



8ª iniciativa: Trabajar en sintonía con la vida (2009 – 2011)

Introducción:

Esta iniciativa trata sobre el problema creciente que representan los trastornos de salud mental en el trabajo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud mental como un estado de bienestar en el que cada individuo es capaz de desarrollar su propio potencial, hacer frente a las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera y contribuir a su comunidad. En el siglo XXI la salud mental y el bienestar de los trabajadores son cruciales para el éxito de las organizaciones. Los trabajadores con buena salud mental tendrán un mejor desempeño en su trabajo.

Objetivos:

- Aumentar la sensibilización de los empresarios y trabajadores sobre las necesidades y beneficios de la PST en este ámbito.
- Informar a empresarios y trabajadores sobre las estrategias y programas existentes para promover la salud mental en el trabajo y ayudarles a detectar de forma precoz aquellos problemas que se puedan presentar en la empresa.
- Identificar modelos de buenas prácticas tanto en empresas privadas como en administraciones públicas y elaborar guías de intervención y cuestionarios para evaluar su calidad en esta área.
- Atraer a empresas a participar en esta campaña, reafirmar el potencial de las inversiones en esta iniciativa y fomentar el intercambio de experiencias en este campo.
- Diseñar actividades y modelos de promoción de la salud mental en el trabajo.

Procedimiento:

Se ofreció a las empresas convertirse en "socio" Move Europe:

- Parte 1: Rellenar el cuestionario de salud mental: se facilitó un cuestionario on line que debían rellenar para conocer la calidad de las actividades en promoción de la salud mental de la empresa. Aquellas empresas con una buena puntuación se las invitó a ser un "socio" Move Europe.
- Parte 2: Ser Modelo de Buenas Prácticas: se envió un cuestionario de Buenas Prácticas a aquellas empresas "socias" para presentar su modelo más detalladamente. Estos modelos se evaluaron por expertos de cada país.
- Parte 3: Premio para una buena promoción de la salud mental en el trabajo: se invitó a una ceremonia final a los representantes de las mejores empresas para recibir el título de "Empresa excelente en Move Europe" en el campo de la salud mental.

Resultados y documentos anexos:

En base a la literatura disponible y a los ejemplos de buenas prácticas conseguidos, se elaboraron 3 guías para ayudar a empresarios y trabajadores a aplicar medidas de promoción de la salud

mental en el trabajo y a convencerlos sobre la utilidad de la inversión en estos programas. Estas guías son:

- [Justificación de la promoción de la salud mental en el trabajo](#): Enfocada a aspectos económicos relacionados con la salud mental en el trabajo valorando los costes de no tomar medidas al respecto, los costes de inversión, el rendimiento que tienen dichas medidas, etc.
- La [promoción de la salud mental en el trabajo para empresarios](#): Mediante la aplicación y desarrollo de programas y políticas de promoción de la salud mental en su organización, puede mejorar la imagen de su empresa, que influye atrayendo talento, obteniendo contratos públicos, mejorando la opinión general y de clientes, etc.
- La [promoción de la salud mental en el trabajo para trabajadores](#): Como trabajador tiene derecho a esperar que su empresario y mandos creen condiciones de trabajo saludables para su salud mental, pero también usted es responsable de su propia salud mental mediante el cuidado de sí mismo y de sus compañeros de trabajo.

Esta estrategia culminó con la [Declaración de Edimburgo](#) de la ENWHP que promueve enfoques prácticos para la mejora de la salud mental en el trabajo para ser incluidos en modelo global de PST.

Se puede acceder al Cuestionario Salud mental, a través del siguiente enlace:

https://www.enwhp.org/resources/toolip/doc/2018/04/23/menthealthwork_es.pdf