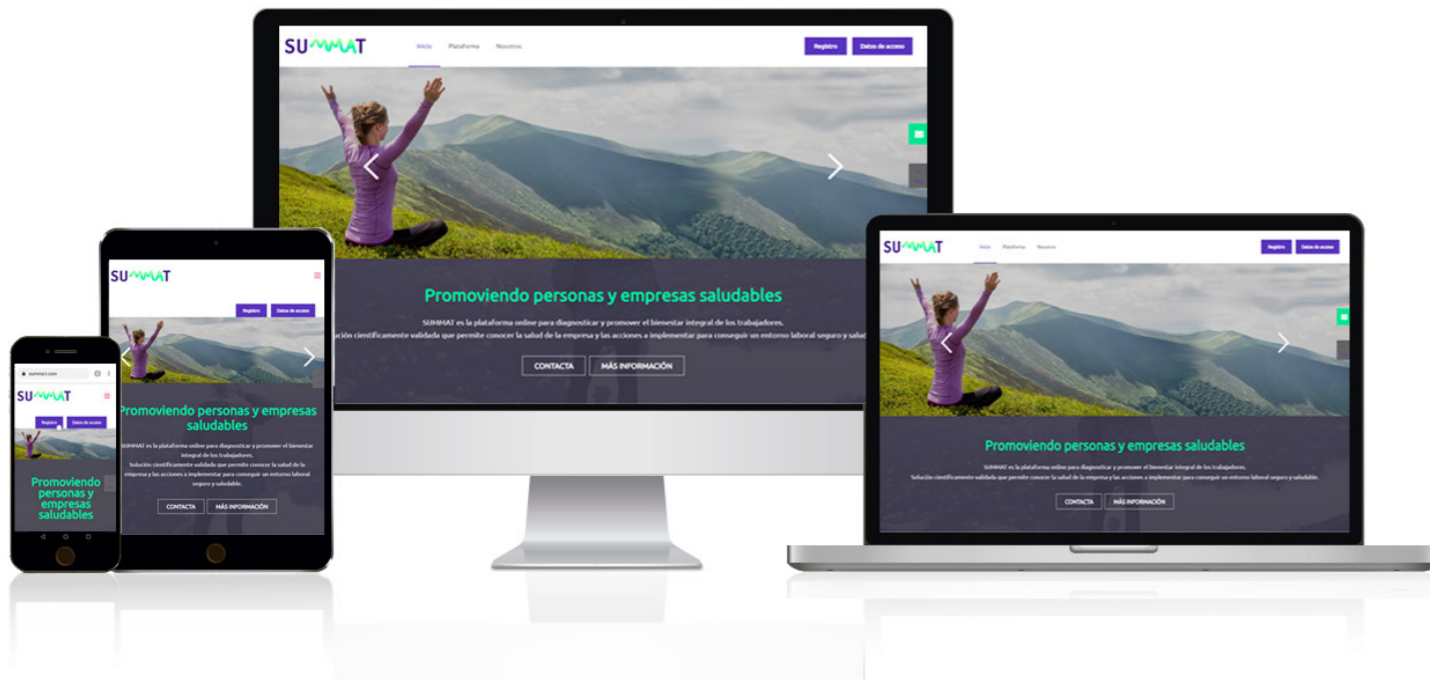
CONCLUSIONES

¿Por qué es interesante promover personas y empresas saludables?

- Mejora la salud de las personas trabajadoras
- Favorece la retención de talento
- Fomenta el buen clima laboral
- Incrementa la productividad

- Aumenta el sentimiento de pertenencia y la imagen corporativa

En definitiva, la clave para una empresa fuerte es un equipo humano saludable, y **SUMMAT** es la plataforma que puede ayudar a las empresas a conseguir definir y poner en marcha las acciones necesarias para conseguir empresas saludables.



Fácil de usar



Configurable



Segura y confidencial



Validada científicamente



Accesible desde cualquier dispositivo



Experiencia de usuario satisfactoria