

# Curso de Capacitación Certificación de Entornos Laborales Saludables

---

SUBPROGRAMA ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

Dirección General de Promoción de la Salud



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



2023  
AÑO DE  
**Francisco  
VILLA**  
EL REVOLUCIONARIO DEL PUEBLO

# Contenido



Objetivos, Audiencia y Competencias Esperadas

Introducción

Módulo 1. Salud pública, promoción de la salud y entornos laborales

- Problemas de salud pública de mayor riesgo en población laboralmente activa
- Importancia de los entornos laborales saludables

Módulo 2. Certificación de un entorno laboral saludable

- Identificación y diagnóstico inicial de un entorno laboral de intervención
- Plan de Trabajo para la intervención del entorno laboral
- Monitoreo y diagnóstico final de un entorno intervenido
- Evaluación y certificación como entorno laboral saludable
- Sostenibilidad de la certificación de entornos laborales saludables



# Objetivos, Audiencia y Competencias Esperadas



## Objetivo del Curso

Capacitar en el desarrollo de competencias y habilidades técnicas de promoción de la salud en servidores públicos estatales y municipales del INAFED para impulsar e implementar la certificación de entornos laborales saludables en sus espacios de trabajo, durante el 2º semestre del 2022.

## Público / Audiencia Objetivo

Servidores públicos estatales y municipales del Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo Municipal (INAFED) y los Organismos Estatales de Desarrollo Municipal (OEDM)

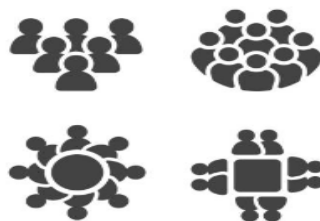


## Competencias esperadas

**Competencia 1.** Conocer y concientizar la importancia de procurar y desarrollarse en entornos laborales saludables.

**Competencia 2.** Conocer y aplicar el proceso de la creación e implementación de un plan de trabajo de un entorno laboral saludable.

**Competencia 3.** Conocer y aplicar el proceso para la certificación de un entorno laboral saludable.



# Introducción

La Dirección General de Promoción de la Salud<sup>1</sup> promueve la creación de políticas y estrategias integrales para generar en la población las oportunidades para mejorar, conservar y proteger su salud.

- Los determinantes sociales de la salud<sup>2</sup> son condiciones en el que las personas nacen, crecen, trabajan, viven y envejecen, con influencia directa en su proceso de salud-enfermedad.
- Los entornos en que estas características se presentan (vivienda, escuela, sitios de trabajo, esparcimiento y comunidad) deben propiciar comportamientos saludables en las personas.
- Cuando esto no ocurre, es necesario el diseño e implementación de políticas públicas en salud que contribuyan a lograr una transformación que permitan a la población acceso a un ambiente más saludable, mejor información y herramientas para ampliar sus capacidades de prevención y control de enfermedades.



## Modelo Determinantes Sociales de la Salud



### Las personas trabajadoras contribuyen a la salud, economía y bienestar social

Una población trabajadora sana se asocia de manera positiva con el crecimiento y el desarrollo económicos, lo cual a su vez da lugar a mayores ingresos y a más recursos económicos de aplicación directa e indirecta para la salud y el bienestar de las personas.



# Módulo 1. Salud pública, promoción de la salud y entornos laborales

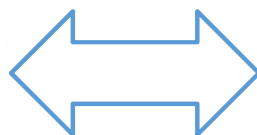
---

**Problemas de salud pública de mayor riesgo en población laboralmente activa**

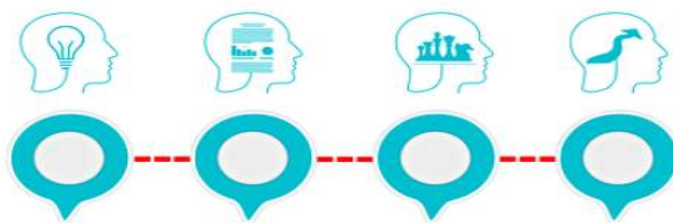


# Objetivo del Modulo 1

Comprender y analizar las principales problemáticas de salud pública que afecta a la población adulta trabajadora en México en el contexto de sobrepeso, obesidad y enfermedades no transmisibles, y su impacto en el desarrollo de entornos laborales saludables.



**Competencia 1.** Conocer y concientizar la importancia de procurar y desarrollarse en entornos laborales saludables.



# Los cuatro determinantes de las muertes y discapacidades evitables



Cuatro factores de riesgo ocasionan la mayor parte de las muertes y discapacidad evitables:

- Alimentación poco saludable
- Consumo de tabaco
- Consumo nocivo de alcohol
- Inactividad física

Cuatro factores ocasionados por la actividad humana y 100% modificables



# Consumo de Alcohol en Población Adulta

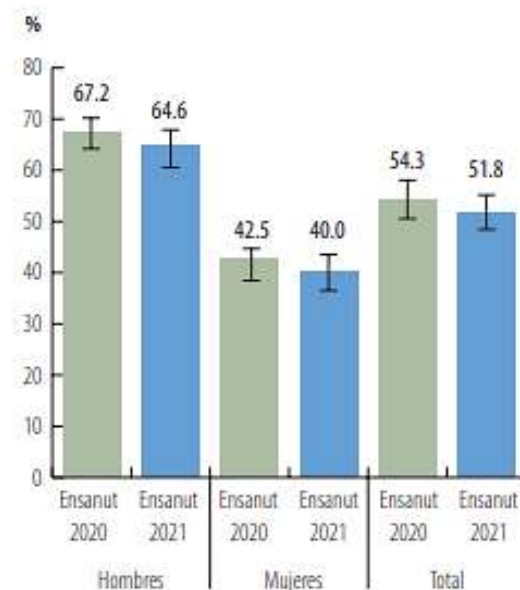
Consumo actual de alcohol: 51.8% (43,900,121 personas)

- Mujeres 40.0%
- Hombres 64.6%

Consumo actual con frecuencia mensual: 18.5%

Consumo excesivo con frecuencia mensual: 10.3%

Prevalencia de consumo de alcohol. Población de 20 años y más



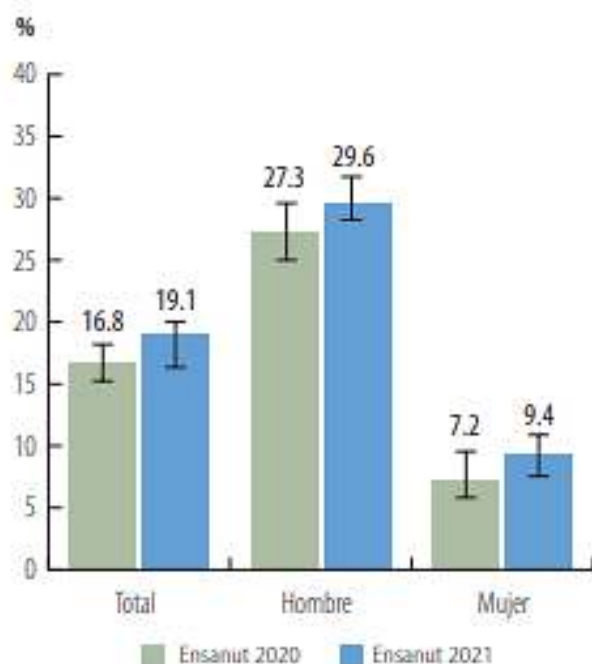
Fuente: Ensanut 2021 sobre Covid-19, México



# Consumo de Tabaco en Población Adulta



Prevalencia de Fumador Actual en población mayor de 20 años



Fuente: Ensanut 2021 sobre Covid-19, México

Prevalencia de consumo actual de tabaco fumado entre la población adulta es de 19.1% (16,096,791 personas):

- 29.6% en los hombres
- 9.4% en las mujeres.

Entre la población que es fumadora actual

- Prevalencia de consumo diario: 8.6%
- Prevalencia consumo ocasional: 10.5%

Prevalencia de uso de cigarro electrónico: 1.6%



# Actividad Física y Sedentarismo Población Adulta



## Cambios en Actividad Física durante la epidemia por COVID-19



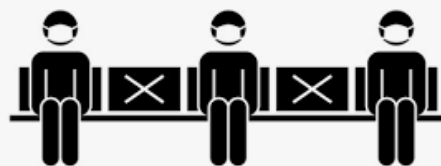
68.6% de adultos disminuyó su actividad física

- Mujeres disminuyó 69.8%
- Hombres disminuyó 67.6%

## Cambios en Tiempo Sentado durante la epidemia por COVID-19

27.7% de adultos aumento tiempo sentado  
61.2% fue igual su tiempo

- Mujeres aumentó: 28.5%
- Hombres aumentó: 26.8%



# Comportamiento Alimentario Población Adulta



## ALIMENTOS RECOMENDABLES CONSUMIDOS POR CADA 10 ADULTOS

- Agua: 9 de cada 10
- Carnes no procesadas: 6 de 10
- Verduras y frutas: 4 de cada 10
- Huevo: 3 de cada 10
- Leguminosas: 2 de cada 10
- Lácteos: 2 de cada 10



- Consumo por localidades
- Rurales: mayor consumo de leguminosas (39%)
- Urbanos: mayor consumo de verduras (48.1%), huevo (37.1%) y carnes no procesadas (65%)

## ALIMENTOS NO RECOMENDABLES CONSUMIDOS POR CADA 10 ADULTOS

- Bebidas endulzadas: 7 de cada 10
- Cereales dulces: 4 de cada 10
- Botanas, dulces y postres: 2 de cada 10
- Comida rápida y antojitos: 2 de cada 10
- Carnes procesadas: 1 de cada 10



- Consumo de bebidas endulzadas es similar en localidades urbanas y rurales
- Urbano tiene un mayor consumo alimentos no recomendables



# Programas Preventivos Población adulta



## Uso de servicios médicos

Estudio	Mujeres	Hombres	Total
Prueba Papanicolau	21.4%	NA	21.4%
Exploración clínica de senos	15.6%	NA	15.6%
Detección de diabetes	10.0%	9.3%	9.6%
Detección hipertensión	7.8%	7.1%	7.5%
Detección de triglicéridos	7.2%	6.7%	7.0%
Detección obesidad	4.7%	5.6%	5.1%

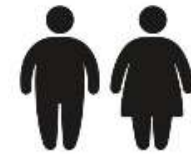
**La detección y tratamiento oportuno de enfermedades no transmisibles (como diabetes e hipertensión arterial), pueden disminuir el desarrollo y complicaciones de estos padecimientos.**

- Son bajos los niveles de población adulta que hace uso de servicios médicos preventivos.
- Las mujeres tienen una mayor proporción del uso de servicios preventivos comparadas con población masculina.



# Sobrepeso y Obesidad

## Población Adulta 20 años y más



Sobrepeso + Obesidad:  
72.4%

Mujeres: 75.0%

Hombres: 69.6%

Sobrepeso  
mayor en  
hombres:  
37.8%

Obesidad  
mayor en  
mujeres:  
41.1%



# Enfermedades Crónicas Diagnosticadas Población Adulta 20 años y más



Condición	Mujeres	Hombres	Total
Diabetes	11.3%	9%	10.2%
Hipertensión	17.6%	13.8%	15.7%
Enfermedad renal	20.8%	8.5%	14.9%
Hipercolesterolemia	33.3%	32.2%	32.8%



Grupos poblacionales más  
afectados por enfermedades  
crónicas diagnosticadas

- Mujeres adultas
- Personas mayores de 60 años





# Lactancia Materna y Prácticas de Alimentación Infantil

## Menores 0 a 6 meses

- Incrementó la LME en menores de 6 meses, pasando de 28.6% a 35.9%.
- Por debajo de la prevalencia mundial
- La práctica de lactancia materna se deteriora conforme aumenta la edad del menor

## Menores de 6 a 23 meses

- Alta diversidad alimentaria mínima: 68.7%
- No consumieron frutas y verduras: 28.1%
- Consumo de bebidas azucaradas: 56.4%
- Consumo de alimentos no saludables: 38.5%



ENCUESTA NACIONAL  
DE SALUD Y NUTRICIÓN 2021  
SOBRE COVID-19  
RESULTADOS NACIONALES



# Módulo 1. Salud pública, promoción de la salud y entornos laborales

---

**Importancia de los entornos laborales  
saludables**

# Personas Trabajadoras y Entornos Laborales



Papel de las personas trabajadoras en la generación de bienestar en salud.



El trabajo es un importante determinante social de la salud.

La forma en que se desarrolla el trabajo, el espacio y relaciones laborales son insumos para crear salud y bienestar.

La fuerza laboral es un pilar la salud, la economía y la sociedad.

- 7 de cada 10 adultos presenta sobrepeso u obesidad.

Una mejor salud de las personas trabajadoras genera:

- Sociedades resilientes
- Economía robusta
- Organizaciones y empresas fuertes y productivas



# Entornos Laborales



El entorno laboral es el espacio físico en el que personal técnico y profesional desarrollan actividades administrativas y operativas para lograr funciones y objetivos organizacionales a nivel público, privado y social.

Las personas trabajadoras pasan en promedio 8 horas diarias en sus centros de trabajo por lo que su estilo de vida es afectado por el entorno.



Los problemas de salud en personas trabajadores inciden negativamente en el ambiente laboral y consecuentemente, en la productividad de las empresas

IMSS. Entornos laborales seguros y saludables.

[https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/elssa/infografias/Desarrollo\\_Conceptual\\_ELSSA.pdf](https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/elssa/infografias/Desarrollo_Conceptual_ELSSA.pdf)

# Establecimientos Económicos<sup>1</sup> en México (Entornos Laborales)



Concepto	Numero	Personal ocupado
Universo de establecimientos	6,373,169	36,038,272
Zona urbana	5,120,250	33,103,542
Zona rural	924,571	2,302,084
Privado y Paraestatal (Establecimientos)	4,835,167	27,132,927
Servicios públicos	199,072	5,401,938
Asociaciones religiosas	86,011	568,677

Censo Económico 2019. INEGI

1. Establecimientos productores de bienes, comercializadores de mercancías y prestadores

30% de la población mexicana es laboralmente activa.

La mayor concentración de establecimientos económicos se encuentran en:

- Zona urbana: 80%
- Sector privado y paraestatal: 76%

Los establecimientos de servicios públicos representan solo el 3% del total de establecimientos registrados





# Entornos Laborales Saludables



## ¿Qué es un Entorno Laboral Saludable?

- Promueve la salud a través de cambios sociales de mayor escala que da oportunidades para que las personas puedan ejercer un estilo de vida saludable de manera individual y colectiva.
- Valora y realiza acciones de acuerdo a los riesgos a la salud a nivel individuales, estructural y colectivo.



### Acciones de un Entorno Laboral Saludable

Prevención de enfermedades

Promoción en salud

Comunicación y educación en salud

Monitoreo de riesgos de salud

Capacitación en salud

Mejora de espacios físicos saludables

Políticas y programas de salud

IMSS. Entornos laborales seguros y saludables.

[https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/elssa/infografias/Desarrollo\\_Conceptual\\_ELSSA.pdf](https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/elssa/infografias/Desarrollo_Conceptual_ELSSA.pdf)





# Dirección General de Promoción de la Salud

PAE Políticas de Salud Pública y  
Promoción de la Salud 2020 – 2024



## Unidad Técnico Normativa

Normar, planear, coordinar, supervisar, evaluar y asesorar las acciones para promover la salud de la población en las entidades federativas



Link de descarga:

<https://www.gob.mx/salud/documentos/programa-de-accion-especificao>

Alineado a Plan Nacional de Desarrollo 2019-2024 y Programa Sectorial de Salud 2020-2024

Alineación a Leyes Generales, Normas Oficiales Mexicanas.

Operado por los 32 entidades y 247 jurisdicciones sanitarias

Problemáticas de atención:

- Determinantes sociales de la salud
- Problemas de salud pública



# PAE Políticas de Salud Pública y Promoción de la Salud 2020 – 2024



## OBJETIVO GENERAL

**Impulsar políticas públicas con enfoque de salud, igualdad de género y pertinencia cultural**, que incidan en los **principales problemas de Salud Pública**, mediante el **fomento de comportamientos, estilos de vida y entornos saludables**; desarrollo de **competencias en salud**; estrategias de **mercadotecnia social**; **participación de otros sectores**, de los tres **órdenes de gobierno** y de la **ciudadanía**, **empoderando a las comunidades** y **mejorando la salud de la población** a lo largo del **curso de vida**.

Objetivo 1  
Impulsar políticas  
públicas saludables

Objetivo 2  
Promover  
comportamientos y  
estilos de vida  
saludables

Objetivo 3  
Mercadotecnia  
Social en Salud y  
Comunicación de  
Riesgos

Objetivo 4  
Políticas para  
igualdad de género,  
no discriminación e  
inclusión

Objetivo 5  
Incrementar  
competencias en  
actores del programa

Objetivo 6  
Seguimiento,  
análisis y  
evaluación

**Acción 1.3.4 Impulsar la construcción de entornos laborales saludables para que la población pueda ejercer un estilo de vida saludable.**



# Subprograma Estilos de Vida Saludables



PROGRAMA DE ACCIÓN ESPECIAL

POLÍTICAS DE SALUD PÚBLICA Y  
PROMOCIÓN DE LA SALUD

2020-2024

## Objetivo Prioritario 1

**Impulsar políticas públicas saludables** encaminadas a la **modificación de los determinantes sociales de la salud** que incidan en los **principales problemas de salud pública en entornos claves** (espacios públicos, escuelas, hogar y **trabajo**), con la participación de otros sectores, los tres órdenes de gobierno, los diferentes poderes del estado y la ciudadanía.

**Estrategia 1.3** Impulsar la **participación social**, el **empoderamiento comunitario** y la puesta en marcha de **acciones integrales de salud pública** para que la población ejerza un **mayor control** sobre los **determinantes** y **mejore su salud**.

**Acción 1.3.4** Impulsar la **construcción de entornos laborales saludables** para que la población pueda **ejercer un estilo de vida saludable**.

## Actividades

- Identificar e intervenir sitios y lugares de trabajo con acciones de promoción de la salud
- Lograr la Certificación como Entornos Laborales Saludables





GRACIAS



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD