

Con el fin de ayudar a las empresas en la tarea de promover entornos saludables Premap ha creado QHealth Empresa Saludable, una nueva forma de gestionar la salud de los trabajadores

## Más de la mitad de los trabajadores tienen sobrepeso u obesidad

Según los reconocimientos médicos realizados durante el año 2015 por [Premap Seguridad y Salud](#) a 820.938 trabajadores de distintos sectores de la economía española, el 54% de los analizados presentaban un [índice de masa corporal \(IMC\)](#) por encima de los parámetros recomendados por la [OMS](#).

Según este estudio de Premap el 38% de los trabajadores tienen sobrepeso y un 16% tienen obesidad, por lo que el 54% de la población trabajadora tiene un IMC por encima de los rangos que recomienda no sobrepasar la OMS. En el año 2010 el porcentaje de trabajadores con sobrepeso u obesidad era del 55%, solo un punto más que en la actualidad, por lo que en estos cinco años no se aprecia una mejora muy significativa en estos parámetros.

Esta ralentización en la disminución de la obesidad y el sobrepeso en el entorno laboral contrastan con la tendencia general de nuestra sociedad a llevar una vida más sana y deportiva por lo menos en sus ámbitos privados. Por ello, y según Antonio Moreno Pimentel, Enfermero del Trabajo, *“las empresas tienen una gran responsabilidad para influir positivamente en esta tendencia, ya que el ámbito laboral es un espacio idóneo para promover los hábitos saludables y así poder incidir sobre factores de riesgo que se pueden controlar como la obesidad, el colesterol, la hipertensión, el sedentarismo o la diabetes”*.

*Según Moreno “la salud es única y un entorno que no promueva hábitos saludables puede generar conductas inadecuadas tales como una nutrición desequilibrada o una baja actividad física y, por tanto, personas con peor salud. En definitiva, trabajadores menos sanos, poco motivados y con una baja productividad”*.

Con el fin de ayudar a las personas a llevar una vida más saludable Premap ha puesto en marcha [QHEALTH EMPRESA SALUDABLE](#), un servicio que ayuda a gestionar en las empresas entornos saludables fomentando una vida más sana, tanto en el lugar de trabajo como en la vida doméstica. Se calcula que por cada euro invertido por las empresas en la promoción de la salud se obtiene un retorno de 4,80€ en términos de ahorros de costes y aumento de la productividad.

QHealth Empresa Saludable aborda cuestiones nutricionales, osteomusculares, cardiovasculares o de salud emocional, teniendo todos estos factores un eje común: la motivación necesaria para romper con malos hábitos adquiridos y adoptar una actitud positiva frente a los nuevos retos.

### Más de la mitad de las trabajadoras están en su peso, por solo un tercio de los hombres

Según este estudio las mujeres cuidan más su salud y presentan menores tasas de sobrepeso y obesidad que los hombres: el 58% de la población laboral femenina está en lo que se considera normopeso, porcentaje que en los hombres es del 35%. En cuanto al porcentaje de obesos, en los

hombres se da en el 18,5% de la población trabajadora, por solo en el 12,5% de las mujeres. Y en cuanto al sobrepeso, afecta aun 44% de los trabajadores masculinos por un 26% de las mujeres. Para el Dr. José Manuel Gómez López, Director de Medicina del Trabajo de Premap *“cada vez más organizaciones fomentan entre sus trabajadores llevar una vida saludable con campañas en las que se recomiendan hábitos como la práctica del deporte, comer de forma sana o programas para acabar con la adicción al alcohol y/o al tabaco. Nosotros hemos dado un paso más y hemos puesto en marcha Q HEALTH, un servicio con el que las empresas ayudan a sus trabajadores a gestionar mejor su salud con estrategias y programas que mejoran la calidad de vida y la satisfacción de las personas en su entorno laboral; se puede estar trabajando y a la vez cuidando nuestra salud”*.

### **Andalucía, Castilla La Mancha y Extremadura, las CCAA con los trabajadores más obesos; Madrid, Baleares y País Vasco los que mejor cuidan su peso**

Según el estudio el 19% de los trabajadores de Andalucía, Castilla La Mancha y Extremadura presentan obesidad de grado, lo que se considera cuando el índice de Masa Corporal (IMC) es igual o superior a 30.

Por el contrario las comunidades en las que la población laboral tiene un mayor porcentaje de personas con un peso considerado adecuado son Madrid (46%), Baleares (47%) y el País Vasco (48%). Precisamente esta comunidad es la que menos porcentaje de trabajadores con sobrepeso tiene (35%) en oposición a Galicia y Extremadura, comunidades con la mayor proporción de obesos y personas con sobrepeso en el entorno laboral.

#### **FICHA DEL ESTUDIO**

Este estudio se ha realizado entre una muestra de 820.938 trabajadores en activo, con una edad comprendida entre 18 y 65 años, procedentes de distintos lugares de España y de todos los sectores económicos, a quienes se les han realizado los reconocimientos médicos laborales con objeto de controlar y prevenir los riesgos para su salud que puede tener el desempeño de sus actividades laborales. El 65% de quienes se sometieron a reconocimientos eran hombres y el 35%, mujeres.

***Nota para el editor:*** Premap Seguridad y Salud es la empresa líder del sector de prevención de riesgos laborales en España. El principal objetivo de la empresa es ayudar a sus clientes a crear puestos y lugares de trabajo seguros y saludables, reduciendo así los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales. La compañía cuenta con 2.190 empleados, 246 centros de prestación de servicios desde los que se atiende a 2.100.000 trabajadores.

**PARA MÁS INFORMACIÓN:**

**GOODWILL COMUNICACIÓN** Javier Herreros 91 576 82 20 - 626 20 73 22  
**PREMAP SEGURIDAD Y SALUD** María Moreno 91 621 50 13 – 607 691 552