

## POLITICA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

**Objetivo general:** Promover esfuerzos a la construcción de espacios y entornos saludables; procura el bienestar del trabajador y del patrono dentro de todos los contextos independientemente que este realice una función determinada en un espacio determinado, obteniendo como resultado colaboradores y empresas saludables.

### Objetivos específicos

- Complementar las medidas de seguridad y salud en el trabajo que se integran al sistema de gestión de seguridad en el trabajo (SST) de la organización.
- Desarrollar formas más efectivas de enfrentar los problemas laborales, personales o familiares que pueden afectar su bienestar y su desempeño en el trabajo, como el estrés, la violencia o el abuso del alcohol y las drogas.
- Apoyar a los trabajadores en el desarrollo de aptitudes para manejar sus padecimientos crónicos y sean proactivos en el cuidado.
- Tomar medidas emprendidas para abordar estas cuestiones desde el punto de vista individual y colectivo que esté relacionado estrechamente con la mejora de las condiciones laborales, el ambiente y la organización del trabajo, además de tomar en cuenta los contextos familiares, comunitarios y sociales

**Alcance:** Aplica para todos los colaboradores de VASQUEZ Y RODRIGUEZ LTDA.

### Definiciones

**Ambiente psicosocial:** Está conformado por todas las relaciones sociales de los trabajadores dadas en el contexto laboral y dentro del ambiente y jornada laboral.

**El ambiente material:** Está constituido por todas aquellas herramientas que permiten al trabajador desarrollar su trabajo con eficacia.

**Estilos de vida saludables:** Se considera como acciones repetitivas sobre un comportamiento. Si el comportamiento no es repetitivo entonces este se vuelve en una práctica o una acción aislada.

**Promoción de la salud:** Proceso que proporciona a la población los medios necesarios para ejercer un mayor control sobre su propia salud y así poder mejorarla.

**Entorno laboral saludable:** Es aquel en el que los trabajadores y jefes colaboran en un proceso de mejora continua para promover y proteger la salud, seguridad y bienestar de los trabajadores y la sustentabilidad del ambiente de trabajo en base a indicadores de salud y bienestar, relacionados al ambiente físico, medio psicosocial y cultural.

**Higiene:** Designa al conjunto de conocimientos y técnicas que se ocupan de controlar aquellos factores nocivos para la salud de los seres humanos, pero también cuando decimos higiene nos estamos refiriendo al aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo o de algún ambiente.

### Líneas de estilos de vida saludable

**El ambiente Psicosocial:** Este ambiente, está conformado por todas las relaciones sociales de los trabajadores dadas en el contexto laboral y dentro del ambiente y jornada laboral.

Se refieren las relaciones que se producen:

- Entre los mismos empleados con diversas categorías
- Entre las relaciones de subordinación
- En el seno de las organizaciones de empleados
- Dentro de la misma estructura organizacional de la empresa

Las relaciones saludables enmarcadas dentro de la Promoción de la salud pretenden eliminar todos aquellos factores que vuelven disfuncional la relación laboral en el marco de la función del trabajador y el patrono. Creando ambientes y espacios saludables.



En este contexto, mediante la creación de espacios y entornos saludables, la Promoción de la Salud busca eliminar:

- El acoso laboral
- La exclusión
- El marginamiento
- La estigmatización
- La discriminación

**El Ambiente material:** Está constituido por todas aquellas herramientas que permiten al trabajador desarrollar su trabajo con eficacia. Este consiste desde el edificio, mobiliario de oficina, maquinaria, materiales de oficina, espacio físico, iluminación, servicios (cafetería, sala de descanso, espacios para actividad física, etc.), áreas de aseo (servicios sanitarios, duchas, provisión de agua, etc.), ventilación, accesos, pasillos, escaleras entre otros.

Las condiciones que proveen el ambiente material, permitirán a los colaboradores realizar su actividad laboral dentro de un mundo de satisfacciones que el mismo proceso de prestación del servicio lo requiere.

**La imagen corporativa:** Estimular el ego (el yo) profesional y laboral de los colaboradores operativos y administrativos de pertenecer a la empresa que promueve ambientes de trabajo saludables, espacios y condiciones y relaciones de trabajo saludables, construyendo el bienestar para todos los que hacen posible el cumplimiento de los objetivos del sistema integrado de gestión en calidad, ambiental, seguridad y salud en el trabajo.

Aprobó,



María Leonor Vásquez Silva

Representante Legal

Actualización: 12 de febrero de 2023 Versión 1



[www.vasquezyrodriguez.com](http://www.vasquezyrodriguez.com)

- REPARACIÓN Y BOBINADO DE MOTORES ELÉCTRICOS ALTA Y BAJA TENSIÓN - MÁQUINAS DE SOLDAR - GENERADORES - TRANSFORMADORES
- MANTENIMIENTO PREDICTIVO - TERMOGRAFÍA - ANÁLISIS DE VIBRACIONES Y AISLAMIENTO DE BOBINADOS EN MÁQUINAS ROTATIVAS

gerencia@vasquezyrodriguez.com  
mantenimiento@vasquezyrodriguez.com  
contabilidad@vasquezyrodriguez.com  
servicioalcliente@vasquezyrodriguez.com