

Nuestra razón de ser

Un objetivo

Disminuir la incidencia de las enfermedades cardiovasculares entre los trabajadores, ayudando a las empresas en la implantación de las diferentes etapas del Programa.

Muchos beneficios

Para la empresa:

- disminuye el **absentismo laboral**, con el consiguiente ahorro en costes laborales e incremento de la productividad.
- aumenta el **grado de fidelidad** de los trabajadores, que valoran positivamente que la empresa se preocupe por su salud.
- fortalece la **imagen de empresa**, al transmitir su interés por la salud de su colectivo laboral.

Para los trabajadores:

- **disminuye el riesgo** de padecer una enfermedad cardiovascular.
- mejora su **calidad de vida**.

El Programa de Empresas Cardiosaludables responde a la razón de ser de la FEC que le permite cumplir con sus fines fundacionales de prevención de la enfermedad cardiovascular y de prevención de la enfermedad en la empresa.

Fundación Española del Corazón Secretaría Técnica del Programa de Empresas Cardiosaludables

Calle de Nuestra Señora de Guadalupe, 5 y 7
28028 - Madrid
Teléfono: 917242370
<http://www.fundaciondelcorazon.com/>
info@pecs.fundaciondelcorazon.com



PECS

PROGRAMA EMPRESAS
CARDIOSALUDABLES



Una iniciativa pionera en España

El contexto

Las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de mortalidad en España, superando al cáncer o a las enfermedades respiratorias. Afectan a hombres y mujeres por igual y a menudo suponen una disminución drástica en la calidad de vida del enfermo.

La empresa

En el ámbito empresarial, las enfermedades cardiovasculares son causa de absentismo laboral y de una menor productividad, factores que conducen a una disminución de los beneficios. Muchas empresas carecen de un programa de salud de carácter preventivo especializado en patologías cardiovasculares y centrado en el mundo empresarial.

El Programa

La Fundación Española del Corazón (FEC) en colaboración con la Sociedad Española de Medicina y Seguridad del Trabajo (SEMST) lanza el Programa de Empresas Cardiosaludables (PECS), para disminuir la incidencia de las enfermedades cardiovasculares entre sus trabajadores.

El Comité Científico del PECS es un órgano independiente que establece los criterios objetivos de evaluación y ofrece recomendaciones personalizadas para cada empresa en función de su situación inicial.



El Programa por dentro

Áreas de actuación

El PECS se centra en cinco grandes áreas:

- Actividad física
- Nutrición
- Tabaquismo
- Estrés laboral
- Factores de riesgo cardiovascular (colesterol, hipertensión, obesidad, diabetes)

Herramientas de aplicación

- Para tratar específicamente cada uno de estos ámbitos se ha desarrollado un **kit de área**, de carácter didáctico, para ayudar al médico de empresa a difundir su contenido entre los trabajadores.

El Programa ofrece asesoramiento sobre la mejora de los aspectos sanitarios, las medidas que deben tomarse para informar y formar al trabajador y las actividades que hay que desarrollar para que el Programa tenga éxito.

Implementación paso a paso

El cuestionario

Su misión es ayudar al comité del PECS a evaluar la salud laboral de la empresa interesada en adherirse al Programa, desde el punto de vista cardiovascular y con respecto a las cinco áreas de actuación. Dependiendo del resultado obtenido en el análisis de sus datos, la empresa recibirá una calificación que puede oscilar entre uno y cinco corazones.

Las herramientas

A partir de este momento, la empresa recibirá el material necesario para la puesta en marcha del Programa y las indicaciones para su correcto seguimiento.

La acreditación

La empresa recibirá un distintivo de su adherencia al PECS que podrá exhibir en los canales y medios de comunicación que considere oportunos. La acreditación obtenida tendrá una vigencia de dos años desde el momento de su concesión.

Las etapas

- **En una primera etapa**, se evalúa la salud laboral de la empresa y se le otorga una calificación de entre uno y tres corazones.
- **En una segunda etapa**, la empresa puede alcanzar hasta cinco corazones, demostrando que el Programa ha cumplido sus objetivos al disminuir la incidencia de enfermedades cardiovasculares y el absentismo laboral a la par que aumenta la productividad de la empresa.



El canon anual de pertenencia al PECS se establece en función del número de trabajadores y de los centros en donde se implemente el programa.

