



Master en Gestión de Empresas Saludables

Salud, Seguridad y Bienestar



Instituto de
Seguridad y
Bienestar Laboral

Máster

GESTIÓN DE EMPRESAS SALUDABLES

La **gestión de empresas saludables** es un tema cada vez más **relevante** y **esencial** tanto para la **sociedad** como para las **organizaciones**. Las **condiciones laborales**, junto con los **retos** y **presiones** que enfrentan los **trabajadores**, pueden afectar su **salud física** y **mental**, así como su **bienestar general**. Por ello, es fundamental que las organizaciones implementen **políticas** y **programas** que promuevan un **entorno de trabajo saludable** y **seguro**.

La creación de **entornos de trabajo saludables** no solo mejora la **productividad** y el **desempeño laboral**, sino que también incrementa la **satisfacción** y **compromiso** de los empleados. Esto implica desarrollar una **cultura organizacional** que apoye el **bienestar integral** de las personas, promoviendo **hábitos saludables**, **espacios adecuados** y programas de **apoyo** tanto **emocional** como **físico**.

El **máster** está diseñado para explorar diferentes **estrategias**, **políticas** y **programas** que aborden el **bienestar integral** en el entorno laboral. A través de una combinación de **teoría** y **práctica**, los participantes aprenderán sobre las **mejores prácticas** en la identificación, **prevención** y **promoción de la salud** en el trabajo.

Al finalizar, los **participantes** contarán con las **herramientas** y **conocimientos** necesarios para implementar **políticas efectivas**, fomentar el **compromiso organizacional** y contribuir a una **cultura laboral positiva** que apoye el bienestar y la **salud** de los empleados en todas sus dimensiones.



Máster

GESTIÓN DE EMPRESAS SALUDABLES – OBJETIVOS -

- **Proporcionar una comprensión profunda** de la relación entre el **bienestar integral** de los empleados y la **productividad** en las empresas, y cómo un entorno de trabajo saludable contribuye a mejorar ambos aspectos.
- **Desarrollar habilidades y conocimientos** en la **gestión y promoción de entornos laborales saludables**, incluyendo la **identificación de factores de riesgo** y la **implementación de programas de bienestar** que aborden tanto la salud física como emocional de los trabajadores.
- **Capacitar a los estudiantes** para que se conviertan en **líderes y defensores del bienestar** en sus organizaciones, promoviendo una **cultura de apoyo** que fomente prácticas saludables y el cuidado del entorno laboral.
- **Proporcionar una comprensión** de las **políticas y prácticas clave** para fomentar un lugar de trabajo saludable, abarcando temas como **flexibilidad laboral, programas de actividad física, nutrición y bienestar general** para el beneficio de todos los empleados.
- **Desarrollar habilidades de investigación y análisis** para que los estudiantes puedan **evaluar la efectividad** de las políticas de bienestar en el lugar de trabajo y llevar a cabo **iniciativas innovadoras** que contribuyan a una cultura de salud organizacional.



Máster

GESTIÓN DE EMPRESAS SALUDABLES – DESTINATARIOS -

El **Máster en Gestión de Empresas Saludables** está dirigido a **profesionales y directivos** de diversas áreas que deseen impulsar el **bienestar integral** en sus organizaciones y crear entornos laborales que promuevan la **salud física, el equilibrio emocional** y la **satisfacción** de sus empleados. Este programa es ideal para aquellos interesados en adquirir conocimientos avanzados en **políticas de bienestar corporativo** y en desarrollar **estrategias efectivas** que aumenten la **productividad** y mejoren el **clima organizacional**.

Está especialmente recomendado para:

- **Responsables de Recursos Humanos** que busquen implementar programas de bienestar y prácticas saludables en el entorno laboral.
- **Directores de operaciones y gerentes** interesados en mejorar la **sostenibilidad** y el **compromiso de los empleados** mediante políticas de bienestar.
- **Consultores y asesores empresariales** que deseen especializarse en **estrategias de salud corporativa** y ofrecer soluciones innovadoras a sus clientes.
- **Profesionales de la salud y seguridad laboral** que deseen ampliar sus competencias en **gestión del bienestar** dentro de la empresa.
- **Líderes y gestores** de equipos que busquen fortalecer sus habilidades para promover una cultura organizacional saludable y de apoyo.



Máster

EN GESTIÓN DE EMPRESAS SALUDABLES

Estrategia y Modelos de Empresa Saludable	• M1
Riesgos Psicosociales	• M2
Liderazgo Saludable	• M3
Promoción de la Salud	• M4
Equidad, Diversidad y Conciliación	• M5
Total Worker Health	• M6
Gestión de la Edad	• M7
Gestión Emocional - Inteligencia Saludable	• M8
Gestión Emocional - Comunicación Saludable	• M9
Felicidad	• M10
Pymes saludables	• M11
Costes en la salud de la empresa	• M12
RSC/ODS Empresa Saludable	• M13
Bienestar Laboral y Engagement	• M14
Experiencias Reales de Empresas, Trabajos Fin de Máster	



Modalidad 100% online

400

horas, incluye 50 h
clases online en directo

OBJETIVOS DEL MÓDULO



Conocer los diferentes modelos de empresa saludable y enmarcarlos en la estrategia empresarial

CONTENIDO DEL MÓDULO



- La necesidad de gestionar la salud en las organizaciones.
- Los modelos: Plan PRL, OMS, Sistemas de Gestión Normalizados, Distintivo de Empresa Saludable.
- Estrategia para integrar la empresa saludable en la organización.
- El enfoque hacia la mejora.
- Los indicadores y/o resultados.
- Pasos a seguir para desarrollar un sistema de empresa saludable.

Modalidad



M1

Estrategia y Modelos de Empresa Saludable

OBJETIVOS DEL MÓDULO



Conocer cada uno de los riesgos psicosociales que se pueden dar en la empresa así como la forma de actuación inmediata ante las distintas situaciones de riesgo psicosocial. Saber detectar las distintas implicaciones que tiene cada uno de los riesgos psicosociales en la salud física y psíquica del trabajador. Conocer las responsabilidades de la empresa ante los riesgos psicosociales frente a la inspección de trabajo así como conocer la metodología para la realización de evaluaciones de riesgos psicosociales.

CONTENIDO DEL MÓDULO



- ¿Qué son los riesgos y los factores psicosociales?
- ¿Por qué es importante gestionar los riesgos psicosociales en el modelo de empresa saludable?
- ¿Cuáles son los principales riesgos psicosociales?
- Fatiga de los trabajadores derivada de la ordenación del tiempo de trabajo.
- Estrés laboral y burnout.
- Acoso laboral y sexual en el trabajo.
- Tecnoestrés.
- ¿Cómo podemos detectar los aspectos que pueden provocar riesgos psicosociales?
- ¿Qué medidas debemos desarrollar para eliminar y controlar los riesgos psicosociales y generar entornos saludables?

Modalidad



M2

Riesgos Psicosociales



OBJETIVOS DEL MÓDULO



Conocer las diferentes teorías sobre el liderazgo, su aportación y aplicación al mundo empresarial. Analizar el impacto del liderazgo ejercido por parte de la dirección y la participación de los empleados en la seguridad, en la salud y en el bienestar laboral. Revisar las vías por las que la dirección puede implicarse en la prevención. Conocer las características y los elementos claves de una cultura preventiva así como Explorar cuales son sus valores clave. conocer como funciona y se puede mejorar la cultura preventiva. Analizar como debe ser la participación de los trabajadores. Vislumbrar que es la inteligencia emocional y como se puede desarrollar.

CONTENIDO DEL MÓDULO



- La importancia de un buen liderazgo.
- Teoría del rasgo.
- Teorías basadas en el comportamiento.
- Teoría del liderazgo por contingencia.
- Liderazgo relacional.
- Compromiso y liderazgo como principios fundamentales en la salud y seguridad en el trabajo.
- Hacia una cultura de la seguridad y salud en el trabajo.
- Estilos de liderazgo en la prevención de riesgos laborales.
- La seguridad y el compromiso.
- Beneficios del compromiso y liderazgo en prevención de riesgos laborales.
- Habilidades de liderazgo en la prevención de riesgos laborales.
- Inteligencia emocional y liderazgo.

Modalidad



M3

Liderazgo Saludable



OBJETIVOS DEL MÓDULO



Conocer la importancia y beneficios a nivel personal y laboral, de la promoción de la salud en el lugar de trabajo. Cómo actuar en consecuencia desde nuestro puesto y función.

CONTENIDO DEL MÓDULO



- Introducción. ¿Qué es salud? ¿Qué es la promoción de la salud según las autoridades sanitarias?
- El lugar de trabajo como medio para la promoción de la salud. Características y potencialidades. Agentes internos y externos implicados.
- Promoción de la salud basada en la evidencia.
- Motivación. Cambio de hábitos y modificación de comportamiento. Herramientas tecnológicas.
- Elaboración de un programa de promoción de la salud en el lugar de trabajo:
 - | Fase inicial
 - | Evaluación de necesidades
 - | Planificación del programa
 - | Implementación
 - | Evaluación y consolidación.
- Promoción de salud psíquica. Estrés, depresión, ansiedad, adicciones, acoso.
- Promoción de salud física. Alimentación, actividad física
- El ejemplo del vending saludable.

Modalidad



M4

Promoción de la Salud



OBJETIVOS DEL MÓDULO



Concienciar sobre la importancia y las ventajas de gestionar la conciliación. Dar a conocer las técnicas más eficientes, así como los métodos de puesta en práctica y su adecuación a objetivos específicos. Ayudar a la reflexión para que las y los participantes gestionen confiando en las personas a su cargo y favoreciendo que éstas consigan equilibrar sus vidas. Conocer buenas prácticas de Empresas comprometidas con el bienestar y la salud de las personas de la organización.

CONTENIDO DEL MÓDULO



- Tipo de Liderazgo en la Empresa Saludable.
- Modelo EFR para la Gestión de la Conciliación. Requisitos para ser Empresa Familiarmente Responsable EFR.
- Flexibilidad Organizativa, innovación en las Relaciones Laborales.
- Impacto de la Gestión de la Conciliación en la Salud y Bienestar de las personas y de las organizaciones.
- Catálogo de medidas de Salud y Bienestar .
- Seguimiento del grado de Satisfacción de las personas y detección de los Riesgos Psicosociales.
- Buenas prácticas de Conciliación y Bienestar entre las entidades efr Empresas Familiarmente Responsables.

Modalidad



M5

Equidad, diversidad y conciliación como herramientas para la gestión



OBJETIVOS DEL MÓDULO



Desarrollar y conocer el concepto de salud integral. conocer las políticas, programas y prácticas de total Worker Health que integran la protección frente a riesgos para la salud de origen laboral con la promoción de acciones que además de prevenir lesiones y enfermedades, aumenten el bienestar del trabajador. Se trata de actuar en problemas de salud que anteriormente no se asociaban a las condiciones de trabajo, en los que hoy hay evidencia de la relación existente entre ambos así como de actuar en enfermedades que aunque no estén directamente producidas por el trabajo, sí que las condiciones en las que este se desarrolla las afectan negativamente.

CONTENIDO DEL MÓDULO



- Prevención, promoción y bienestar y su relación con la productividad laboral.
- Prevención de riesgos para la salud laborales y no laborales.
- Control de riesgos y exposiciones. (Químicos, físicos, biológicos y psicosociales).
- Organización de trabajo (Turnicidad, flexibilidad, descansos).
- Medioambiente (Calidad de aire, ruido, seguridad accesos, alimentación adecuada).
- Diversidad trabajadores (Especialmente sensibles, discapacitados, retorno al trabajo, enfermedades crónicas, edad avanzada).
- Modelo de integración prevención de riesgos laborales y promoción de la salud.

Modalidad



M6

Total Worker Health



HEAL

OBJETIVOS DEL MÓDULO



Cómo enfrentarse al reto de gestionar la diversidad y la edad en la empresa. Aprender a desarrollar un proyecto de gestión de la edad en la organización. Obtener información acerca de las mejores prácticas que se están llevando a cabo tanto en Europa como en España con respecto a la gestión de la edad y la diversidad. Incorporar en la empresa aquellas herramientas que podrán facilitar la gestión de la edad de sus trabajadores.

CONTENIDO DEL MÓDULO



- Un reto de proporciones históricas: el aumento de la edad media en las organizaciones:
 - | Algo está cambiando.
 - | ¿Cómo se percibe el cambio?
 - | ¿Qué se está haciendo en la actualidad para gestionar la edad en Europa y en España?
 - | ¿Qué significa el envejecimiento activo y la solidaridad intergeneracional?
 - | Las reformas legales del sistema de jubilación en España.
- La gestión de la edad como compromiso de las organizaciones:
 - | La imagen del mayor en el ámbito laboral. Estereotipos.
 - | ¿Qué es la gestión de la edad?
 - | Objetivos y beneficios de la gestión de la edad.
 - | Propuestas para la gestión de la edad en las empresas.
 - | La protección de los derechos fundamentales de las personas mayores en el trabajo.

Modalidad



M7

Gestión de la Edad

- Proyecto la gestión de la edad:
 - | Autodiagnóstico de la realidad de la organización.
 - | Actuaciones en la gestión de la edad.
 - | Plantillas intergeneracionales: ¿Están preparadas las empresas?
 - | Factores de éxito para que prospere el proyecto de la gestión de la edad en la empresa.
- Instrumentos para un envejecimiento saludable en la empresa:
 - | Análisis de la estructura de la edad.
 - | Lista de verificación.
 - | Índice de capacidad laboral.
 - | Talleres hacia una jubilación saludable.
 - | Política de PRL en el ámbito de los mayores de 55 años.
- Buenas prácticas: desarrollo de estrategias integradoras y holísticas.

OBJETIVOS DEL MÓDULO



Adquirir los conocimientos y el entrenamiento básico en el ámbito de la inteligencia emocional para que el profesional de PRL sepa cómo aplicarla a sí mismo y/o transferirla correctamente como recurso preventivo dentro de una organización.

CONTENIDO DEL MÓDULO



- Introducción a la inteligencia emocional: mitos y verdades.
- Fisiología motivación, emoción y razón. ¿cómo interactúan?.
- Modelo científico más apoyado por la comunidad.
- Mapeado de emociones: impacto en el cuerpo, mente y conducta.
- Ejercicios de comprensión, autorreflexión y puesta en común.
- Percepción emocional. Autorreflexión y autoconocimiento.
- Reconocimiento del auto-perfil emocional. Áreas de mejora.
- Dinámica, autorreflexión y puesta en común.
- Uso y comprensión emocional: impacto en bienestar y desempeño.
- Cómo entrenar la empatía y la expresión emocional asertiva.
- Role playing, autorreflexión y puesta en común.
- Regulación emocional: “la joya de la corona”.
- Generar y mantener estados emocionales alineados con objetivos.
- Emociones colectivas. Función y gestión en la organización.
- Instrumentos de medición validados.
- Ejercicios, casos prácticos, autorreflexión y puesta en común.
- Racionalidad Vs Emocionalidad.
- Consciencia y piloto automático: características distintivas clave.

Modalidad



M8 Inteligencia Saludable

M9 Comunicación Saludable

- Características básicas del comunicador inteligente.
- Actitudinales.
- Habilidades de escucha.
- Manejo de verbalizaciones.
- Detectar y manejar sesgos, esquemas y paradigmas del interlocutor.
- La influencia del contexto adecuado. Cómo inducirlo.
- Uso de preguntas.
- Uso de silencios.
- Reactividad verbal.
- Diferenciar entre la letra y la música de nuestro mensaje.
- La coherencia entre el mensaje y el mensajero.
- Análisis de casos prácticos.
- Ejercicios de role playing.
- Cuestionario de aprovechamiento.

OBJETIVOS DEL MÓDULO



Aprender a entrenar la Felicidad personal y a conseguir que la Organización cuente con personas más sanas y saludables.

La Felicidad es ya una realidad en las mejores Organizaciones Empresariales del Mundo.

CONTENIDO DEL MÓDULO



- El concepto científico de Felicidad.
- Cerebro y felicidad.
- Beneficios de la felicidad.
- Salud consciente y felicidad.
- ¿Cómo se entrena la felicidad?
- Plan de acción personal para la felicidad.
- Felicidad para la gestión de las organizaciones.

Modalidad



M10

Felicidad en el Trabajo

OBJETIVOS DEL MÓDULO



Analizar las debilidades y fortalezas de las Pymes en la gestión de la Seguridad y Salud para comprender cómo adaptar los modelos de empresa saludable a esta tipología de empresas. Conocer los elementos del modelo de empresa saludable y su aplicabilidad en la Pyme adquiriendo los conocimientos necesarios para su implementación Y Conocer casos de éxito.

CONTENIDO DEL MÓDULO



- Caracterización de las Pymes.
- La gestión de la Seguridad y Salud en la Pyme. Debilidades y fortalezas de la gestión de la Seguridad y Salud en la Pyme.
- El modelo de empresa saludable aplicado a la Pyme:
 - | Fundamentos.
 - | Beneficios.
- De la Pyme segura a la Pyme saludable:
 - | Entorno físico.
 - | Entorno psicosocial.
 - | Participación y comunicación.
 - | Promoción de la salud.
 - | Conciliación.
 - | Gestión del absentismo.
 - | Participación de la empresa en su comunidad.
- Establecimiento de alianzas para favorecer una Pyme saludable:
 - | Servicios de Prevención Ajenos.
 - | Organizaciones empresariales y sindicales.
 - | Administración.
- Buenas prácticas en Pymes. Casos de éxito.

Modalidad



M11

Pymes Saludables



OBJETIVOS DEL MÓDULO



iniciar a los asistentes en la integración del cálculo de costes de la accidentalidad en la gestión de la salud habitual en la organización, para determinar el análisis coste-beneficio asociado.

CONTENIDO DEL MÓDULO



- Los costes de la no salud.
- Integración del cálculo de costes en la gestión de la salud.
- Métodos cálculo de costes.
- Indicadores.
- Coste del absentismo para las empresas.

Modalidad



M12

Integración del cálculo de costes en la salud de la empresa

OBJETIVOS DEL MÓDULO



Conocer las bases de la RSC y su relación con la gestión de la salud laboral.

Interiorizar y analizar los ODS en la salud laboral de las empresas

CONTENIDO DEL MÓDULO



- Bienestar Laboral
- La resiliencia qué es y porque debemos desarrollarla
- RSC, seguridad y salud laboral
- La salud laboral en los sistemas y modelos de la RSC

Modalidad



M13

RSC/ODS Empresa Saludable



OBJETIVOS DEL MÓDULO



Interiorizar el bienestar laboral como herramienta de desarrollo personal

Entender y desarrollar el engagement en la empresa

CONTENIDO DEL MÓDULO



- Visión actual del modelo RSC
- Los ODS, Agenda 2030
- ¿Qué es el engagement?
- Engagement y productividad
- ¿Por qué son importantes los trabajadores engaged?
- Claves para generar engagement

Modalidad



M14

Bienestar Laboral y Engagement



Equipo docente

 • PhD. Agustín Sánchez-Toledo Ledesma	Ingeniero Director Instituto Seguridad y Bienestar Laboral Director del Máster en Gestión de Empresas Saludables
 • D. Juan Pedro Sánchez	Psicólogo Director Área Bienestar Instituto Seguridad y Bienestar Laboral
 • D ^a Rita González Fernández	Psicólogo Directora Área Psicosocial Instituto de Seguridad y Bienestar Laboral
 • Dra. Leyre de la Peña Perea	Especialista en Medicina del Trabajo - Coordinadora Sanitaria Universidad Corporativa Asepeyo
 • D ^a Natalia Fernández Laviada	Licenciada en Derecho Sub. Gral. de Prevención, Calidad y Comunicación Fraternidad Muprespa
 • D. Jorge Sánchez	Diplomado Dirección de Empresas Responsable Administración MC Mutual
 • D ^a María Jesús Farrona	Especialista en Promoción de la Salud UCLM
 • PhD. Carlos Salas Ollé	Especialista en Medicina del Trabajo Responsable de Seguridad y Salud de Tusgsal
 • Dr. Guillermo Soriano Tarín	Especialista en Medicina del Trabajo Coordinador del área de Medicina del Trabajo & Wellness by Work en SGS
 • D. Joseba Calvo Larrondo	Servicio Médico Autoridad Portuaria de Bilbao



Razones para realizar el máster en gestión de empresas saludables

Empresas que ya se han formado con nosotros: Abanca, Geseme, Formagrupo, Cuatrecasas, Asepeyo, Ibermutuamur, Iberostar, Isdefe, SGS, Seguros SantaLucia, Cruz Roja, Carglass, EDP, Junta de Andalucía, Learnwus, E-coordina, Prevensal, Mapfre, Merck Group, LVMH Iberia, Athlon, Universidad de Sevilla, Liberty Seguros, Repsol, Cinesa, Noatum Maritime, Grupo Pantoja, Egarsat, Tecnatom, ...

1

Un plus a tus conocimientos

2

Un paso más en tu carrera profesional

3

Mejorar la competitividad en el campo de las empresas saludables

4

Mejorar y reforzar conocimientos y actualización en el campo de las empresas saludables

5

Generar una red de contactos en el ámbito de las empresas saludables

6

Certificado emitido por el Instituto de Seguridad y Bienestar Laboral

7

Más de 500 profesionales ya han confiado en nosotros

Calendario, certificados y precios



Calendario de impartición
6 meses



Online
Clases online en directo
Horario España 16:00 / 18:00



Imparte
Instituto de Seguridad y Bienestar Laboral



Certificado



Instituto de
Seguridad y
Bienestar Laboral



Precios según modalidad

Precio Master Completo
Online:
1.500 euros



Precio Máster
In Company:
consultar



España | Córdoba

Mexico | México DF

Ecuador | Quito

Perú | Lima



Instituto de Seguridad y Bienestar Laboral



www.isbl.eu



info@isbl.eu



(+34) 608 145 186
(+34) 957 896 633

¿A qué estás esperando para reservar tu plaza?

 info@isbl.eu

 +34 957 896 633  +34 608 145 186

La salud no lo es todo, pero sin ella todo lo demás es nada