

Plantilla de A3 de Proyectos de aplicación de Mejora Continua

TITULO

🚀 Bienestar en acción: pequeños hábitos, grandes cambios.

AUTORES

Martina Gaeta - Nutrición de CT. GENELBA
Natalia Sanchez - Enfermera de CT. GENELBA
Susana Real - Médica de CT. GENELBA
Andrea Gallo – RRHH CT. GENELBA

ORGANIZACIÓN

Central Termoeléctrica GENELBA.

Genelba es la planta de mayor potencia instalada dentro del Negocio de Generación Eléctrica de Pampa Energía. Esta ubicada en Marcos Paz, conformada por dos ciclos combinados compuesto por cuatro turbinas a gas y dos a vapor de tecnología Siemens y opera solamente a gas natural proveniente de yacimientos propios. Según datos de CAMMESA fue la planta de ciclo combinado mas confiable del país, y ganó el premio Nacional a la Calidad. Esta conformada por 80 colaboradores, de los cuales 25 realizan turnos rotativos y el resto jornada normal. La nómina está compuesta por 80% de personal Técnico, 15% Ingenieros y 5% de Licenciados.

RESUMEN (300 PALABRAS)

El proyecto surge de la necesidad de fortalecer la salud y el bienestar de los colaboradores de GENELBA, entendiendo que la promoción de hábitos saludables es clave para mejorar la calidad de vida de las personas, favorecer entornos de trabajo seguros y contribuir al desempeño sostenible de la organización. La iniciativa forma parte del Programa Anual de Salud y se desarrolla bajo una mirada de mejora continua, integrando acciones innovadoras orientadas al cuidado físico, nutricional y psicosocial de los trabajadores.

Esta iniciativa se definió a partir del análisis de distintas fuentes de información relevadas durante el primer semestre de 2024, incluyendo el Informe Anual de Salud Ocupacional, el Informe Anual del Estado Nutricional, los registros de consultas individuales y grupales, y las observaciones surgidas de auditorías de los servicios de salud ocupacional y nutrición.

Este análisis permitió detectar indicadores que requerían intervención, destacando los siguientes: colaboradores con obesidad, riesgo coronario y físicamente activos.

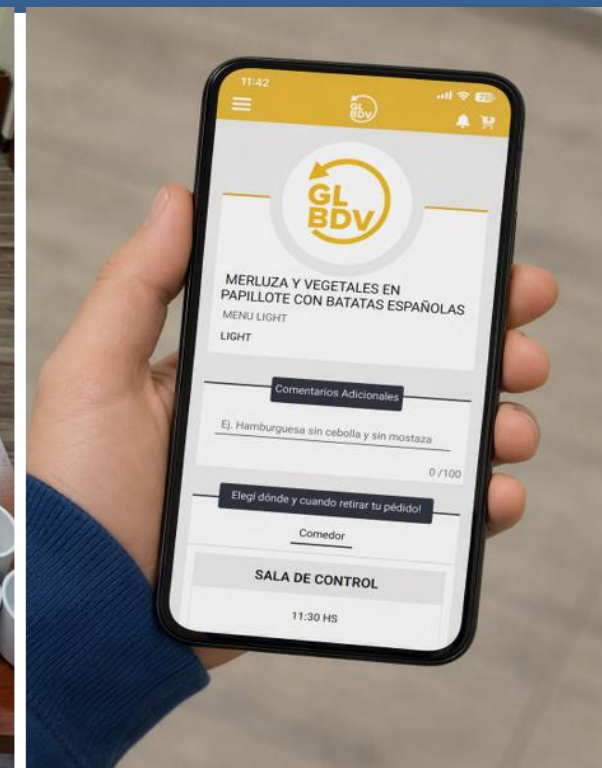
Para desarrollar la mejora, aplicamos las siguientes cinco herramientas: Acuerdos con los colaboradores, escucha activa y motivación hacia los cambios de conducta, educación mediante talleres e infografías, validación bromatológica y nutricional y promoción del uso de la app del servicio de comedor, para elegir menús mas equilibrados.

Definimos un plan de acción conformado por los siguientes tres proyectos: “Compromiso nutricional”, “Más energía”, + salud” y “Genelba en movimiento”

Con el plan de acción implementado, comprobamos que la incorporación progresiva y sostenida de nuevos hábitos, contribuyó positivamente al bienestar de los colaboradores, con las siguientes mejoras concretas: reducción del 10% de obesidad; reducción del 48% de riesgo coronario y aumento del 45% de la actividad física.

Estamos convencidos que fortaleciendo la cultura preventiva y el compromiso con el autocuidado podemos sostener los logros alcanzados y continuar desarrollando una GENELBA más saludable, activa y orientada a la mejora continua.

FOTOS E IMAGENES





Plantilla de A3 de Proyectos de aplicación de Mejora Continua

SELECCIÓN DEL TEMA

En GENELBA, consideramos que la promoción de estilos de vida saludables en el ámbito laboral constituye un factor estratégico para mejorar la calidad de vida de las personas, fortalecer la capacidad productiva de los colaboradores y contribuir al desempeño sostenible del negocio. Desde esta perspectiva, la salud integral favorece el desarrollo de capacidades físicas, cognitivas y psicosociales que permiten desempeñarse de manera segura, eficiente y sostenible. Asimismo, contribuye a la reducción del ausentismo, la prevención de accidentes laborales y el fortalecimiento de la productividad organizacional. En este marco, nuestro Programa Anual de Salud orienta sus acciones hacia el bienestar integral de los colaboradores, incorporando la mejora continua y la innovación de procesos como ejes fundamentales de gestión.

SITUACIÓN INICIAL

Durante el primer semestre de 2024, se realizó un análisis del estado de salud de los colaboradores a partir de cuatro fuentes de información:

- el Informe Anual de Salud Ocupacional, elaborado sobre la base de los exámenes periódicos;
- el Informe Anual del Estado Nutricional, construido a partir de entrevistas de nutrición y salud;
- el relevamiento de situaciones individuales y grupales identificadas en consultas y;
- las devoluciones de las auditorías realizadas a los servicios de salud ocupacional y nutrición.

Destacamos los principales indicadores de la situación inicial:

- IMCO (índice de masa corporal mayor a 30Kg/m2): 20%
- RC (índice de riesgo coronario): 31%
- EFA (índice de empleados físicamente activos): 53%

OBJETIVOS

En este marco, considerando el tiempo significativo que los colaboradores permanecen en la planta, se propuso implementar la presente mejora como estrategia innovadora para promover estilos de vida saludables y fortalecer la salud integral de los colaboradores favoreciendo el desempeño laboral y la eficiencia de los procesos productivos. Objetivos específicos:

- Mejorar los indicadores de IMCO, RC y EFA
- Promover hábitos alimentarios saludables, con énfasis en el incremento del consumo de alimentos protectores y agua.
- Favorecer entornos laborales saludables que impulsen buenos hábitos, una alimentación nutritiva y prácticas sostenibles dentro y fuera del ámbito laboral.
- Optimizar los procesos vinculados a la atención en salud ocupacional y nutrición, orientados al seguimiento, acompañamiento y mejora continua del estado de salud de los/as colaboradores/as.

METODOLOGÍA / ESTRATEGÍAS / HERRAMIENTA

Para el desarrollo de la mejora utilizamos las siguientes herramientas:

- Acuerdos con los colaboradores para generar cambios sostenibles en el entorno laboral y en el servicio de alimentación.
- Escucha activa y motivación hacia los cambios de conducta durante las entrevistas clínicas y nutricionales en consultorio y durante las charlas grupales en las recorridas por los sectores.
- Educación mediante talleres e infografías en promoción de hábitos saludables que favorezcan el autocuidado de la salud con posibilidad de replicarlo en su entorno familiar y social.
- Validación bromatológica y nutricional de las actividades del servicio de alimentación.
- Promoción del uso de la app del servicio de comedor y educación para elegir menús más equilibrados.

Con las herramientas arriba descriptas se definió un plan y para su implementación se realiza seguimiento con periodicidad mensual, mediante un plan de comunicación a colaboradores y lideres. En función del seguimiento se identificaron oportunidades de mejora y redefiniendo el plan de acción para alcanzar los objetivos propuestos.

PLAN DE ACCIÓN

El plan de acción fue desarrollado en un ecosistema de intervención, conformado por tres proyectos:

- Servicio de alimentación: “Compromiso nutricional”
- Consultorio de salud ocupacional: “Más energía, + salud”,
- La planta (espacios de la central): “Genelba en movimiento”

Entre otras acciones realizadas bajo estos proyectos, se encuentran:

“Compromiso nutricional”:

- Acompañar a los colaboradores en el uso de la app del servicio de comedor, promoviendo la elección de menús más nutritivos y saludables.
- Supervisar y validar bromatológica y nutricionalmente los menús.
- Implementar acuerdos alimentarios, como ofrecer en las mesas paneras con variedad de panificados integrales, sal en sobre, especieros con mix de semillas. También permitir la elección de desayunos saludables y refrigerios de calidad nutricional para eventos y jornadas laborales especiales.
- Asesorar en el desarrollo de productos nutritivos por proveedores locales e incorporar materias primas de calidad nutricional a la oferta alimentaria.

“Más salud, + energía”

- Controlar periódicamente signos vitales y medidas antropométricas y realizar seguimiento de casos especiales.
- Mantener actualizada la historia clínica digital de salud ocupacional, SALOC.

“Genelba en movimiento”:

- Motivar el uso del sendero saludable y la realización de 10000 pasos por día.
- Realizar charlas y talleres grupales aplicando estrategias pedagógicas y coaching, que fomenten estilos de vida saludables.

RESULTADOS ALCANZADOS

Los resultados evidenciados durante el año 2025 fueron los siguientes:

- El IMCO disminuyó un 10%,.
- El RC disminuyó un 48%.
- El EFA aumentó un 45%
- El consumo de alimentos protectores mejoró en consumo de legumbres en un 28% y de cereales integrales en un 18%.
- El consumo de agua aumentó un 8%.
- Los acuerdos establecidos con los colaboradores en relación a las mejoras del servicio de comedor, se implementaron en un 100%. Se mejoró la oferta alimentaria y el entorno laboral.
- El uso y apropiación del Sendero Saludable como espacio promotor de actividad física durante la jornada laboral. Se observa una mayor participación de los colaboradores luego del horario de almuerzo.
- La valoración del estado de salud mejorada se aplicó al 100% de los colaboradores. Además de continuar con controles individuales en consultorio, devoluciones de exámenes periódicos, recomendaciones personalizadas y seguimiento de casos, incluye nuevos estudios de laboratorio e imágenes.
- Los registros de controles y seguimientos en la historia clínica digital, SALOC aumentaron en un 15%

CONCLUSIONES (logros, dificultades, aprendizajes)

CONCLUSIONES

Logros: “Bienestar en acción” permitió consolidar un abordaje integral que combina alimentación, movimiento y monitoreo del estado de salud. Se paso de acciones aisladas a un ecosistema de intervención coordinado, con indicadores y registro. Asimismo hubo aceptación de las propuestas innovadoras, generando impacto positivo en los entornos de trabajo.

Dificultades: Se identificó inicialmente una baja valoración del impacto que el estado de salud tiene sobre la calidad de vida y como influye en las actividades de la vida diaria, el desempeño laboral y la productividad.

Aprendizajes: La cercanía del equipo de salud y nutrición con los colaboradores, la escucha activa y las acciones de educación continua demostraron ser herramientas efectivas para promover la participación, el compromiso y la adopción de hábitos saludables y reducir las barreras de implementación. Además, el seguimiento de indicadores permitió ajustar acciones y sostener la mejora continua, focalizando esfuerzos en la prevención y el abordaje de los indicadores de salud.

Próximos pasos:

- Desarrollar mejoras en la app del servicio de comedor, incorporando funcionalidades que permitan seleccionar variedad de refrigerios y solicitar desayunos saludables para actividades y eventos.
- Obtener reportes mensualizados de selección de menú para fortalecer el análisis de hábitos alimentarios.
- Incorporar una herramienta que permita cuantificar los pasos realizados y definir indicadores de actividad física.
- Diseñar un tablero anual de seguimiento que facilite la evaluación del impacto de los indicadores de salud y bienestar.
- Generar herramientas para registrar y cuantificar las sugerencias obtenidas durante las recorridas por planta.
- Continuar fortaleciendo al sector de salud como socio estratégico del negocio.