

METAS QUE ABORDA LA INICIATIVA: **3.4** Para 2020, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante la prevención y el tratamiento y promover la salud mental y el bienestar.

Resumen Ejecutivo

A través del Plan de Vida Saludable, Mastellone Hnos S.A se compromete a implementar distintas estrategias vinculadas con el cuidado de la salud de sus empleados. Para implementarlo se basa en diferentes pilares: 1) charlas de alimentación saludable al personal, 2) atención de pacientes en consultorio nutricional, 3) comunicación interna mediante mensajes al personal sobre temas de salud y nutrición.

#PalabrasClave: "Hábitos", "Saludables", "Educar", "Vida Sana", "Salud".

Descripción

Los índices de sobrepeso y obesidad se disparan en todo el mundo. Ahora, más de 672 millones de adultos y 124 millones de niñas y niños (de 5 a 19 años) son obesos, y más de 40 millones de niños menores de 5 años tienen sobrepeso, mientras que más de 800 millones de personas padecen hambre. Una combinación de dietas poco saludables y estilos de vida sedentarios ha disparado las tasas de obesidad, no solo en los países desarrollados, sino también en los países de bajos ingresos, donde el hambre y la obesidad a menudo coexisten. La dieta poco saludable constituye el principal factor de riesgo de muerte por medio de las enfermedades no transmisibles (ENT), incluidas las enfermedades cardiovasculares, la diabetes y ciertos tipos de cáncer.

Frente a este contexto, comienzan a surgir demandas para que todos los sectores de la sociedad y particularmente las empresas, incorporen prácticas que den cuenta de estos desafíos.

La iniciativa de Plan de Vida Saludable tiene como objetivo buscar el bienestar de los colaboradores, promoviendo la incorporación de hábitos saludables a su rutina diaria tales como una alimentación equilibrada, actividad física y una adecuada hidratación, todas medidas que promueven el cumplimiento del ODS 3 (Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades).

El Plan se basa en 3 pilares de acción:

1) Charlas de alimentación saludable al personal

En el año 2017 se da inicio a la primera serie de charlas al personal de las plantas de General Rodriguez, Villa Mercedes y Trenque Lauquen, en el marco del Día Mundial de la Leche donde se brindan charlas al personal para incentivar el



Objetivo:
GARANTIZAR UNA VIDA SANA Y PROMOVER EL BIENESTAR DE TODOS A TODAS LAS EDADES.

#ODSConexos:

ODS 2 Hambre cero **ODS 4** Educación de calidad **ODS 11** Ciudades y comunidades sostenibles **ODS 12** Producción y consumo responsables

#TipoDeIniciativayLocalización:

· Provincias: **Buenos Aires, Córdoba, Santa Fe, Mendoza, San Luis, San Juan**
· Municipio: **General Rodríguez, Tandil, Mar del Plata, Córdoba, Mendoza, Villa Mercedes, San Juan.**



consumo de lácteos así como también consejos para alcanzar una alimentación saludable con un total de 400 asistentes. Estas mismas charlas se repiten durante el año 2018 en los depósitos de Mar del Plata, Tandil, Mendoza y Córdoba, alcanzando un total de 200 asistentes.

2) Atención de pacientes en consultorio nutricional

Durante el mes de Mayo de 2017, durante la celebración del Día Mundial de la Hipertensión y con posterioridad en Mayo de 2018, se realizó el primer acercamiento de consultorio nutricional al personal, mediante la implementación en Planta General Rodríguez del Nutrimóvil, una iniciativa del Departamento de Información Nutricional y el Servicio Médico, que incentiva a la prevención, detección e intervención temprana mediante la medición de variables como peso, talla, tensión arterial y algunos hábitos relacionados con la vida saludable como la actividad física; con el objetivo de concientizar sobre la importancia de mantener un estilo de vida saludable y una presión arterial normal. Asistieron durante dicha jornada 60 empleados de Planta General Rodríguez en los que se descubrieron niveles bajos de actividad física y un elevado porcentaje de personas con sobrepeso, obesidad o hipertensión arterial. Detectamos entonces, que estas variables unidas a una mala alimentación, constituyen un conjunto de malos hábitos que ponen en riesgo a nuestro personal.

A partir de esta acción y en el marco de la iniciativa del Plan de Vida Saludable se pone en marcha a mitad del mes de Diciembre de 2018 el Consultorio Nutricional, a cargo de Lic. en Nutrición del Departamento de Información Nutricional, que funciona una vez por semana en Planta General Rodríguez. El personal interesado completa a través de intranet un formulario donde vuelca sus datos personales e inmediatamente es contactado para la asignación del turno. Durante esos primeros quince días de Diciembre de 2018, se atendieron 17 pacientes en consultorio.

En conjunto con esta iniciativa se realiza la alianza con Gympass en Diciembre de 2018, un beneficio bonificado por la empresa para acceder a 1,700 gimnasios, estudios y centros de fitness en Argentina para empleados y familiares. Durante el primer mes, 100 personas activaron el plan.

Dentro de este Plan de Vida Saludable además, se incorporaron espacios comunes de recreación con comunicaciones con mensajes varios para reforzar la incorporación de hábitos saludables.

Además, se ambientó el comedor de Planta General Rodríguez con mensajes saludables de alimentación teniendo en cuenta los mensajes de las Guías Alimentarias para la Población Argentina. Por otro lado, se agregaron heladeras con productos saludables ricos en calcio, como yogures y bebidas lácteas que pueden ser retirados por el personal en forma gratuita.

3) Comunicación interna mediante mensajes al personal sobre temas de salud y nutrición

Estos mensajes tienen llegada al personal a través de intranet en las comunicaciones internas que reciben, en el portal de La Comunidad Mastellone, así como también en las 31 carteleras digitales que funcionan en planta General Rodríguez y en las diferentes plantas del interior.

Tomando en cuenta las fechas especiales, que abordan temas de salud y nutrición, se programan las comunicaciones que se realizan por ejemplo por el Día Mundial del Corazón, de la Diabetes, de la Alimentación, de la Hipertensión o con tips nutricionales y consejos por ejemplo para las Fiestas.

• Barreras encontradas

ECONÓMICAS

SOCIO CULTURALES

Malnutrición - Actividad que promueva actividad física en los colaboradores con alcance general a planta central y plantas del interior


• Contribución de la iniciativa al ODS y su proyección en tiempo

Charlas de alimentación saludable al personal

- Año 2017: 400 asistentes.
- Año 2018: 200 asistentes.

Consultorio Nutricional: se atendieron 17 pacientes.

Gympass: 100 personas activaron el plan.

 Meta de Prioridad Nacional.
Informe Voluntario Nacional 2017.

