

## EMPRESA SALUDABLE 2018

---

### QUINES SÓN LES ESTRATÈGIES DE PROMOCIÓ DE LA SALUT ?

L'entorn de treball, on les persones passen més d'una tercera part del dia, ha estat identificat com un lloc idoni per desenvolupar polítiques de promoció de la salut, atès que els empleats constitueixen una part important de la comunitat, el treball ocupa un temps considerable de les nostres vides i té una gran repercussió sobre la qualitat d'aquesta. A més, la participació sembla més gran en els programes centrats en l'entorn de treball que en els realitzats a escala comunitària.

Segons la definició de la Carta d'Ottawa per a la Promoció de la Salut, de 1986 (Primera Conferència Internacional per a la Promoció de la Salut. Organització Mundial de la Salut), les estratègies de promoció de la salut en el lloc de treball impliquen un procés d'integració d'activitats dirigides a millorar la salut en sentit positiu dels empleats, i no només a mantenir-la i/o prevenir els problemes, capacitant-los perquè contribueixin a la millora de la seva salut.

Així, al lloc de treball la promoció de la salut pot actuar sobre factors de risc no laborals relacionats amb la conducta (per exemple: campanyes per reduir el consum d'alcohol o tabac o la prevenció de drogodependències) o sobre factors protectors laborals i no laborals (per exemple: la promoció de l'exercici físic entre els que ocupen llocs de treball sedentaris o els canvis en els hàbits alimentaris en el menjador laboral).

VIPSA com a servei aliè de Prevenció de Riscos Laborals pot desenvolupar estratègies de promoció de la salut en dos àmbits d'actuació:

#### 1. Àmbit de l'educació per la salut, des de dues perspectives:

- La preventiva, capacitant les persones per evitar els problemes de salut mitjançant el propi control de les situacions de risc laboral, o bé, evitant les possibles conseqüències, mitjançant la informació i la formació sobre els riscos genèrics i específics del lloc de treball i sobre les mesures d'emergència.
- La de promoció de la salut pròpiament, capacitant a la població per a que pugui adoptar estils de vida més saludables, mitjançant la difusió d'hàbits de vida saludables en relació a la dieta i a l'activitat física o el consum de tabac, alcohol i altres drogues. Per això, compta amb la col·laboració del servei sanitari concertat, entre d'altres activitats, per a la pràctica dels exàmens de salut.

## 2. Àmbit de la prevenció de malalties

Oferint campanyes de vacunació als empleats laboralment exposats a agents biològics i difonent les campanyes públiques de vacunació estacional i d'hàbits per prendre el sol a l'estiu. Aquestes campanyes no s'apliquen pràcticament al Principat d'Andorra donat que empreses a on els seu treballadors estiguin exposats a aquests risc, en el sector privat, la seva presència es molt minsa en el nostre teixit empresarial.

### QUÈ ÉS LA PROMOCIÓ DE LA SALUT?

La promoció de la salut és "el procés que permet a les persones incrementar el seu control sobre els determinants de la salut i, en conseqüència, millorar-la". Aquesta és la definició consensuada a la Carta d'Ottawa. Organització Mundial de la Salut).

Els determinants de la salut són el conjunt de factors personals, socials, econòmics i ambientals que condicionen l'estat de salut dels individus o les poblacions. Des d'aquesta perspectiva, la salut és el resultat de l'equilibri de factors biològics, ambientals i/o conductuals, juntament amb la susceptibilitat genètica de cada persona (característica biològica i/o psicològica de l'individu que el fa més vulnerable a determinats problemes de salut). En les societats que han desenvolupat també un estat del benestar, s'ha de considerar també la influència del sistema sanitari (preventiu, assistencial i social), en aquest equilibri, ja que permet, per exemple, evitar l'exposició a determinats factors de risc o recuperar l'equilibri mitjançant intervencions terapèutiques.

La promoció de la salut incorpora els objectius d'enfortir les habilitats i les capacitats dels individus i de modificar les condicions socials, ambientals i econòmiques, amb la finalitat de disminuir el seu impacte negatiu en la salut individual i de la comunitat. Implica crear condicions saludables mitjançant intervencions sobre el medi ambient i sobre el conjunt de la població, independentment del seu estat de salut.

Així, mitjançant la promoció de la salut es pretén:

- Capacitar la població perquè sàpiga cuidar millor de la seva salut i evitar caure malalt; per això s'incideix en qüestions d'estils de vida saludables.

- Construir entorns saludables, tant en el sentit mediambiental (millores urbanístiques, disminució de la contaminació, etc.) com en el sentit social (disminució de la precarietat, de la pobresa, de les desigualtats socials, etc.).
- Per això, la promoció de la salut complementa les altres estratègies bàsiques per vetllar per la salut de les persones abans que es produeixi l'alteració de la salut, mitjançant estratègies de prevenció, dirigides a actuar sobre la causa del dany per evitar que aquesta pugui actuar (prevenció primària). A la UPF, aquestes estratègies són competència de l'Oficina Tècnica de Prevenció de Riscos Laborals.
- Després que l'alteració s'iniciï, tot i que encara no sigui perceptible, mitjançant estratègies de detecció i tractament precoç, dirigides a detectar una alteració de salut abans que es manifestin els símptomes propis de la malaltia (prevenció secundària). A VIPSA, aquestes estratègies són desenvolupades pel servei de vigilància a la salut concertat, entre d'altres activitats, per a la pràctica dels exàmens de salut.
- Quan ja han aparegut els símptomes clínics, mitjançant estratègies de tractament convencional i/o rehabilitació, dirigides a evitar o pal·liar les seqüeles de les malalties (prevenció terciària). Aquestes intervencions terapèutiques són assumides per la C.A.S.S., quan tenen origen laboral, igualment que en la resta de casos.