

Programa de Salud Cardiovascular Votorantim

Presentación de la empresa

Votorantim Cimentos, es la 5ª empresa a nivel mundial en materiales de construcción, líder absoluto en Brasil y con una capacidad de producción de 54 millones de toneladas de cemento al año. Con 15.000 empleados, opera en 14 países de América, Europa, África y Asia.

En España cuenta con 500 empleados y está presente con las marcas Cemento Cosmos, Cemento Teide, Prebetong Áridos y morteros Pulmor. Cuenta con 4 fábricas integrales de cemento en Córdoba, Niebla (Huelva), Oural (Lugo) y Toral de los Vados (León); 2 molineras de cemento en Bobadilla (Málaga) y Tenerife; 30 plantas de hormigón ubicadas en Andalucía, Canarias, Castilla y León, Extremadura y Galicia; 2 plantas de mortero; y 10 instalaciones de áridos.

La Salud en Votorantim España. Situación inicial

Tras su llegada a España en 2012, Votorantim España creó un Comité de Salud con el objetivo de establecer las bases para llevar a cabo un conjunto de acciones encaminadas a promover la salud y el bienestar dentro de la empresa.

Desde el Comité de Salud se elaboró y promovió la Política de Promoción de la Salud en el Lugar de Trabajo, poniendo de manifiesto el compromiso con la Promoción de la Salud mediante la adhesión a la Declaración de Luxemburgo.

Paralelamente, se realizó una evaluación inicial del estado de salud, analizando los indicadores relacionados con los principales determinantes de salud modificables (obesidad, sedentarismo, tabaquismo) y comparándolos con la Encuesta Nacional de Salud de 2012, así como con los indicadores generales en salud laboral a nivel nacional. Otro factor determinante fue conocer la opinión y valoración de los empleados de Votorantim España sobre su estado de salud y su predisposición para mejorar en los principales hábitos de salud.

Como resultado de esta evaluación se obtuvieron una serie de conclusiones entre las que cabe destacar las siguientes:

1. La prevalencia de obesidad es casi el doble que la estimada para la población laboral española: 30,3% frente a 17%.
2. La prevalencia de tabaquismo es similar a la estimada para la población española: 23,3% frente a 24%.
3. El sedentarismo es más frecuente que en la población española: 62% frente a 41,3%.
4. La prevalencia de diabetes es ligeramente superior: 8,3% frente al 7,4%.
5. El porcentaje de trabajadores con colesterol elevado es claramente superior al de la población española: 27% frente a 16,4%.

6. El 94% de los trabajadores consultados estaría dispuesto a cambiar los hábitos para mejorar su condición física.

Programa de Salud Cardiovascular: Objetivos generales

Con los datos que hemos comentado anteriormente, El Comité de Salud decidió lanzar un Programa de Salud Cardiovascular dando prioridad a acciones encaminadas a la prevención del riesgo cardiovascular en el conjunto de los trabajadores mediante un programa a cuatro años (2013-2016), con los siguientes objetivos generales:

1. Prevención de la obesidad
2. Prevención del tabaquismo
3. Prevención de la enfermedad arterial periférica
4. Prevención de la hipertensión arterial

Objetivos específicos y cronograma

Como objetivos específicos se fijaron los siguientes a largo plazo:

1. Disminuir la prevalencia de la obesidad en un 50% desde el 31% al 15,5%
2. Disminuir la prevalencia de tabaquismo en un 50% desde el 23,3% al 13,5%
3. Disminuir el Score de Riesgo Cardiovascular (REGICOR adaptado a España) en un 50%
4. Reducir un 10% la prevalencia de trabajadores con un Índice Tobillo Brazo (ITB) < a 0,9 para la prevención de la Enfermedad Arterial Periférica
5. Reducir la prevalencia de la Hipertensión Arterial en un 50%

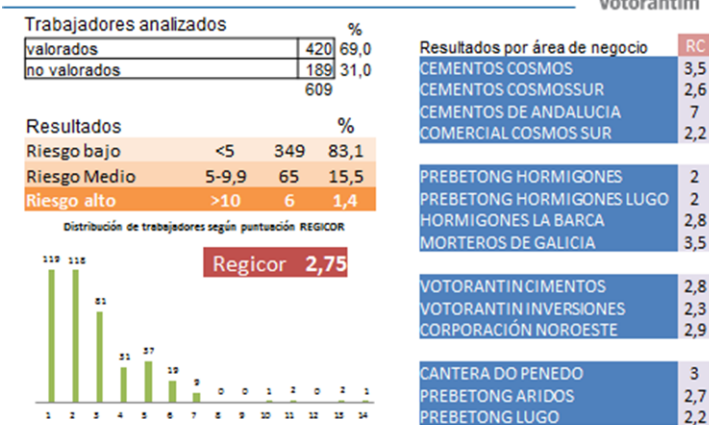
Siendo el Cronograma el que se muestra a continuación:

CRONOGRAMA		2013	2014	2015	2016
PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD					
Crear entornos seguros y saludables	Máquinas expendedoras con alimentos saludables				
Establecer una política de salud	Actividad integrada mediante aprobación en el Comité de Salud				
Comunicación/participación	Campaña Informativa y concurso alcanza tu peso ideal				
Formación	Talleres prácticos				
Reorientar el servicio de prevención	Reconocimientos médicos				
PROGRAMA DE PREVENCIÓN DEL TABAQUISMO					
Crear entornos seguros y saludables	Se incentivará el abandono del hábito costeando el tratamiento				
Establecer una política de salud	Actividad integrada mediante aprobación en el Comité de Salud				
Comunicación/participación	Campaña Informativa				
Formación	Intervención con apoyo psicológico y farmacológico				
Reorientar el servicio de prevención	Reconocimientos médicos				
PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE LA EAP					
Crear entornos seguros y saludables	Máquinas expendedoras con alimentos saludables				
Establecer una política de salud	Actividad integrada mediante aprobación en el Comité de Salud				
Comunicación/participación	Campaña Informativa				
Formación	Talleres prácticos				
Reorientar el servicio de prevención	Reconocimientos médicos				
PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL					
Crear entornos seguros y saludables	Máquinas expendedoras con alimentos saludables				
Establecer una política de salud	Actividad integrada mediante aprobación en el Comité de Salud				
Comunicación/participación	Campaña Informativa				
Formación	Talleres prácticos				
Reorientar el servicio de prevención	Reconocimientos médicos				

Estrategia y acciones desarrolladas

La estrategia para alcanzar los objetivos previstos se llevaron a cabo en cinco áreas, que agruparon las principales acciones del programa y que a continuación se resumen:

1. Definir una política de salud y crear un Comité de Salud integrado por el Consejero Delegado, el director de Operaciones, el director de Recursos Humanos, el director de Seguridad, los responsables de Comunicación y de Salud.
2. Realizar formación específica y con una orientación práctica. Se realizaron talleres funcionales sobre alimentación saludable (criterios NAOS) y ejercicio físico.
3. Favorecer la comunicación y participación en todos los niveles de la organización. Se elaboró un plan de comunicación basado en las siguientes acciones:
 - 3.1. Difusión de un Boletín de Promoción de la Salud en el Lugar de Trabajo, con periodicidad bimensual.
 - 3.2. Difusión de hojas informativas específicas sobre las acciones y campañas emprendidas.
 - 3.3. Realización de encuestas de satisfacción
 - 3.4. Creación de un espacio de salud en la Intranet (Votonet) en el que se pueden descargar todo el material de comunicación y realizar consultas.
4. Crear entornos seguros y saludables a través de las siguientes acciones:
 - 4.1. Control de las máquinas expendedoras de alimentos
 - 4.2. Suministro gratuito de fruta fresca en los principales centros de trabajo
 - 4.3. Intervención para el abandono del hábito tabáquico en colaboración con la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC) mediante acciones terapéuticas psicológicas y farmacológicas.
 - 4.4. Concurso “Alcanza tu peso ideal”, actividad estrella de la primera mitad del programa y que supuso una verdadera revolución en toda la organización. Ideado por el Comité de Salud, consiste en que los empleados de Votorantim España participen por equipos para mejorar su IMC y adopten hábitos de vida más saludables. Tras el éxito conseguido, actualmente estamos en la tercera edición. La participación alcanzó el 90% de la plantilla si tenemos en cuenta el conjunto de las tres ediciones.
 - 4.5. Campaña “Más de 30” para los trabajadores con un Índice de Masa Corporal superior a 30. Se costearán consultas con un nutricionista a los empleados que lo soliciten y se premiará el esfuerzo de aquellos que consigan bajar de peso.
5. Reorientar el servicio de prevención mediante las siguientes acciones:
 - 5.1. Cálculo de riesgo cardiovascular mediante REGICOR adaptado a la población española, que estima la probabilidad de sufrir un problema coronario en los próximos 10 años. Esto supuso un cambio importante para nuestro Servicio de Prevención, ya que tuvo que modificar sus aplicaciones informáticas y procedimientos de trabajo. Los resultados iniciales se muestran en el gráfico siguiente:



- 5.2. Medición del índice tobillo-brazo. El índice tobillo-brazo (ITB) es una prueba sencilla y reproducible para la detección de la enfermedad aterosclerótica asintomática. Un ITB < 0,9 indica una estenosis \geq 50% entre la aorta y las arterias distales de las extremidades inferiores. La realización y cálculo de este índice ha supuesto asimismo una colaboración extra por parte del servicio de prevención.
- 5.3. Campaña informativa personal sobre prevención de la hipertensión con la entrega y explicación de una hoja informativa a los trabajadores en rango de hipertensión.

Resultados y Próximas Acciones

Los resultados alcanzados durante el primer año y medio de desarrollo del programa se pueden resumir en el siguiente cuadro:

	Votorantim España		Objetivos 2016
	2013	2014	
Obesidad	30,3%	20,6%	15,5%
Tabaquismo	23,3%	23,3%	13,5%
Colesterol elevado	27%	31%	20%
Glucosa elevada	8,3%	5,1%	3%
Absentismo	1,4%	1,3%	1%

El objetivo de prevención de la obesidad es en el que hemos centrado gran parte de nuestro empeño ya que dispone de mayor número de indicadores relacionados con el mismo. Como se puede apreciar en la tabla, las acciones informativas, formativas y participación han influenciado en la disminución del porcentaje de obesidad de un 30,3% hasta 20,6%. Esta reducción se acompañó asimismo de una disminución en el porcentaje de trabajadores con hiperglucemia, desde el 8,3% al 5,1%. No se ha

observado inicialmente una reducción en el porcentaje de hipercolesterolemia ni tampoco grandes avances en la reducción de tabaquismo, habida cuenta que el grueso de acciones encaminadas a conseguir este objetivo se inician en 2015. El absentismo mantiene una tendencia descendente que se aproxima a los ambiciosos objetivos para 2016 del 1%.

En cuanto a las próximas acciones, algunas de ellas ya iniciadas en lo que llevamos de año:

1. Creación de la figura del promotor de hábitos de salud (PHS) que permita consolidar los avances alcanzados mediante una labor basada en la facilitación y canalización de las acciones, así como por medio de la obtención de retroalimentación y estímulo de la participación. En la actualidad han sido designados 17 trabajadores como PHS, que ya han colaborado en las mediciones de peso de la tercera edición del concurso. Está previsto para el segundo trimestre de 2015 finalizar la formación inicial de este grupo y estabilizar su estructura, dada la dificultad derivada de la dispersión de centros de trabajo.
2. Desarrollo de un blog sobre nutrición en colaboración con el Departamento de Nutrición y Dietética de la Universidad de Santiago de Compostela (USC). Se ha firmado ya un convenio de colaboración y está prevista su inauguración en el segundo trimestre de 2015.
3. Ayudas económicas a empleados para equipación deportiva, fomentando la práctica de ejercicio físico.
4. Lanzamiento de un concurso sobre recetas saludables dirigido a todos los trabajadores que también se iniciará en el segundo trimestre de 2015. Se trata de un concurso dirigido a los trabajadores y sus familias en el que se podrán presentar recetas que tengan un toque personal y saludable y crear así una cultura de la alimentación sana entre todos.
5. También se están poniendo en marcha acciones encaminadas a conseguir los restantes objetivos generales previstos. Será en el año 2016 cuando podrán estudiarse de forma preferente los indicadores de resultados de las acciones preventivas dirigidas al tabaquismo, la hipertensión y la enfermedad arterial periférica, al tiempo que esperamos alcanzar el máximo en los resultados de la prevención de la obesidad.