

## Resumen Buena Práctica

# APPUESTA POR TU SALUD. LA APP DE HÁBITOS SALUDABLES DE MC MUTUAL



Una forma de **compartir** conocimiento, crear **networking**, **visualizar** lo que hacemos bien y **reconocer** a los que alcanzan un alto nivel de excelencia.

1 de noviembre de 2019

## CLUB EXCELENCIA EN GESTIÓN

**SOMOS** una asociación empresarial, fundada en España en 1991, cuya **MISIÓN** es facilitar a las organizaciones la mejora de su gestión, contribuyendo a su éxito a lo largo del tiempo. Ofrecemos, a nuestros socios, y a la sociedad en general, la oportunidad de mejorar la gestión y resultados de su organización, conectar con otros profesionales y ampliar su red de contactos, dar visibilidad a su organización y ser reconocido por sus logros y excelentes resultados. El Club Excelencia en Gestión es el único representante oficial en España de la EFQM desde 1994 y se encuentra integrado por más de 230 socios de los más diversos sectores y tamaños, que en la actualidad representan el 20% del PIB y el 25% del IBEX35.

**NUESTRA VISIÓN** es conseguir que nuestros socios se conviertan en referentes por su gestión excelente

### NUESTROS VALORES:

- Nos apasiona la Excelencia en gestión
- Damos valor a lo que se hace bien
- Somos referentes y marcamos tendencia
- Formamos una familia diversa
- Acompañamos a los que quieren gestionarse mejor
- Compartimos conocimientos, experiencias y emociones

Esta obra está sujeta a la licencia  
ReconocimientoNoComercial-SinObra-Derivada 4.0  
Internacional de Creative Commons



El presente documento es una transcripción de las informaciones facilitadas por la organización en la convocatoria de la III Edición del Premio a las Buenas Prácticas en el ámbito de la Excelencia en la Gestión en Universidades del año 2019.

## Índice

1	Introducción .....	4
1.1	Información General .....	4
1.2	Resumen Ejecutivo .....	4
1.3	Valores de la Excelencia relacionados.....	5
1.4	Criterios de Resultados Modelo EFQM de Excelencia relacionados .....	6

# 1 Introducción

## 1.1 Información General

Denominación Buena Práctica: **APPUESTA POR TU SALUD. CUANDO EL CONOCIMIENTO COLECTIVO SE TRADUCE EN UNA HERRAMIENTA PARA MEJORAR LA SALUD LABORAL DE LAS PERSONAS, DE FORMA RESPONSABLE. LA EXPERIENCIA DE MC MUTUAL EN EL DESARROLLO DE UNA APP DE PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL TRABAJO.**

Sector de Actividad: **SANIDAD**

Área de Gestión: **SALUD Y SEGURIDAD**

Organización: **MUTUAL MIDAT CYCLOPS (MC MUTUAL)**

## 1.2 Resumen Ejecutivo

El desarrollo del Plan Estratégico de Transformación Digital de MC MUTUAL, que emana de su misión “Cuidar de la salud laboral de las personas de forma responsable”, visión y valores, contempla la innovación en las prestaciones de valor añadido.

MC MUTUAL proporciona apoyo a sus clientes (mutualistas) en la implantación de programas de Promoción de la Salud en el Trabajo (PST) y el modelo de Empresa Saludable, esta proximidad a las empresas nos permite conocer de primera mano sus necesidades en esta materia. Compartimos con ellas el conocimiento generado en la organización y nuestras experiencias en el desarrollo del SIGES de Empresa Saludable de MC MUTUAL (certificado externamente desde 2016).

Cada vez son más las empresas que apuestan por crear entornos de trabajo saludables y cuidar la salud de sus trabajadores, demandando herramientas flexibles para cubrir sus necesidades. Fruto del análisis interno y externo, así como de la participación de varios grupos de interés externos, nace APPuesta por tu salud, una aplicación móvil de promoción de la salud.

De forma periódica envía al usuario consejos de salud (más de 130 tips) englobados en cinco grandes áreas donde se tratan diferentes temas: ergonomía, pedagogía del dolor, seguridad vial, actividad física, nutrición, técnicas culinarias, superalimentos, gestión del estrés, mindfulness, alcohol, hábitos de sueño o salud visual, entre otros.

La iniciativa de desarrollar APPuesta por tu salud aúna dos objetivos:

1. Proporcionar a las empresas mutualistas una herramienta para hacer llegar los consejos de salud a todos sus trabajadores, independientemente de su ubicación física o que dispongan de ordenador en su puesto.

4 APPUESTA POR TU SALUD. LA APP DE HÁBITOS SALUDABLES DE MC MUTUAL

2. Disponer internamente de un recurso de PST que facilite información de calidad al personal de MC MUTUAL. Consejos no solo disponibles en su puesto, como hasta ahora, sino que también puedan consultar fuera del trabajo y compartir con sus allegados.

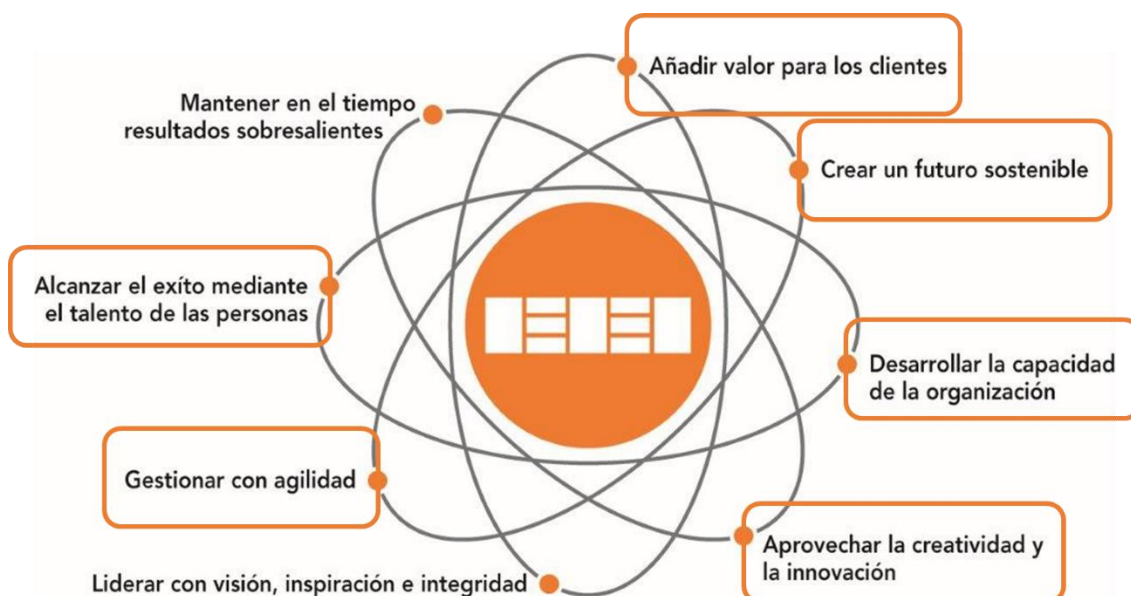
Por sus características y forma de acceso, APPuesta por tu salud es una herramienta sostenible y aplicable a cualquier organización, independientemente de su tamaño o sector de actividad. Añade valor a nuestros clientes, al proporcionarles un recurso gratuito y de calidad fácilmente integrable en sus programas de PST, además de ser un recurso de impacto en la sociedad.

También ha supuesto un proyecto que ha potenciado el talento de las personas de la organización, aprovechando su creatividad mediante estrategias de innovación, ya que todo el contenido de la aplicación ha sido desarrollado por profesionales de la División de Servicios de Prevención de MC MUTUAL de las distintas disciplinas de salud y PRL. Durante el proceso todo el equipo de desarrollo hemos aprendido unos de otros y potenciado nuestra creatividad de forma conjunta. Ha conllevado un claro liderazgo indispensable para la coordinación de todos los participantes en el proyecto, tanto distintas áreas de la mutua como proveedores externos.

Por todo ello, APPuesta por tu salud tiene un impacto sobre clientes (empresas mutualistas), personal interno (recurso ya integrado en el programa “Cuídate” de la mutua) y la sociedad, al facilitar una herramienta para mejorar la salud de todas las personas.

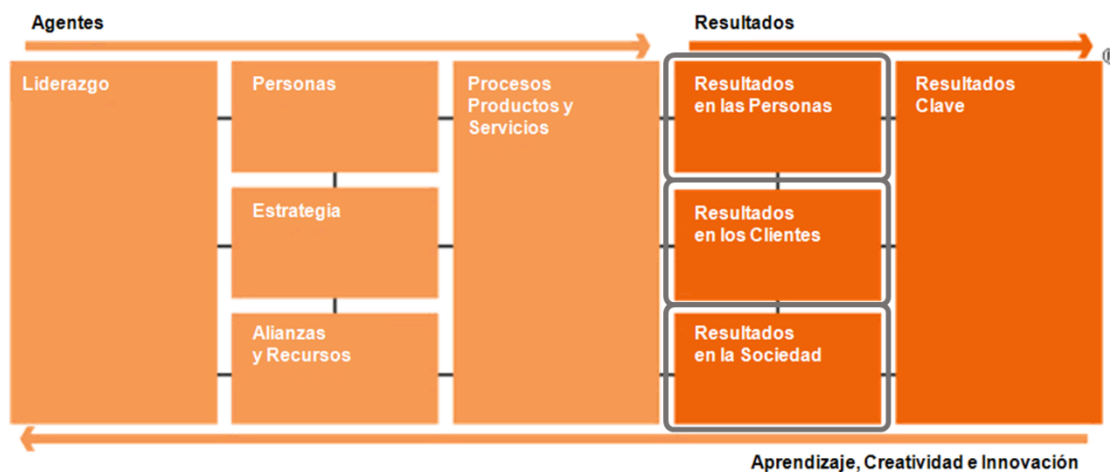
### 1.3 Valores de la Excelencia relacionados

De los ocho Valores de la Excelencia del Modelo EFQM, la organización considera que la presente Buena Práctica tiene un impacto en los siguientes:



## 1.4 Criterios de Resultados Modelo EFQM de Excelencia relacionados

De los cuatro Criterios de Resultados que incorpora el Modelo EFQM de Excelencia, se considera que la presente Buena Práctica tiene un impacto principal en los siguientes:





**Compartiendo y mejorando juntos**

[www.clubexcelencia.org](http://www.clubexcelencia.org)

