

L'FSM ENTITAT SEGURA I SALUDABLE



**som
entitat
saludable
FSM**

Els nostres centres

- 1) Hospital de Mollet (Hospital d'Aguts)
- 2) Hospital Sociosanitari
- 3) Residència Gent Gran Santa Rosa
- 4) Residència Gent Gran Pedra Serrada
- 5) Residència discapacitats la Vinyota

Atenem 165.000 ciutadans

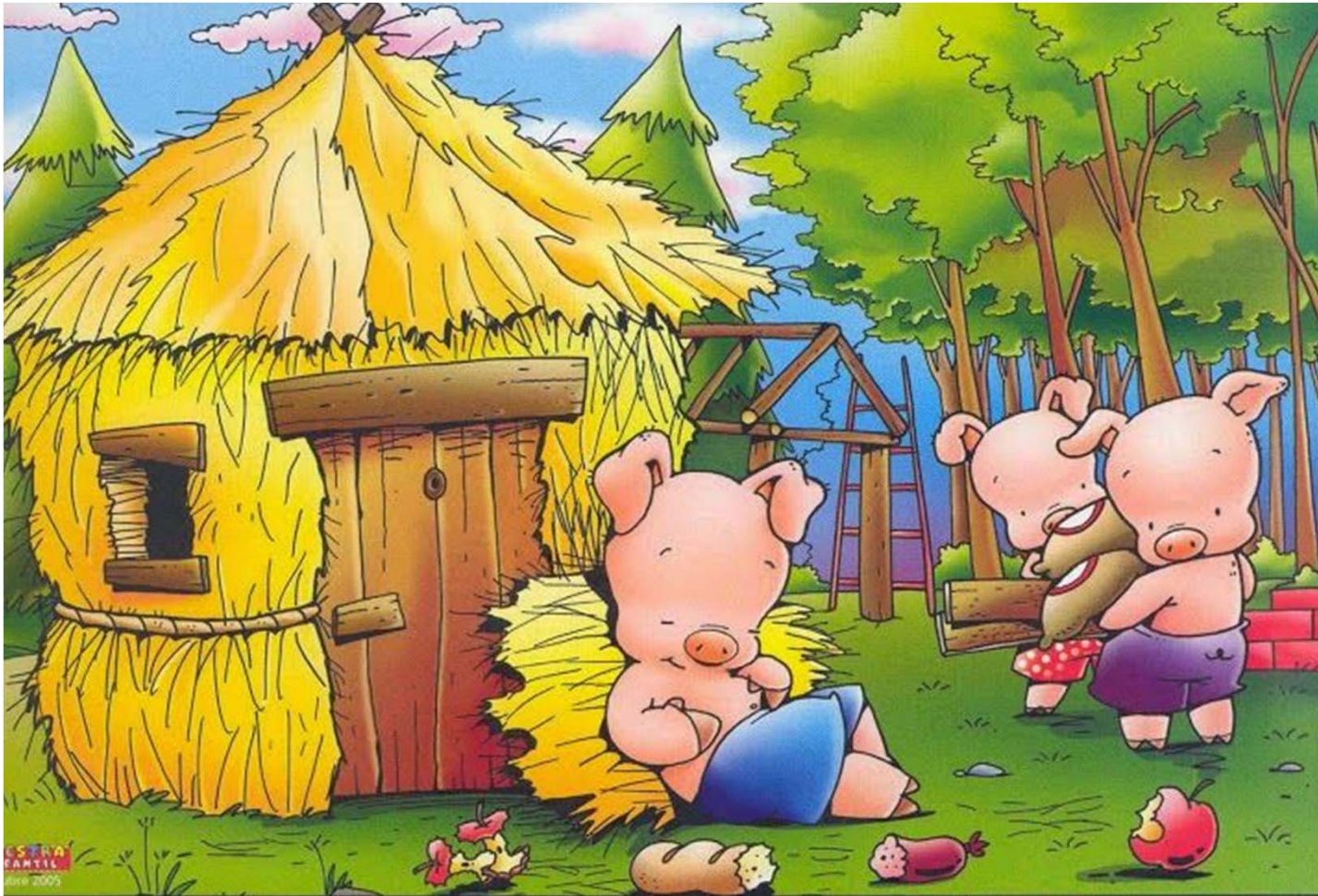
Ocupem 1.100 persones professionals

- Abans de començar, ens preguntem...
- Comissió d'Entitat Saludable
- Pla d'acció desplegat
- Conclusions experiència

Abans de començar, ens preguntem....



Què entenem per entitat saludable?



*“una institució **socialment responsable**, honesta, propera, professional i innovadora”*

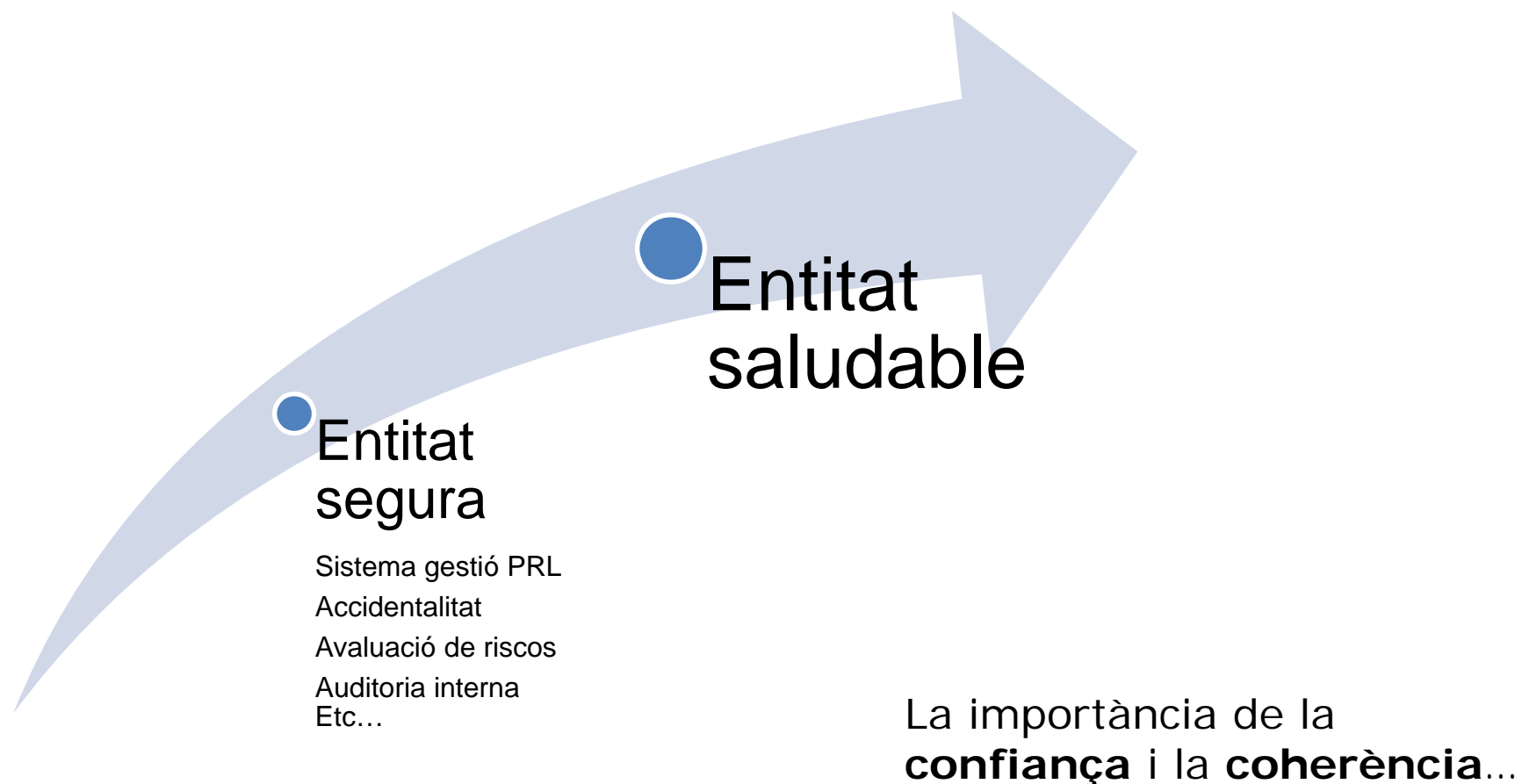
Què entenem per entitat saludable?



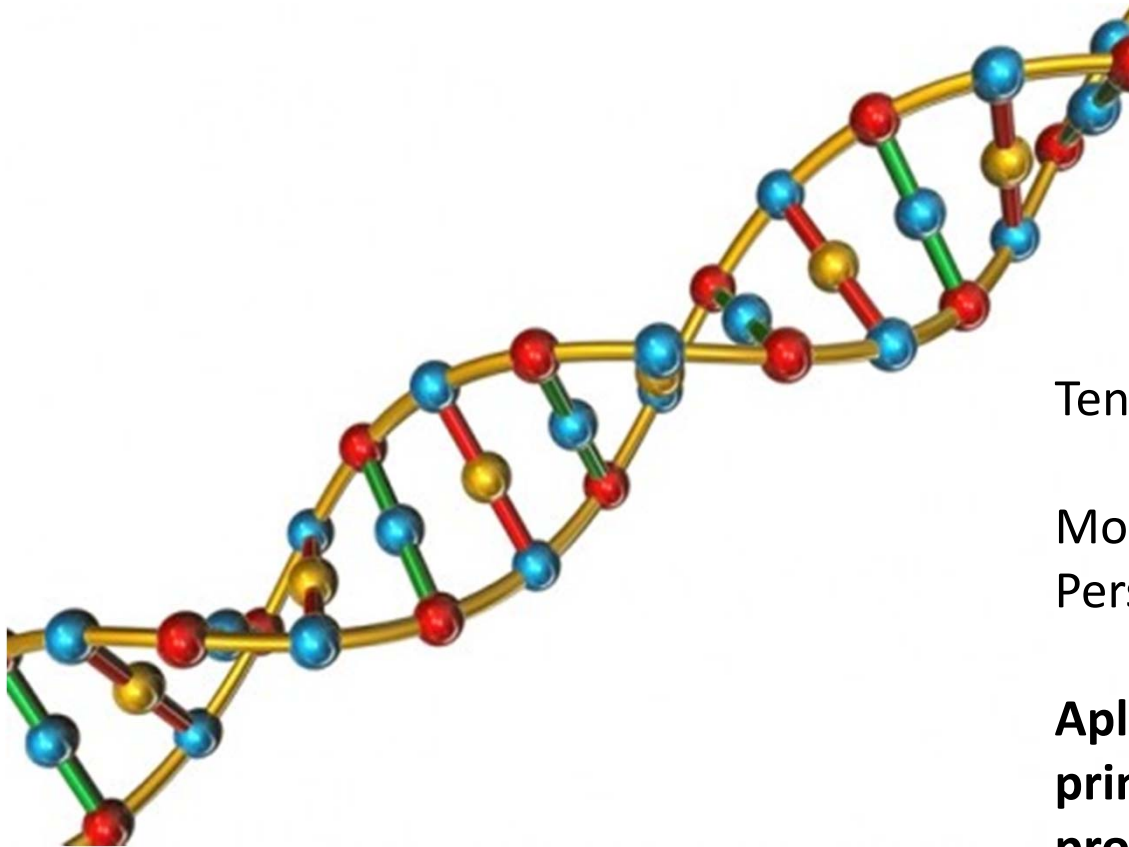
Saludable, SÍ.

i SEGURA?

Què entenem per entitat saludable?



Per què ho volem impulsar?

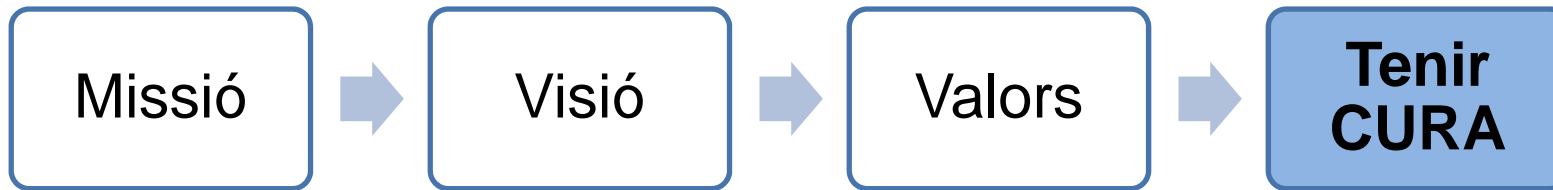


Tenir cura de la persona *atesa*...

Model Atenció Centrada en la
Persona *atesa*...

**Apliquem els mateixos
principis a les persones
professionals?**

Per què ho volem impulsar?



Pla Estratègic 17-20

Línia estratègica: Comptant amb el talent professional

Objectiu estratègic: Tenir cura de les persones

“L’FSM és una institució que té cura de la persona atesa, així com dels seus professionals. Cal garantir que els llocs de treball de l’FSM siguin llocs de treball segurs (estabilitat en la contractació i seguretat i salut del lloc de treball); i **cal potenciar que no només siguin segurs, sinó també saludables (benestar del treball).**”

Comissió d'Entitat Saludable FSM



EQUIP COORDINADOR

- Directora Assitencial Infermera
- Director de Persones
- Cap de Desenvolupament de persones
- Infermera Vigilància de la Salut
- Gustavo Oller
- Coordinador del Servei de Prevenció i Medi Ambient.

GRUP ALIMENTACIÓ SALUDABLE

- Infermera Gestora Hospitalització
- Infermera de Nutrició
- Infermera de Diabetis
- Cap d'Hostaleria



18
professionals
implicats

Reunions
trimestrals

GRUP BENESTAR EMOCIONAL

- Responsable del Servei d'Atenció Espiritual
- Infermer Gestor Diagnòstic per la Imatge.
- Infermera Gestora Salut Mental.
- Infermera Salut Mental.

GRUP FOMENT DE L'ACTIVITAT FÍSICA

- Director d'Infraestructures.
- Infermera Gestora Fisioteràpia.
- Coordinador Servei de Prevenció i Medi Ambient.

GRUP DESHABITUACIÓ TABAC, ALCOHOL I DROGUES

- Infermera Vigilància de la Salut i Hospitalització.
- Metge d'Urgències i Vigilància de la Salut.
- Terapeuta Ocupacional Salut Mental.
- Infermera d'Urgències.



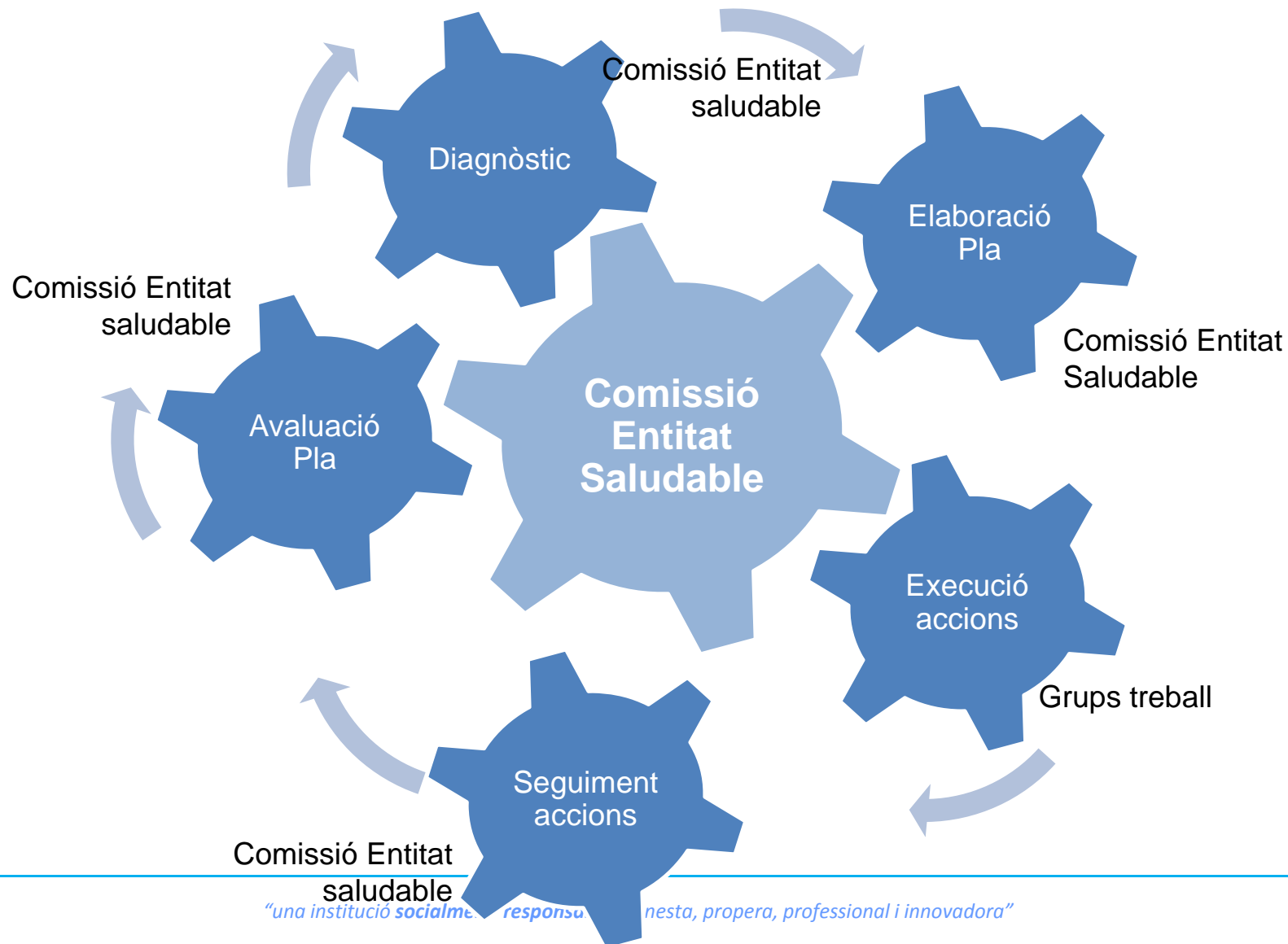
Equip expert i
multidisciplinar

Metodologia de treball

S'aposta per certificant-nos com entitat saludable per AENOR:

- Aporta **metodologia** de treball
- T'obliga a la **millora continua** del sistema
- **Reconeixement** per qui treballa en el projecte





Fase inicial - Diagnòstic

Utilitzem com a **guia** el Canal Salut de l'Agència de Salut Pública

The screenshot shows the 'Canal Salut' website interface. At the top, the browser address bar displays 'canalsalut.gencat.cat/ca/vida-saludable/empresa-saludable/els-programes/'. The website header includes the 'Generalitat de Catalunya' logo and the 'Canal Salut' title. A breadcrumb trail reads 'Inici > Vida saludable > Empresa saludable > Els programes'. Below this, the main heading 'Els programes' is followed by four program tiles: 'Alimentació' (a man eating), 'Activitat física' (a woman exercising), 'Benestar emocional i social' (a woman with a clipboard), and 'Consum de tabac, d'alcohol i altres drogues' (a woman holding a cigarette). The footer is divided into three sections: 'Organismes' with a 'Directe a' list (Telèfon de salut, Cercador de centres, Cercador de centres autoritzats); 'Webs més vistos' (Web del Departament de Salut, Institut Català de la Salut, CatSalut, Donar Sang, Institut Català d'Oncologia); and 'Ajuda' (Mapa web, Accessibilitat). A 'Connecta' section on the right features a social media post from 'salut' about a mental health prevention model in Girona, a search bar for 'Cercador d'organismes', and links for 'Subscripció a butlletins', 'Xarxes socials', 'Serveis mòbils', and 'Búscia contacte'. The Windows taskbar at the bottom shows various application icons and the system clock indicating 18:00 on 15/11/2017.

canalsalut.gencat.cat/ca/vida-saludable/empresa-saludable/els-programes/

Generalitat de Catalunya
gencat.cat

Canal Salut

Inici > Vida saludable > Empresa saludable > Els programes

Els programes

Alimentació

Activitat física

Benestar emocional i social

Consum de tabac, d'alcohol i altres drogues

Organismes

Directe a

- Telèfon de salut: 061 CatSalut Respon
- Cercador de centres
- Cercador de centres autoritzats

Webs més vistos

- Web del Departament de Salut
- Institut Català de la Salut (ICS)
- CatSalut
- Donar Sang
- Institut Català d'Oncologia (ICO)

Ajuda

- Mapa web
- Accessibilitat

Connecta

salut #Sabiesque el model iniciat a #Girona de prevenció comunitària en l'àmbit de la #salutmental és un dels més reconeguts del món?

Cercador d'organismes

Subscripció a butlletins

Xarxes socials

Serveis mòbils

Búscia contacte

ES 18:00 15/11/2017

Fase inicial - Diagnòstic

Programa "Pes saludable" X

canalsalut.gencat.cat/ca/vida-saludable/empresa-saludable/els-programes/alimentacio/programa-pes-saludable/

Generalitat de Catalunya
gencat.cat

Canal Salut

Inici | Salut A-Z | Vida saludable | Sistema de salut | Recerca | Actualitat | Contacte | Professionals

Inici > Vida saludable > Empresa saludable > Els programes > Alimentació > Programa "Pes saludable"

Programa "Pes saludable"

Què és aquest programa i quina n'és la finalitat?

El ritme de vida actual, l'estrès laboral i el sedentarisme en els llocs de treball provoca que molts dels treballadors estiguin massa hores asseguts. Aquest és un dels principals factors de risc que influeix directament en l'increment de pes. Cal tenir molt en compte que el sobrepès i l'obesitat són un dels principals problemes de salut que afecten els països desenvolupats.

Millorar els hàbits alimentaris i incentivar programes per aconseguir un pes adequat entre els treballadors pot ajudar a prevenir moltes malalties relacionades amb l'excés de pes i l'obesitat. La clau per resoldre aquest problema es troba en la promoció de l'activitat física en l'entorn laboral conscienciant sobre els beneficis que suposa practicar-ne i en la potenciació de l'alimentació saludable i la dieta mediterrània. Aquestes accions poden tenir un efecte positiu en la productivitat de l'empresa i el benestar dels treballadors, i contribueixen a la reducció de l'absentisme i també a la satisfacció i actitud positiva dels treballadors.

El programa pretén millorar l'estat de salut dels treballadors, prevenir-ne el sobrepès i l'obesitat, els problemes de salut derivats del sedentarisme, i millorar la qualitat de vida dels treballadors en l'entorn laboral.

El programa consta de tres etapes. La primera es basa en el disseny i la planificació, i es pot realitzar en un període comprès entre les dues setmanes i un mes. La segona etapa conté les accions centrals del programa i té una durada d'entre 3 i 6 mesos. I per últim, l'avaluació i la continuïtat del programa, que es poden desenvolupar durant un any o el temps que l'empresa cregui convenient.



Recomanacions per als treballadors

miércoles, 15 de noviembre de 2017 18:00 15/11/2017

La Comissió realitza el **qüestionari d'autoavaluació** facilitat per l'Agència de Salut Pública

General	Gens d'acord					Molt d'acord				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1 La Direcció i RH estan compromesos i donen suport de forma activa a la política de promoció de la salut en l'entorn laboral, les iniciatives i accions relacionades									4	
2 El personal creu que hi ha relació entre la millora de la seva salut, la productivitat i el desenvolupament associats a les seves accions de promoció de la salut									4	
3 Es gestiona adequadament la prevenció de riscos laborals										5
4 S'informa i es promouen les activitats preventives entre els treballadors com les vacunes, cribatges, consells de salut...									4	
5 S'informa als treballadors de les polítiques i accions de promoció de la salut que es porten a terme								3		
6 Els treballadors participen en la presa de decisions, disseny i desenvolupament de les accions de promoció de salut									4	
7 Es desenvolupen accions en relació a 4 temes prioritaris: alimentació, activitat física, benestar emocional/social i no als tòxics									4	
8 Es proporciona un entorn de treball net i segur										5
9 Es tenen en compte les necessitats de les persones treballadores amb problemes de salut crònics (respiratoris, cardiovasculars, metabòlics, de salut mental)									4	
10 Es facilita als treballadors una adaptació progressiva o el canvi de lloc de treball després de diferents tipus de baixes									4	
11 Es facilita formació continuada als treballadors										5

Pla d'acció desplegat



GRUP ALIMENTACIÓ SALUDABLE	
ACCIÓ	DESCRIPCIÓ
MÀQUINES VÈNDING AMB PRODUCTES SALUDABLES	Canvi proveïdor de vènding per un partner que ofereix productes més saludables. Rètols amb informació sobre propietats dels aliments.
INFORMACIÓ DELS ÀPATS SALUDABLES AL MENJADOR	Indicar els productes més saludables del dia (semàfor).
SENSIBILITZACIÓ	Al canal de comunicació d'Entitat Saludable, sobre productes de temporada i els seus beneficis; dinars de carmanyola, piràmide d'alimentació, etc... així com notícies actualitat a Intranet, Twitter, Instagram i pantalles de TV de CCEE.
ACTIVITATS	<ul style="list-style-type: none">• 28 de Maig: Dia de Nacional de la Nutrició. I concurs amb receptes saludables.

GRUP BENESTAR EMOCIONAL	
ACCIÓ	DESCRIPCIÓ
INFORMACIÓ I SENSIBILITZACIÓ	<ul style="list-style-type: none">• Pop-ups a Intranet, twitter, pantalles de TV CCEE amb missatges positius i vídeos.• Campanya trimestral de difusió a través del canal de comunicació de la Intranet.
ACTIVITATS	<ul style="list-style-type: none">• Sessions presencials de respiració, meditació, de 15min per als diferents serveis (Respira and flow).• Escolta'm (escolta activa, acompanyament).• Mindfulness, introducció al ioga, risoteràpia• Cessió espais per a classes de ioga

GRUP ACTIVITAT FÍSICA	
ACCIÓ	DESCRIPCIÓ
INFORMACIÓ I SENSIBILITZACIÓ	<ul style="list-style-type: none">• Pop-ups a Intranet, twitter, la necessitat de fer estiraments, caminar, pujar i baixar escales, higiene postural.• Campanya trimestral de difusió a través del canal de comunicació de la Intranet.
ACTIVITATS	<ul style="list-style-type: none">• Sessions de reequilibració muscle-esquelètiques dirigides a grups oberts i a aquells professionals que des del Servei de Vigilància de la Salut determini que pugui estar indicat• Caminada popular
FOMENT DE L'ÚS D'ESCALES	Adhesió al Projecte Escales de l'Agència de Salut Pública.
FOMENT DE L'ÚS DE LA BICICLETA	Dotació de pàrkings interns de bicicletes a cada centre.

GRUP DESHABITUACIÓ TABAC, ALCOHOL I DROGUES	
ACCIÓ	DESCRIPCIÓ
INFORMACIÓ I SENSIBILITZACIÓ	<ul style="list-style-type: none">• Campanya trimestral de difusió a través del canal de comunicació de la Intranet.• Guia 0,0 (Gencat), realitzar sensibilització sobre OH i Drogues a la feina.
ACTIVITATS	<ul style="list-style-type: none">• Posar en marxa procediment sobre seguiment alcohol i drogues.• Sessions a les diferents residències, detecció de prevalença de fumadors i actuació.
PREVENCIÓ DEL CONSUM DE TÀBAC	<ul style="list-style-type: none">• Tallers informatius d'una hora.• Taller grupal per deshabituació tabàquica.• Subvenció d'una part del tractament mèdic, per deixar de fumar.

Preguntem abans d'actuar?



Conclusions experiència



Conclusions

- ✓ No començar la casa per la teulada
- ✓ Alineament estratègic per garantir la coherència
- ✓ Projecte transversal, no només de recursos humans
- ✓ Aprofitar el coneixement intern, l'expertesa de la institució
- ✓ Preguntar sobre necessitats i preferències abans de fer accions, i posteriorment medir-ne l'impacte
- ✓ Dificultats pressupostàries



GRÀCIES PER L'ATENCIÓ

FUNDACIÓ SANITÀRIA MOLLET

Ronda dels Pinetons, 8
08100 Mollet del Vallès

Tel: 93 576 03 00

Fax: 93 576 03 06

Email: atencio.usuari@hospitalmollet.cat

<http://www.hospitalmollet.cat/>