



V ENCUENTRO CULTURA PREVENTIVA EN ANDALUCÍA

JUEVES 30 Y VIERNES 31
DE OCTUBRE DE 2025

PALACIO DE CONGRESOS DE CÓRDOBA



COMPROMISO



DINAMIZACIÓN



APRENDIZAJE

CUENTA TU EXPERIENCIA, TU EXPERIENCIA CUENTA EN BOFROST* SAU

Buenas prácticas en cultura preventiva

bofrost*
Care

Empresa de comercio al por menor de producto ultracongelado

EN QUÉ CONSISTE LA BUENA PRÁCTICA

El Programa de Ayuda al Empleado/a "bo* Care" consiste en la evaluación ágil de riesgos psicosociales y en el acceso a servicios de apoyo emocional como psicólogos y coaching, a través de una plataforma de trabajo. Además, fomenta una cultura de bienestar con capacitaciones sobre salud, nutrición y deporte, facilitando su acceso de manera digital.

BREVE DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRACTICA

bo* Care se enfoca en el bienestar integral de las personas trabajadoras abordando tanto la salud mental como la física, y utilizando herramientas digitales para facilitar su implementación y acceso.

Una de sus principales fortalezas es la evaluación ágil de riesgos psicosociales mediante un sistema digitalizado que permite recopilar información sobre el estado emocional y laboral de los empleados de forma sencilla y rápida. Esto posibilita la detección temprana de problemas como el estrés, la ansiedad o la sobrecarga de trabajo, permitiendo a la empresa tomar medidas preventivas o correctivas. Además, el programa ofrece servicios de apoyo profesional, poniendo a disposición de las personas trabajadoras un equipo de psicólogos y coaches que brindan acompañamiento personalizado según las necesidades individuales. Esto fomenta un entorno donde se prioriza el bienestar emocional y la estabilidad laboral, impactando positivamente en la motivación y el desempeño del personal.

Otro pilar fundamental de esta práctica es el fomento de una cultura organizacional de bienestar (Wellness), que integra actividades de formación y concienciación en hábitos saludables. Se ofrecen capacitaciones sobre nutrición, actividad física y bienestar emocional, incentivando la adopción de estilos de vida más equilibrados.

bo* Care aprovecha la tecnología, garantizando accesibilidad y facilidad de uso, asegurando que todas las personas trabajadoras independientemente de su ubicación o puesto de trabajo, puedan beneficiarse de sus recursos y herramientas.

En conclusión, bo* Care, integra estrategias de salud mental, formación en hábitos saludables y digitalización, lo que contribuye a un entorno de trabajo más saludable, productivo y comprometido.

OBJETIVOS PRINCIPALES A PERSEGUIR CON SU IMPLANTACIÓN

bo* Care tiene como propósito principal mejorar el bienestar físico, mental y emocional de las personas trabajadoras, promoviendo un entorno laboral saludable y productivo.

Para ello, se establecen los siguientes objetivos específicos:

- Identificar y mitigar riesgos psicosociales.
- Brindar apoyo profesional a las personas trabajadoras.
- Promover una cultura organizacional basada en el bienestar (Wellness).
- Digitalizar y facilitar el acceso al programa.
- Mejorar el clima laboral y la satisfacción de las personas trabajadoras.
- Impulsar el desempeño y la productividad.

DE QUIÉN SURGE LA BUENA PRACTICA

La propuesta surge a partir del análisis de los diversos datos y métricas analizados por el Servicio de Prevención Propio de bofrost*. Una vez realizado el análisis se genera un debate, de las posibles medidas a implantar, en el seno del Comité de Seguridad y Salud. Establecida la propuesta de acción, se plantea a la dirección de la compañía, quien apuesta por poner en marcha un programa orientado a la mejora de las condiciones de trabajo de las personas trabajadoras enfocado en la salud y bienestar laboral.



Beneficios para la empresa

- Aumento de la productividad
- Reducción del absentismo.
- Mejora del clima laboral.
- Fidelización del talento.
- Imagen corporativa.

Beneficios para los trabajadores

- Mejora del bienestar general.
- Reducción del estrés.
- Apoyo emocional.
- Fomento de hábitos saludables
- Mayor satisfacción laboral.