



NOVEDADES

Campaña "Trabajos saludable 2018-2019"



La campaña de la Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo de 2018-2019 estará dedicada a las sustancias peligrosas con el fin de aumentar la sensibilización y promover una cultura de la prevención en los lugares de trabajo de toda la UE, y además centrará la atención en grupos específicos de trabajadores.

Nuevo servicio de implementación de sistemas de gestión

La calidad no es hacer bien las cosas a la primera, sino gestionar con vocación de mejora continua. La excelencia no es un objetivo, sino una manera de hacer camino. Las **buenas prácticas en una empresa siempre pasan por planificar, ordenar e implantar mecanismos de control y de mejora**. Tenemos un abanico de servicios para conseguir una empresa **más robusta, mejor estructurada y más eficiente**.

- **CAE.** Plataforma de coordinación de actividades empresariales.
- **Sistemas de gestión.** Implantar un sistema de gestión certificable tiene ventajas claras: aplicar el ciclo de mejora continua (planificar, ejecutar, controlar y mejorar), optimizar y agilizar los procesos internos de la organización y obtener un reconocimiento externo en forma de certificado:
 - Calidad: **ISO 9001**
 - Prevención de riesgos laborales: **ISO 45001 (OHSAS 18001)**
 - Seguridad alimentaria: **IFS, BRC e ISO 22000, GLOBALGAP, FOOD DEFENSE**
 - Excelencia: **Modelo EFQM**

CONSEJOS

10 consejos para minimizar el síndrome postvacacional

El síndrome postvacacional, también conocido como depresión postvacacional, es un término muy conocido que hace referencia al proceso de estrés que sufrimos después del periodo de vacaciones al tener que readaptarnos a nuestras obligaciones diarias, ya sean familiares, laborales o de estudio.



El "**mejor remedio es la prevención**". Intentar minimizar o prevenir estos síntomas puede ser mucho más sencillo si se sigue una serie de consejos para llevar mejor "la vuelta al trabajo":

1. Programa tu vuelta con un tiempo prudencial. Si es posible, empieza el trabajo a mitad de semana, para reducir el impacto psicológico de la vuelta.
2. Organiza tus actividades laborales progresivamente. Analiza los trabajos que tienes pendientes y prioriza las más urgentes.
3. Propón objetivos concretos. La implicación aumenta la motivación laboral.

4. Respeta las horas del sueño. Adapta tus ritmos de sueño a la normalidad.
5. Modera el consumo de alcohol y cafeína. El alcohol es un depresor del sistema nervioso, por lo que agudiza la apatía, la depresión y la astenia. Por otra parte, la cafeína agudiza el estrés.
6. Organiza tu tiempo y diviértete. Dedicale tiempo a ti.
7. Realiza deporte. Te permitirá reducir el estrés aumentando endorfinas, las proteínas responsables de la felicidad.
8. Pon límites y aprende a decir que no. Cada cosa a su tiempo.
9. Piensa en positivo. ¡Quedan más días festivos!
10. Ten paciencia. El síndrome postvacacional es pasajero, solo se resuelve con actitud y tiempo.



EL TÉCNICO comenta...

¿Puede ser el estrés causa de un accidente de trabajo?

Las autoridades europeas consideran el estrés uno de los mayores problemas en el trabajo, siendo el infarto uno de los accidentes más comunes relacionados con este mal.

Según las últimas cifras disponibles en la página web del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, durante el 2016 se produjeron 555.722 accidentes de trabajo, de los cuales 480.051 causaron baja durante la jornada de trabajo y 75.671 lo hicieron "in itinere".

Entre enero y mayo de 2017, se produjeron 237.570 accidentes. De entre las múltiples causas que provocan estos accidentes, hay una que es especialmente controvertida, por la dificultad de establecer el nexo entre el estrés como causa y la enfermedad como consecuencia. La Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo considera el estrés laboral como uno de los mayores problemas en el trabajo, estrés que se manifiesta cuando los trabajadores no pueden hacer frente a las elevadas exigencias de su labor diaria por falta de capacidad.

Entre las principales consecuencias está la aparición de enfermedades cardiovasculares o musculoesqueléticas, entre otras, por la exposición prolongada a esta situación.

El estrés como accidente de trabajo. Uno de los accidentes de trabajo más comunes debidos al estrés es el infarto de miocardio.

El primer caso conocido en España en el que se determinó que el estrés había causado el accidente de trabajo fue tramitado por el Juzgado de lo Contencioso número 5 de Granada, que condenó al Sistema Andaluz de Salud a reconocer la incapacidad permanente de un médico que sufrió un infarto debido al estrés sufrido durante su turno de consultas al no funcionar el programa informático de procesamiento de citas y expedientes.

El juez aceptó los argumentos esgrimidos por el médico y sus compañeros, que testificaron sobre la existencia del problema informático, rechazando que existiera una enfermedad previa y ajena al trabajo.

Fuente: "El País"

Próximamente, NUEVA WEB PREVINTEGRAL



Tras un intenso trabajo y muchos esfuerzos por parte de todo nuestro equipo técnico, asesores, diseñadores e informáticos, finalmente estamos llegando al final de este gran proyecto.

Durante las próximas semanas presentaremos la nueva web de **PrevinTEGRALGroup**: www.previnTEGRAL.com. Esta web no es tan solo más visual, práctica y funcional, sino que hemos actualizado y revisado todos los contenidos relacionados con la prevención y, sobre todo, la gran aportación será facilitar en todo momento la documentación que se pueda necesitar. Nuestra web será el portal de respuesta inmediata de PrevinTEGRALGroup.

Nuevo servicio de estrategia empresarial



PrevinTEGRAL Group crea un nuevo servicio fruto de la reflexión estratégica.

¿Para qué sirve? Para unificar visiones sobre el camino que la empresa debe seguir para adaptarse al entorno y al contexto en el que opera:

- Realización de planes estratégicos
- Implantación de cuadros de mando
- Liderazgo y habilidades directivas
- Coaching ejecutivo
- Formación de líderes
- Hablar y hacer presentaciones en público

Nueva imagen gráfica para catálogos

Nos mueven las inquietudes, el saber hacer y, sobre todo, estar siempre actualizados. Desde PrevinTEGRAL Group hemos creado y diseñado los nuevos catálogos corporativos para presentaros el gran abanico de producto del que disponemos.