



Cómo construir un entorno saludable

La transformación hacia una empresa saludable se debería trabajar desde cuatro entornos diferentes y no sólo
19 enero 2016 | Beatriz Ardid y Miriam Puig - PeopleMatters

- f
- t
- in
- g+
- ✉
- A
- A

Cada vez son más las organizaciones que están poniendo foco en crear entornos saludables buscando promover que sus personas encuentren en el trabajo las condiciones óptimas para trabajar de una forma "productiva".

Gran variedad de términos son utilizados para hablar de estas políticas y programas: empresa saludable, wellness, wellbeing, bienestar corporativo... Sin embargo, conceptualmente, aunque se utilizan indistintamente, el enfoque puede ser diferente.

La mayor parte de las veces, la gestión se centra en políticas y programas de Salud (hábitos saludables, en general y de actividad física y nutrición, en particular), tal y como ocurrió hace años en el mundo anglosajón, especialmente en Estados Unidos. Este país ha marcado tendencia, siendo de los primeros en evolucionar a un concepto de gestión de la Salud mucho más amplio y con una perspectiva de palanca para la motivación y el compromiso de las personas en las organizaciones.

El tratamiento de la salud laboral se ha centrado tradicionalmente en la adopción de medidas para asegurar la seguridad de los equipos de trabajo y la prevención de enfermedades profesionales y la salud física e higiene de las personas. Actualmente, cada vez más se está poniendo foco en el tratamiento de la salud psicosocial. Este ámbito tiene un amplio espectro de issues a gestionar más allá del estrés laboral, y es dónde las empresas más avanzadas están progresando para generar entornos saludables, no sin olvidar todo el ámbito de la salud física. El entorno psicosocial contempla otras palancas como son estilos de dirección participativos, transparencia, cultura y valores, buenas relaciones en el trabajo y con el entorno, oportunidades de desarrollo profesional, equilibrio entre vida personal y profesional, autonomía o entornos colaborativos, entre otros.

Desde [PeopleMatters](#), consideramos que la transformación hacia una empresa saludable se debería trabajar desde cuatro entornos considerados básicos que se exponen a continuación de una forma muy breve.

En primer lugar, la salud del empleado pasa por contar con un **entorno estable y seguro** económicamente. Hablamos de disponer de un salario justo, beneficios sociales, estabilidad laboral, o el simple hecho de formar parte de una empresa sólida y con futuro. En segundo lugar, el entorno relacionado con la **buena salud y energía**, en el que la preocupación se encuentra en la salud física de las personas y se cuidan sus hábitos de comportamiento en relación a la salud (nutrición, ejercicio físico, por ejemplo). Con la extensión del concepto de salud a todo lo psicosocial, es imprescindible tener en cuenta también el entorno de lo que se puede denominar '**relaciones positivas**', que engloba desde la relación con jefes y compañeros, a la relación con familiares y amigos, etc. Por último, pero no menos importante, es esencial también un **entorno que aporte valor a la sociedad**, pues la posibilidad de realizar programas de voluntariado corporativo y contribuir a la comunidad, entre otras cosas, hace que el empleado se sienta satisfecho, lo que a su vez incide en su bienestar.

La comprensión del concepto de salud desde esta perspectiva más holística es el primer paso para empezar a trabajar en el desarrollo de entornos saludables de los que seguiremos hablando próximamente.