Restauracióncolectiva
El portal de referencia para los profesionales del sector

De izquierda a derecha: Fernando Lallana (*Workplace service manager, Human Resources* de Heineken España); Hernando Gutiérrez (gerente de IFMA –Asociación Internacional de Facility Management– en España) y Jesús Román (presidente del Comité Científico de la SEDCA –Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación–).

Presentado un estudio sobre nutrición saludable en el trabajo y su relación con la productividad

29-01-2019

Según un estudio recién presentado, el 87% de las empresas españolas considera que la salud y el bienestar en el lugar de trabajo son aspectos importantes a la hora de atraer, retener el talento y mejorar el rendimiento de sus empleados; asimismo, las empresas creen que se deberían mejorar las políticas de Recursos Humanos y RSC con el fin tener un rol más activo en la promoción de hábitos saludables en el lugar de trabajo.

El pasado 24 de enero se presentó en Madrid el 'Panel de Expertos ISS – Nutrición saludable en el *workplace*', el primer estudio multidisciplinar sobre nutrición en el lugar de trabajo hecho en España; un trabajo llevado a cabo por el área de Restauración de ISS Iberia quien ha querido analizar de forma transversal la salud y la nutrición en el lugar de trabajo y sus efectos sobre la productividad y el rendimiento profesional. *"Las empresas tenemos un papel clave a la hora de promover hábitos de vida saludable desde los espacios de trabajo"*, según **Javier Urbiola**, CEO de ISS Iberia.

Una alimentación saludable mejora la productividad y reduce el absentismo

De acuerdo con el estudio, la mayoría de las empresas (71,3%) considera que no existe el suficiente conocimiento y concienciación por parte de compañías y trabajadores sobre el impacto que tiene la alimentación en la productividad de los empleados. En este sentido, según la Organización Internacional del Trabajo (OIT), una nutrición inadecuada puede llegar a traducirse en un descenso de la productividad de hasta un 20%.

Las empresas son cada vez más conscientes de que las políticas de hábitos de vida saludable, donde la alimentación tiene un papel destacado, contribuyen a mejorar la productividad y reducir el absentismo. Fomentar este tipo de iniciativas desde la organización es una forma eficaz para atraer y retener el talento. Mientras que las grandes empresas están más concienciadas sobre ello, para las pymes -que constituyen el 99% del tejido empresarial en España- es todavía un reto.

Los principales frenos de las empresas para el desarrollo de políticas efectivas de promoción de la salud son los hábitos culturales poco adecuados (74,3%), la falta de conocimiento (56%) y los costes de implantación (46%). Para que las políticas sean efectivas deberían ir más allá de la alimentación y tener en cuenta factores tan diversos como los espacios físicos, los servicios de información y asesoramiento o la promoción del ejercicio físico.

El previsible retraso en la edad de jubilación derivado del envejecimiento de la población exigirá trabajadores sanos a una edad más avanzada. Estos cambios sociales requieren que desde las administraciones públicas también se impulsen programas integrales de difusión de hábitos saludables que impliquen a toda la población, desde los trabajadores del futuro –mediante la formación en edad escolar- a los trabajadores actuales.

Image not found or type unknown

(clica la imagen para verla en grande).

El espacio de trabajo es el entorno idóneo para transmitir hábitos saludables

El estudio 'Nutrición saludable en el *workplace*' destaca que el 85% de los trabajadores tiene interés en que la empresa facilite información sobre cómo tener una alimentación saludable en el lugar de trabajo. Una buena opción sería que las empresas incorporasen perfiles profesionales especialistas en nutrición y psicología, ya sea en plantilla o como asesores externos.

En este sentido, **Jesús Román Martínez**, presidente del Comité Científico de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación, asegura que *"el lugar idóneo para educar al trabajador en buenos hábitos de nutrición es el trabajo"*.

Del mismo modo, al 21% de los empleados le gustaría disponer de una mejor oferta gastronómica y un espacio más adecuado donde comer. El comedor de empresa es clave para la adopción de hábitos saludables. Debe ser un espacio tranquilo, agradable y amplio que ayude a desconectar. La tecnología puede ser también una herramienta efectiva porque, por un lado, sirve como canal para para la comunicación y formación de los trabajadores. Y, por otro lado, permite la implantación de medidas conciliadoras como el teletrabajo, considerado un facilitador de hábitos de vida saludable.

Por último comentar que el estudio se ha realizado a partir de tres fuentes:
1) Entrevistas a once expertos de diversas disciplinas: economía, sociología, psicología, nutrición, empresa, mutualismo, *facility management* y periodismo.
2) Encuesta a 500 empleados de empresas con más de 250 trabajadores.
3) Sondeo a responsables de RRHH y restauración.

Notícias Relacionadas

- Los pedidos on line para la oficina van ganando terreno en el día a día de los empleados
- ¿Qué es un workcafé y qué beneficios puede aportar a la empresa y a los trabajadores?
- La legislación que regula la obligatoriedad de tener comedor de empresa se remonta a 1938
- Comer en el centro de trabajo ahorra tiempo e incrementa la productividad de los trabajadores