



CONECTANDO EMPRESAS CON ODS | 2024





# WELLNESS: SALUD MENTAL, HÁBITOS SALUDABLES Y BIENESTAR EN VASA



## Objetivo

Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades



## ODS Conexos:

- ODS 2** Hambre Cero
- ODS 8** Trabajo Decente y Crecimiento Económico



## Tipo de Iniciativa

Política de la Empresa  
(transversal a todos los centros operativos)



## Localización:

- Provincia: Buenos Aires

## METAS QUE ABORDA LA INICIATIVA

**Meta 3.4** Para 2030, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante la prevención y el tratamiento y promover la salud mental y el bienestar.

**Meta 3.d** Reforzar la capacidad de todos los países, en particular los países en desarrollo, en materia de alerta temprana, reducción de riesgos y gestión de los riesgos para la salud nacional y mundial.



# DESCRIPCIÓN DE LA INICIATIVA

En VASA, nos comprometemos a fomentar el bienestar de quienes forman parte de la Compañía. Con este enfoque, hemos desarrollado el programa "Wellness: salud mental, hábitos saludables y bienestar en VASA", que busca apoyar la salud integral y el bienestar de nuestros colaboradores. Este programa tiene un doble objetivo: promover hábitos saludables como una mejor nutrición, actividad física, ergonomía y apoyo psicológico, al tiempo que contribuye a reducir el ausentismo y a mantener un ambiente de trabajo positivo.

Los factores psicosociales juegan un papel crucial en la salud mental y su prevención, así como en la promoción del bienestar. Por eso, implementamos varias iniciativas centradas en abordar estas áreas de forma integral, siempre poniendo a las personas en primer lugar. Un equipo médico especializado realiza un seguimiento constante y presencial de la salud de los 605 colaboradores.

- Hábitos saludables: Un equipo médico especializado realiza un seguimiento constante y presencial de la salud de los 605 colaboradores.

El Programa de Alimentación Saludable que implementamos tiene el objetivo promover mejores hábitos alimenticios, identificando factores de riesgo. A cuatro años de su ejecución, observamos que, si bien el 19 % de los participantes alcanza un peso saludable, el porcentaje de sobrepeso u obesidad se ha reducido del 81% al 64% en 2023.

En cuanto a la ergonomía, desde 2017 llevamos a cabo evaluaciones de los puestos de trabajo operativos y administrativos, y en 2018 introdujimos profesiogramas para determinar las condiciones físicas y psicológicas requeridas en cada puesto. Además, brindamos asistencia psicológica a quienes lo necesitan, incluyendo consultas y derivaciones.

Para abordar los factores psicosociales de manera integral, confeccionamos un mapa de riesgo basado en las seis dimensiones de la Encuesta ISTAS: Exigencias psicológicas, Trabajo activo y posibilidad de desarrollo, Inseguridad sobre el futuro, Apoyo social y calidad de liderazgo, Doble presencia y Estima. También aplicamos encuestas de resiliencia (W&Y Resilience Scale), ansiedad (GAD-7) y ánimo (PHQ-9) a nuestros colaboradores. Cada participante recibió una devolución personalizada de psiquiatras y psicólogos, lo que nos permitió identificar y gestionar adecuadamente las necesidades individuales en términos de salud mental.



## Barreras encontradas para el desarrollo de las acciones

### SOCIO CULTURAL

Internalizar aspectos vinculados al cuidado de la salud y el bienestar conlleva un cambio cultural a largo plazo. Por este motivo es que desde VASA se aborda la temática de manera transversal haciendo foco en el cuidado y la prevención.

## Contribución de la iniciativa al ODS correspondiente

### USO DE INDICADORES DE GESTIÓN

- 78% de los colaboradores se realizaron exámenes clínicos de control.
- 34% colaboradores participan de las propuestas de actividad física dentro de la planta.

“ Nuestro programa “Wellness: salud mental, hábitos saludables y bienestar en VASA” apunta a promover la salud integral y el bienestar.

## Alianzas Estratégicas

- *Privadas (Cadena de valor / Joint Venture)*

*Son los profesionales -médicos, nutricionistas, kinesiólogos, psicólogos y profesores de gimnasia- contratados por VASA para la implementación de la iniciativa. GYMPASS*



Esta iniciativa se presentó en el marco del programa "Conectando Empresas con ODS" desarrollado por CEADS en alianza con EY Argentina.

COPYRIGHT 2024