

Valoración Socioeconómica del Programa de Actividad Física para los trabajadores de la empresa Mahou-San Miguel

José Luis Terreros

Subdirector General de Deporte y Salud
CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES



Presentación del estudio. Madrid, 29 de mayo de 2012



**ANTECEDENTES
JUSTIFICACIÓN**

EL SEDENTARISMO ES EL **7º FACTOR DE RIESGO** EN LOS PAÍSES DESARROLLADOS

España es uno de los países con más alto nivel de sedentarismo de Europa

Informe sobre la Salud en el Mundo (OMS), 2002. Eurobarómetro 2010

SOBREPESO Y OBESIDAD

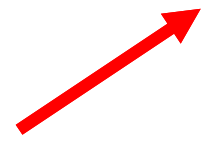
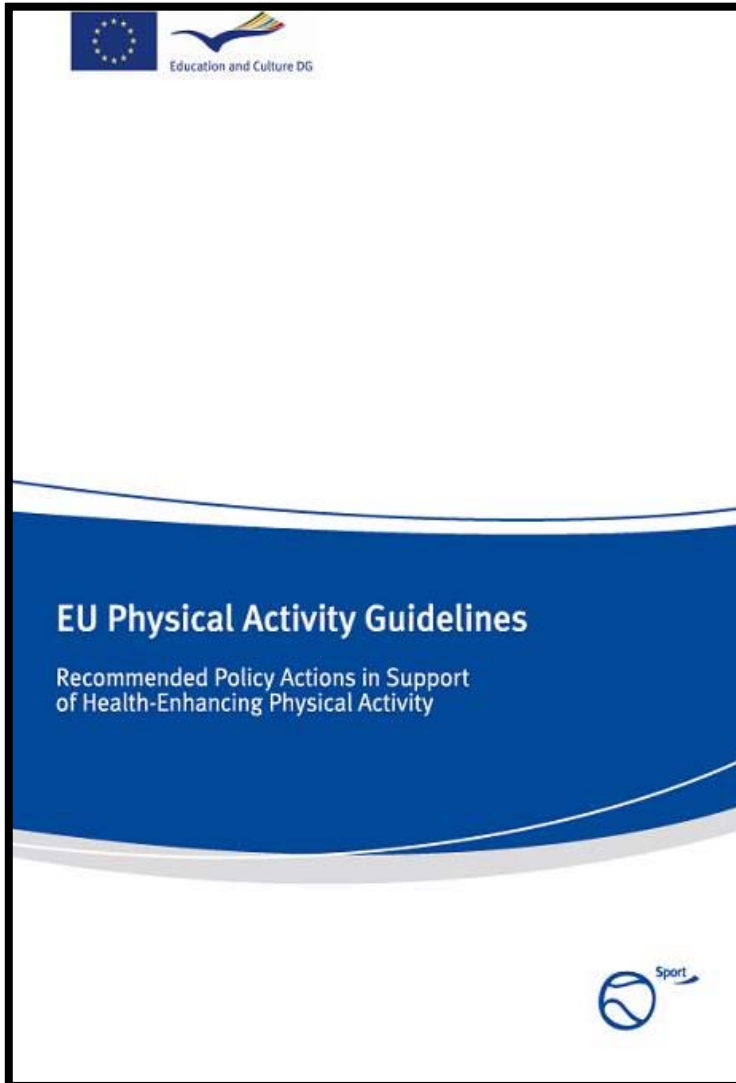
Epidemia: 38'5% de los españoles presenta sobrepeso

Coste económico importante para la sanidad pública

Indicadores de Salud. Instituto Nacional de la Salud. 2006.

Mirando a la UE





Official Journal C 162
of the European Union

English edition Information and Notices

Volume 54
1 June 2011

Notice No	Contents	Page
IV Notices		
NOTICES FROM EUROPEAN UNION INSTITUTIONS, BODIES, OFFICES AND AGENCIES		
Council		
2011/C 162/01	Resolution of the Council and of the Representatives of the Governments of the Member States, meeting within the Council, on a European Union Work Plan for Sport for 2011-2014	1
2011/C 162/02	Council Decision of 27 May 2011 appointing and replacing members of the Governing Board of the European Centre for the Development of Vocational Training	6
European Commission		
2011/C 162/03	Euro exchange rate	7

Plan de Trabajo de la UE en Deporte para 2011-2014

Trabajando en el CSD



EL **PLAN A+D** ES UN INSTRUMENTO CREADO POR EL CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES CON EL FIN DE GARANTIZAR AL CONJUNTO DE LA POBLACIÓN ESPAÑOLA EL ACCESO UNIVERSAL A LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE CALIDAD, AYUDANDO ASÍ A COMBATIR EL ELEVADO NIVEL DE SEDENTARISMO Y OBESIDAD Y A PROMOVER HÁBITOS DE VIDA ACTIVOS Y SALUDABLES.



8 ÁREAS – 3 NIVELES

NIVEL BÁSICO

ACTIVIDAD FÍSICA
Y SALUD

DEPORTE EN
EDAD ESCOLAR

NIVEL
COLECTIVOS
ESPECÍFICOS

DEPORTE EN EL
ÁMBITO
LABORAL

DEPORTE EN LA
UNIVERSIDAD

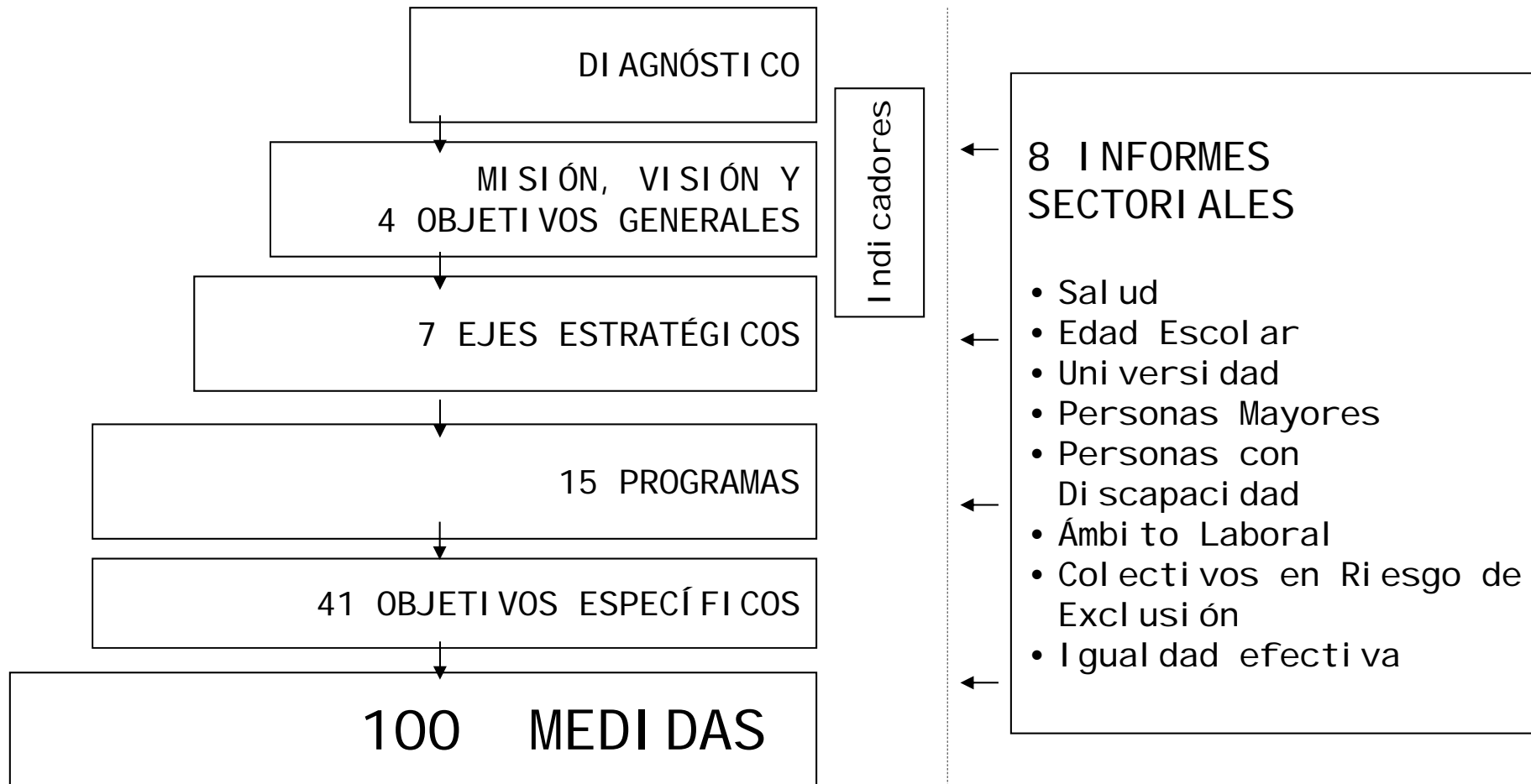
DEPORTE EN
PERSONAS CON
DISCAPACIDAD

ACTIVIDAD
FÍSICA EN
PERSONAS
MAYORES

COLECTIVOS EN
RIESGO DE
EXCLUSIÓN SOCIAL


NIVEL TRANSVERSAL

IGUALDAD EFECTIVA
ENTRE MUJERES Y HOMBRES





PROGRAMA	NÚM. MEDIDAS
1 INICIAL	6
2 SANITARIO DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	4
3 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EDAD ESCOLAR	7
4 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD	5
5 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL	5
6 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LAS PERSONAS MAYORES	5
7 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	5
8 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD	6
9 IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES	8
10 COMUNICACIÓN	9
11 SENSIBILIZACIÓN E INFORMACIÓN	5
12 INVESTIGACIÓN	8
13 FORMACIÓN	10
14 ORGANIZACIÓN, LEGISLACIÓN Y NORMATIVA	9
15 INTERVENCIÓN URBANA	8
TOTAL 100	

A blue-tinted photograph showing several hands reaching upwards towards a volleyball. The volleyball is positioned at the top center of the frame. The hands are in various positions, some open and some with fingers slightly curled, suggesting they are about to catch or pass the ball. The background is a bright, cloudy sky. The overall mood is one of teamwork and aspiration.

**OBJETO DEL ESTUDIO
MARCO DE REFERENCIA
METODOLOGÍA**

Valoración Socioeconómica del Programa de Actividad Física para los trabajadores de la empresa Mahou-San Miguel

Objeto del estudio

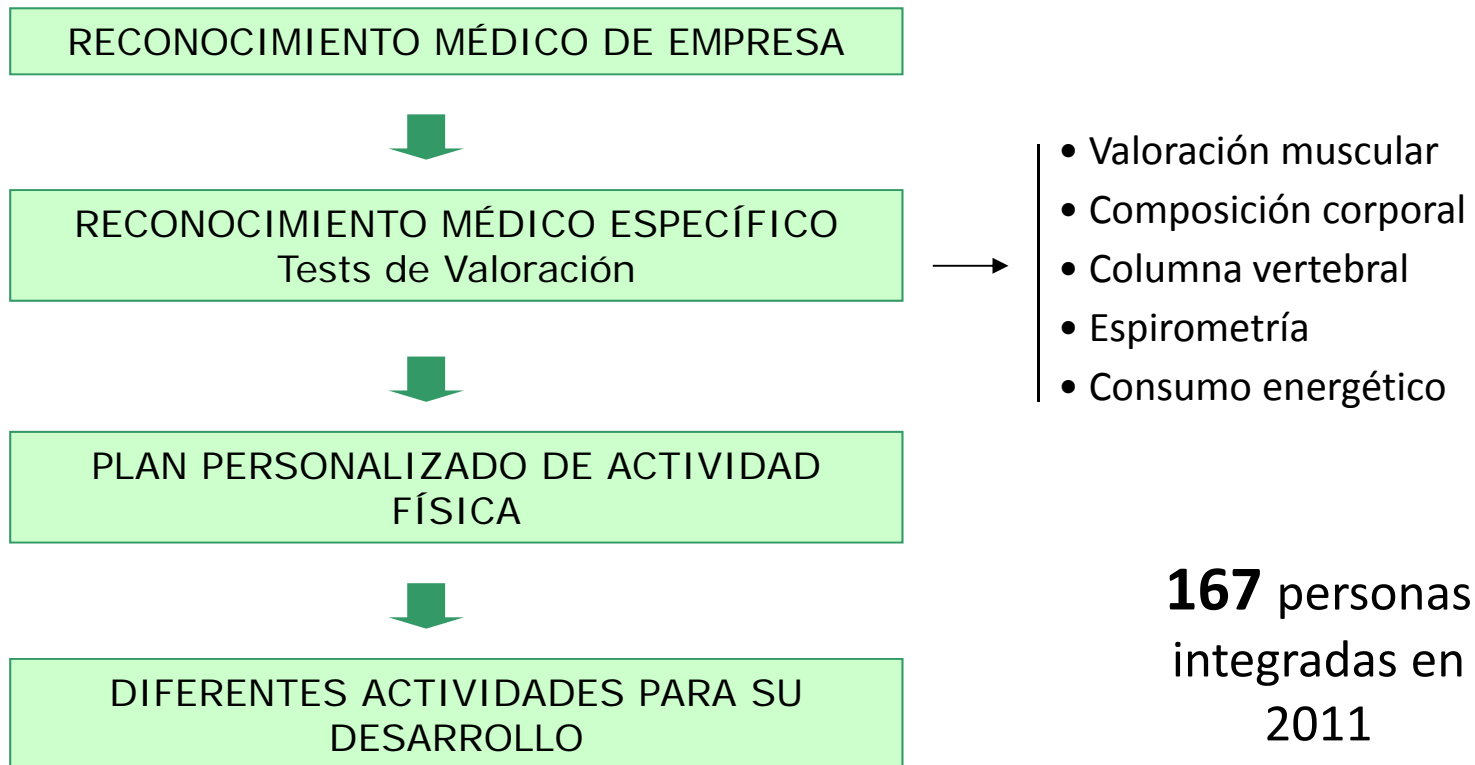
- “Caso” ya existente
Ceñido a 2 centros de trabajo:
 - **Industrial:** Fabrica en Alovera (Guadalajara)
 - **Administrativo:** Sede del Grupo en Madrid
- Aspectos que aborda el estudio:
 - Identificar las características del programa
 - Evaluar los beneficios en la salud de los participantes
 - Conocer la satisfacción de participantes y empresa
 - Identificar los costes del programa
 - **Evaluar los beneficios y el retorno: para la empresa, para el trabajador y para la sociedad.**

Marco de referencia

- **Análisis exhaustivo de bibliografía especializada (16 referencias)**
 - Estudios Análisis coste – beneficio o impacto económico de programas de actividad física en empresas
 - Estudios “Coste – Beneficio” y “Coste – Efectividad” sobre programas de actividad física y su relación con la salud
- **Unanimidad en torno a:**
 - Beneficios para las empresas que desarrollan este tipo de programas
 - Evidencia científica de los beneficios económicos de la asociación Actividad Física – Salud
- **Limitación de experiencias españolas específicas sobre impacto económico en entornos laborales**

El Programa de Actividad Física

- **Origen:** Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de la empresa, a través del servicio de vigilancia de la Salud.



El Programa de Actividad Física Alternativas



USO INDIVIDUAL DE LOS TALLERES DE SALUD DE LOS CENTROS DE TRABAJO – sin coste-



PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES DIRIGIDAS en el centro de trabajo - Madrid-

CONVENIOS CON CENTROS DEPORTIVOS EXTERNOS – 30 € participante



MEDIDAS SOBRE LAS ÁREAS ESTRATÉGICAS DE INTERVENCIÓN



APOYOS DIVERSOS A DEPORTISTAS INDIVIDUALES -corredores, ciclistas- Planes entrenamiento, Apoyo médico y material

CLUB DE LA CAMINATA



ESCUELA DE LA ESPALDA



El Programa de Actividad Física Talleres de Salud



El Programa de Actividad Física Premios

- El Programa “A TU SALUD”, en el marco del cual está el de actividad física, ha tenido gran repercusión en medios de comunicación
- Premio **ESTRATEGIA NAOS 2010** y **Premio Internacional de Recursos Humanos Responsables** (Club de Excelencia en Sostenibilidad y Fundación Adecco)

Asociación para el PROGRESO de la DIRECCIÓN

Inicio Sobre Nosotros Asociarme Revista Contactar APD Centro Noroeste Levante

MICANN WORLDGROUP basoa aet MillwardBrown PARAD

MAHOU, S.A. - "A TU SALUD"

Grupo Mahou San Miguel recibe el Premio Internacional de la mejora práctica de gestión responsable de recursos humanos

Twitter 0 LinkedIn Share Recomendar Sé el primero de tus amigos en recomendar esto.

lunes, 07 de marzo de 2011, 11:35 hrs. Comentarios: 0 Positivo: 0 Negativo: 0

El Club de Excelencia en Sostenibilidad y la Fundación Adecco han concedido al Grupo Mahou-San Miguel la Mejor Práctica Responsable por su proyecto "A tu salud, Programa de Bienestar Físico y Salud" durante las jornadas sobre Gestión Responsable de los Recursos Humanos celebradas en Valencia y a la que han acudido más de 220 empresas.

Un jurado compuesto por Juan Chozas, socio de KPMG Abogados y ex Secretario General de Empleo; Carmen de Miguel, Directora General del Consejo de Cámaras de Comercio de la Comunidad de Madrid, y también ex Secretaria General de Empleo y Pilar Rojo, directora del Club Benchmarking de RRHH del IE Business School. Fruto de su decisión, se concedió el Premio Internacional a la mejor práctica responsable en gestión de Recursos Humanos.

Durante la primera jornada empresas como ABB, ISS, Red Eléctrica de España, Cemex, NH Hoteles o MRW compartieron diferentes ideas tales como la aparición de un nuevo modelo de empleado, más exigente y autónomo, la apuesta por un nuevo tipo de liderazgo o la necesaria flexibilización de la legislación laboral adaptándola a la realidad social.

Atendiendo a las dinámicas del mercado de trabajo actuales y, consecuentemente, a las de relaciones laborales, dónde la globalización de éstas y la digitalización del trabajo, son dos de las tendencias de futuro en el sector de los RRHH, los ponentes concluyeron con un llamamiento a la necesidad de una corresponsabilidad entre empresas y empleados, pues las nuevas buenas prácticas no deben correr únicamente de la mano de las compañías que las implantan.

ACTUALIDAD

Mahou-San Miguel recibe el Premio Estrategia Naos por su Programa de actividad física y alimentación saludable

26/10/2011 10:32:22



La ministra de Sanidad, Política Social e Igualdad, Leire Pajín, ha hecho entrega a Alberto Rodríguez-Toquero, director general de Mahou-San Miguel, del Premio Estrategia Naos 2010 por el Programa para promover la actividad física y la alimentación saludable entre sus trabajadores: "A tu Salud". Estos premios, que otorga el Ministerio y que ya alcanzan su cuarta edición, pretenden impulsar las iniciativas que promuevan la prevención de la obesidad y otras enfermedades crónicas derivadas, a través de una alimentación saludable y la práctica regular de actividad física.

RETINA

PARA COMERTE EL DÍA DESAYUNA BIEN

conecta@diariodeburgos.es

Un alcalde que da la talla

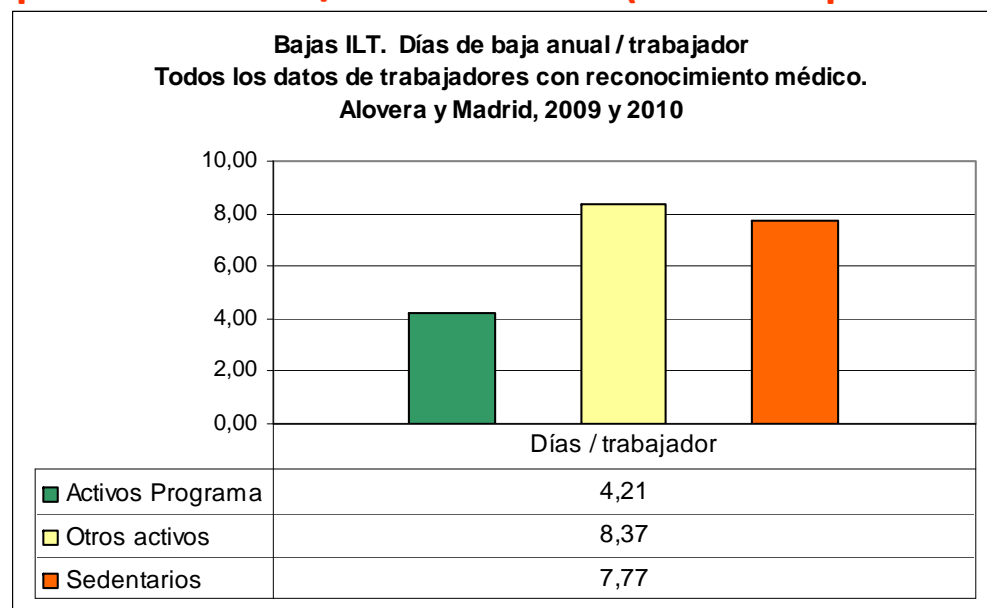
Juan Carlos Aparicio, como el resto de ciudadanos burgaleses que se acercaron al stand del departamento de salud laboral que la multinacional cervecera Mahou-San Miguel ha montado en el centro cívico de San Agustín, se hizo todas las pruebas de salud, incluido el tallaje. Por lo que parece nuestro regidor está como un roble, porque, según cuentan sus allegados, tiene hábitos saludables, se cuida y desayuna bien. Ya se sabe que además el alcalde burgalés tiene una innata pericia, como demostró en el programa televisivo de Eva H., para untar la mantequilla sobre el pan tostado sin que la rebanada se rompa. FOTO: JESÚS J. MARTÍAS

Metodología del Estudio

- **Datos de Salud de los trabajadores de dos centros de trabajo: Alovera y Madrid**
- **773** trabajadores en 2009 y **730** en 2010 (**90% plantilla**), a través del programa **MEDTRA**
- **Base de datos relacional, clasificando los trabajadores en 3 tipos:**
 - **Activos en el programa** (121 y 117 respectivamente)
 - **Otros activos** (según historia médica, 311 y 304)
 - **Sedentarios** (321 y 309 respectivamente)
- **Valores analizados:** Valores promedio, valores elevados o “fuera de normalidad”, normalización de valores elevados, evolución del grupo de “activos en el programa”, distribución de bajas por tipo y motivo de baja.
- **Estadística a través de SPSS 18 y test estadísticos para el tratamiento de las variables**

Los beneficios en la salud de los participantes Indicadores laborales

- Los participantes en el programa tienen:
 - Menos incapacidad temporal (I.T.) por trabajador
 - La duración de la I.T. es menor
 - **La pérdida de días/año es menor (la mitad que el resto de la plantilla)**



- **No hay ningún accidente de trabajo entre los participantes**
 (aunque no hay diferencia significativa con el resto de trabajadores, debido al bajo número total de accidentes)

A high-angle, top-down photograph of a person swimming in clear, blue water. The swimmer is wearing dark goggles and has their arms extended forward in a freestyle stroke. The water surface is rippled with light reflecting off it. A semi-transparent white rectangular box is centered in the lower half of the image, containing the text 'RESULTADOS' and 'CONCLUSIONES' in bold, black, uppercase letters.

RESULTADOS
CONCLUSIONES

Los beneficios en la salud de los participantes Indicadores de Salud

- Los **Indicadores de Salud** de los participantes en el programa de actividad física son mejores que el resto de la plantilla
- El **perfil cardio-saludable** de los participantes en el programa es mejor

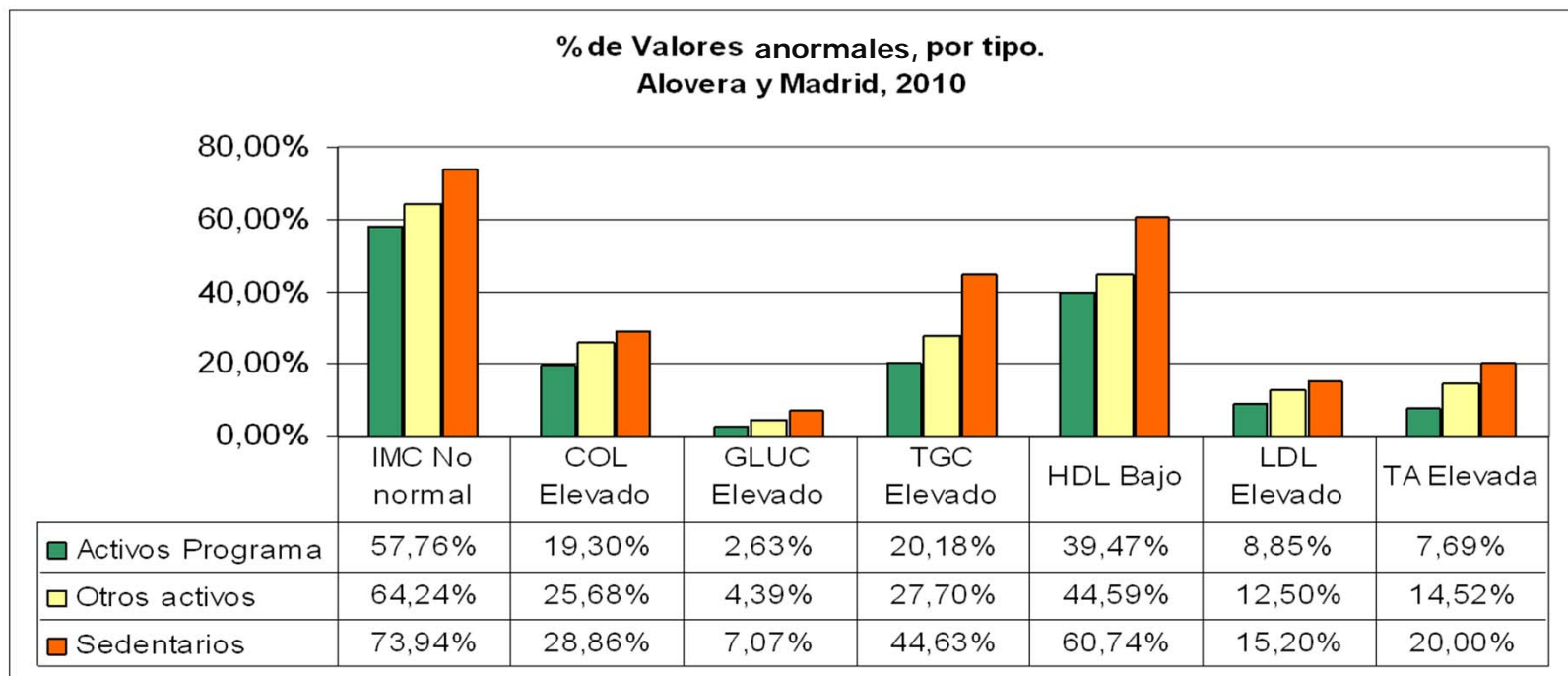
Ejercicio	2010		
	Activos Programa	Otros activos	Sedentarios
Trabajadores	117	304	309
Promedio de COL mg/dl	191,98	197,85	200,96
<i>desv típica</i>	$\pm 38,1$	$\pm 35,4$	$\pm 37,9$
Promedio de TGC mg/dl	115,6	131,9	176,4
<i>desv típica</i>	$\pm 78,3$	$\pm 81,9$	$\pm 121,3$
Promedio de HDL mg/dl	58,36	56,73	53,84
<i>desv típica</i>	$\pm 12,7$	$\pm 13,3$	$\pm 13,7$
Promedio de LDL mg/dl	109,6	115,3	113,7
<i>desv típica</i>	$\pm 31,86$	$\pm 32,15$	$\pm 38,1$
Promedio de IMC kg/m ²	25,24	26,61	27,64
<i>desv típica</i>	$\pm 3,78$	$\pm 4,36$	$\pm 4,44$
Promedio de TAS mmHg	115,26	118,21	120,41
<i>desv típica</i>	$\pm 9,71$	$\pm 11,88$	$\pm 8,88$
Promedio de TAD mmHg	72,48	76,30	79,29
<i>desv típica</i>	$\pm 9,02$	$\pm 9,95$	$\pm 8,60$
Promedio de GLUC mg/dl	82,61	85,08	86,07
<i>desv típica</i>	$\pm 12,27$	$\pm 19,69$	$\pm 17,96$
Promedio de CIG/DIA	4,08	6,08	8,00

Los beneficios en la salud de los participantes

Indicadores de Salud

- Indicadores de salud:**

El mejor perfil cardiosaludable se expresa mejor viendo los valores fuera de normalidad: **Significativamente menor prevalencia de valores anómalos en los participantes.**



La Satisfacción de los participantes

Satisfacción general

- Encuesta a 100 participantes (60% del total)
- Octubre – noviembre 2011
- Anónima
- Factores analizados:
 - Razones de práctica
 - Valoración y satisfacción del programa
 - Percepción mejoría de salud
 - El esfuerzo personal y de la empresa
 - Sugerencias y mejoras

1.- ¿CÓMO LE HA SIDO PREFERIBLE SU EXPERIENCIA CON EL PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA DE LA EMPRESA MAHOU-SAN MIGUEL?

medir en milés

Valoración de servicios médicos de la empresa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Valoración de servicios (o compañeros)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Valoración de servicios médicos externos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Conveniencia para el desarrollo de los programas de la actividad física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Otros (especificar)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2.- VALORAR, POR FAVOR, DE 1 a 30, SU SATISFACCIÓN GENERAL CON EL PROGRAMA Y DE CADA UNO DE LOS ASPECTOS SEÑALADOS (1 es la peor valoración, 30 la mejor valoración)

medir en milés

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
El Programa de Actividad Física en general	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los servicios médicos dependientes de la empresa (Teléfono de Salud)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La atención e información del Servicio de Prevención	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las actividades dirigidas en las que participa (en su caso)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La ayuda que recibe para participar en un programa de actividad física (en su caso)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La atención médica de la empresa para la promoción de programas de actividades físicas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3.- ¿CÓMO LE HA SIDO PARTICIPAR EN EL PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA DE LA EMPRESA MAHOU-SAN MIGUEL EN SU UNIDAD? SEÑALAR, POR FAVOR, EN CADA UNO DE LOS ASPECTOS...

medir en milés

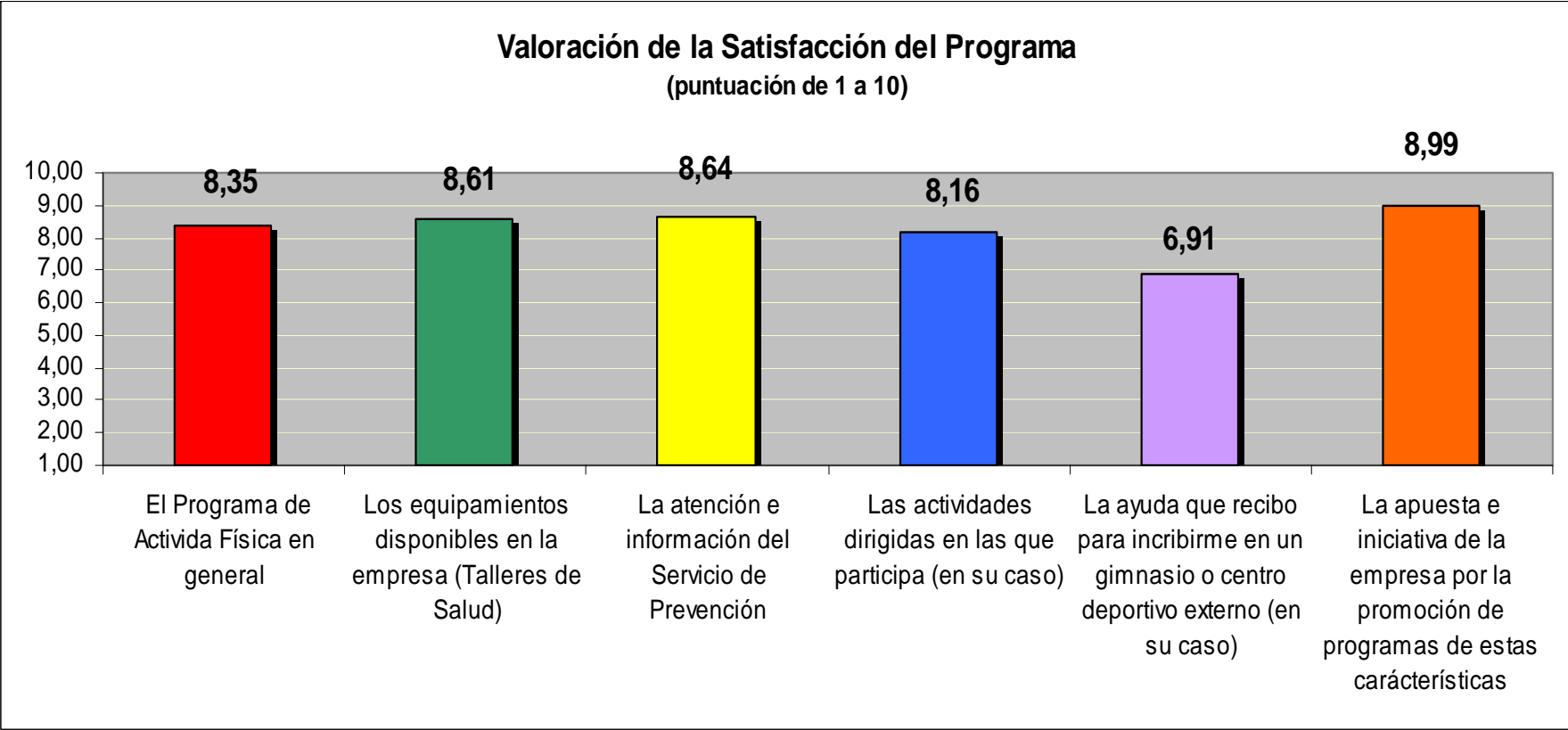
	NO SE SUPLENEN NI SUPLENEN	NO SON MUCHO ÚTILES	SON MUCHO ÚTILES	NO SE SUPLENEN NI SUPLENEN
Su estado de salud en general y su condición física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Su estado de salud por enfermedades (cardíacas, musculares, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los hábitos de alimentación y parámetros en sus compañeros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Su motivación y actitud en el punto de trabajo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La satisfacción personal, individual y colectiva por el desarrollo de una actividad que aporta un bienestar y...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Un nivel adecuado en el sistema habitual de mantenimiento...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Valoración cualitativa del Programa de Actividad Física para las personas empleadas de la empresa MAHOU-SAN MIGUEL

La Satisfacción de los participantes

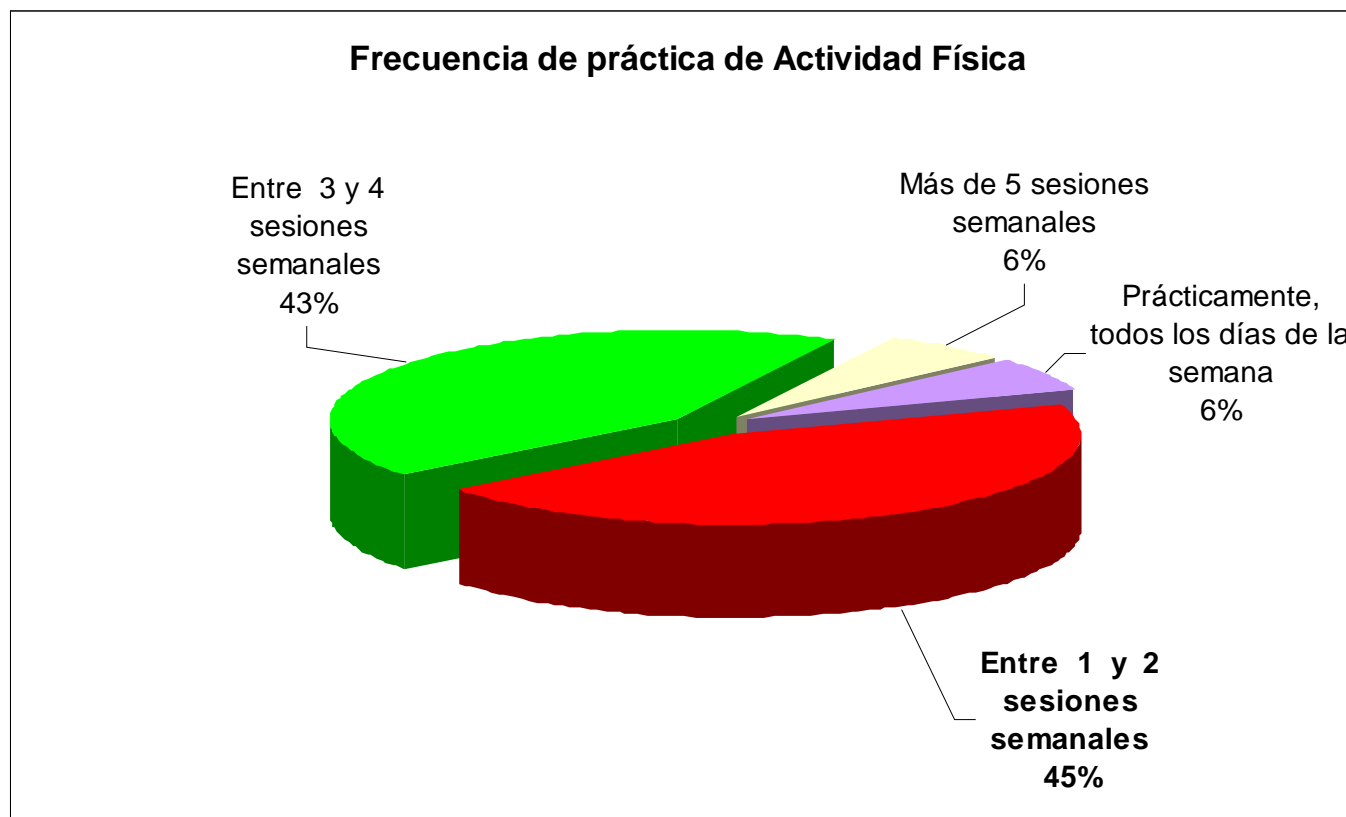
Satisfacción general

- Alta Valoración del programa en todos sus aspectos



La Satisfacción de los participantes Nivel de práctica

- Alta frecuencia media de práctica : 2,87 veces por semana



La Satisfacción de los participantes Percepción sobre los beneficios personales

- El **94%** de los participantes ha notado una mejoría en su **Estado de Salud y Condición Física**
- El **86%** de los participantes ha notado una mejoría en su **Estado de Salud Psico-social**
- El **71%** de los participantes ha notado una mejoría en su **Motivación y actitud en el puesto de trabajo**
- El **93%** de los participantes ha notado una mejoría en su **Satisfacción personal, individual y autoestima**
- El **42%** de los participantes ha notado una disminución en el **Consumo de medicamentos**
- El **91%** de los participantes considera que su **Estado de Salud actual es bueno o muy bueno**

El punto de vista de la empresa

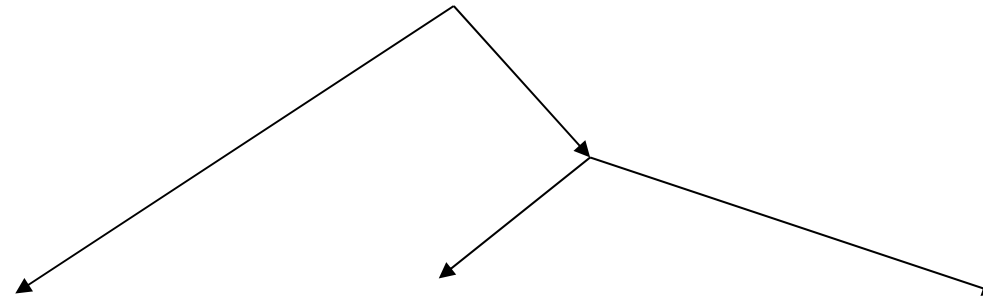
- **Entrevistas a 10 responsables:** 2 de la Dirección - 4 del Servicio de Prevención - 4 participantes (2 Comité empresa)

SUBJETIVAMENTE DESTACAN:

- **Conciencia de estar contribuyendo a la salud de los trabajadores: “LA SALUD DE LOS EMPLEADOS ES UN CONCEPTO ESTRATÉGICO INTEGRADO EN LA POLÍTICA DE LA EMPRESA...”**
- **Importancia del “tiempo ganado” al tener la actividad en el propio centro: CONCILIACIÓN...**
- **Menor absentismo y mayor productividad;** mayor seguridad en todos los aspectos
- **Cohesión transversal entre los empleados** – que se conocen personalmente cuando están en actividades-
- **Beneficios económicos para los empleados**

Análisis Coste - Beneficio Metodología

- **Análisis coste – beneficio: intentamos identificar los costes del programa y los beneficios del mismo**



Costes:

- Personal
- Gasto corriente
- Inversiones

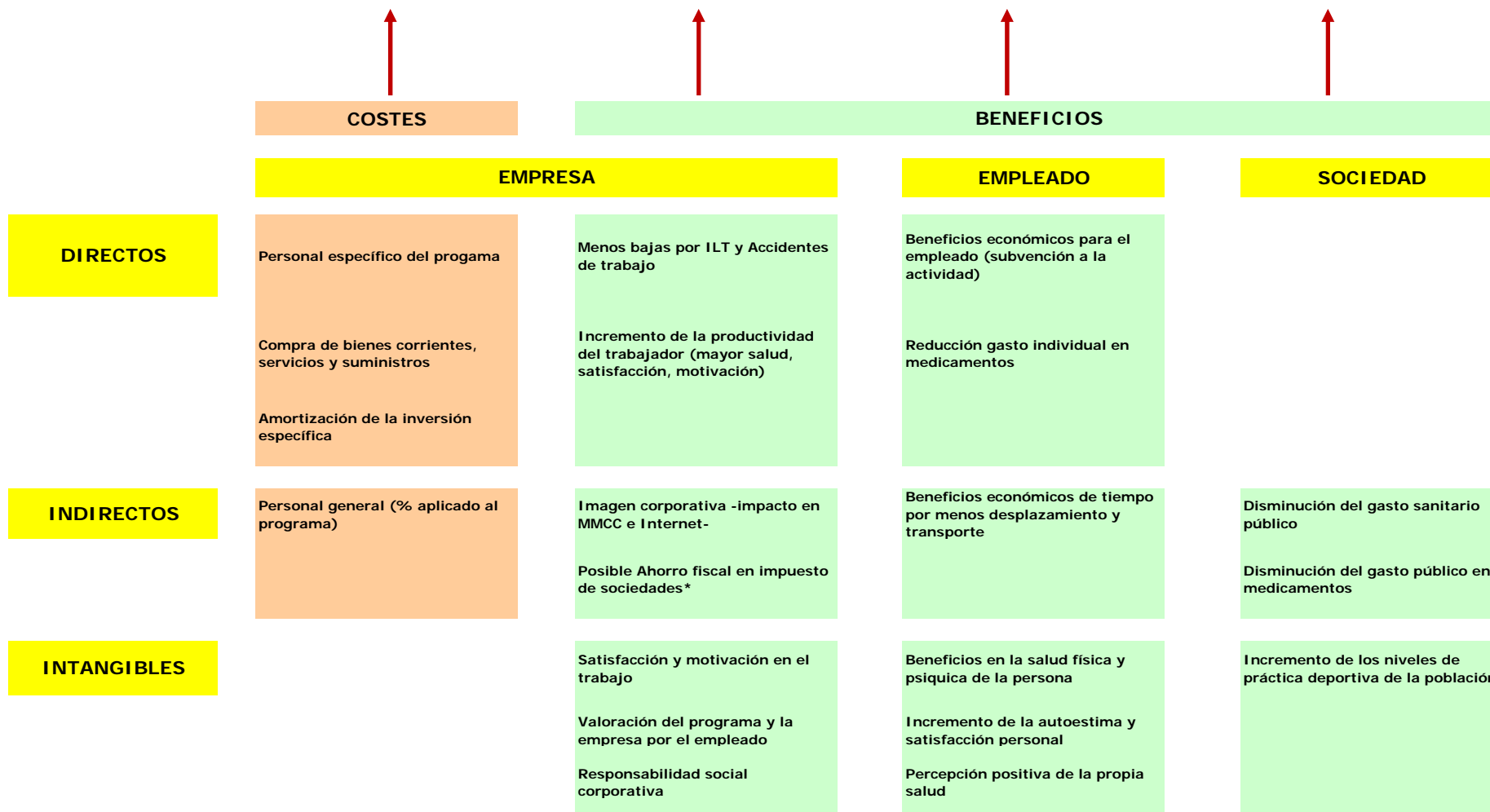
Beneficios para:

- La empresa
- El empleado
- La sociedad

Beneficios de tipo:

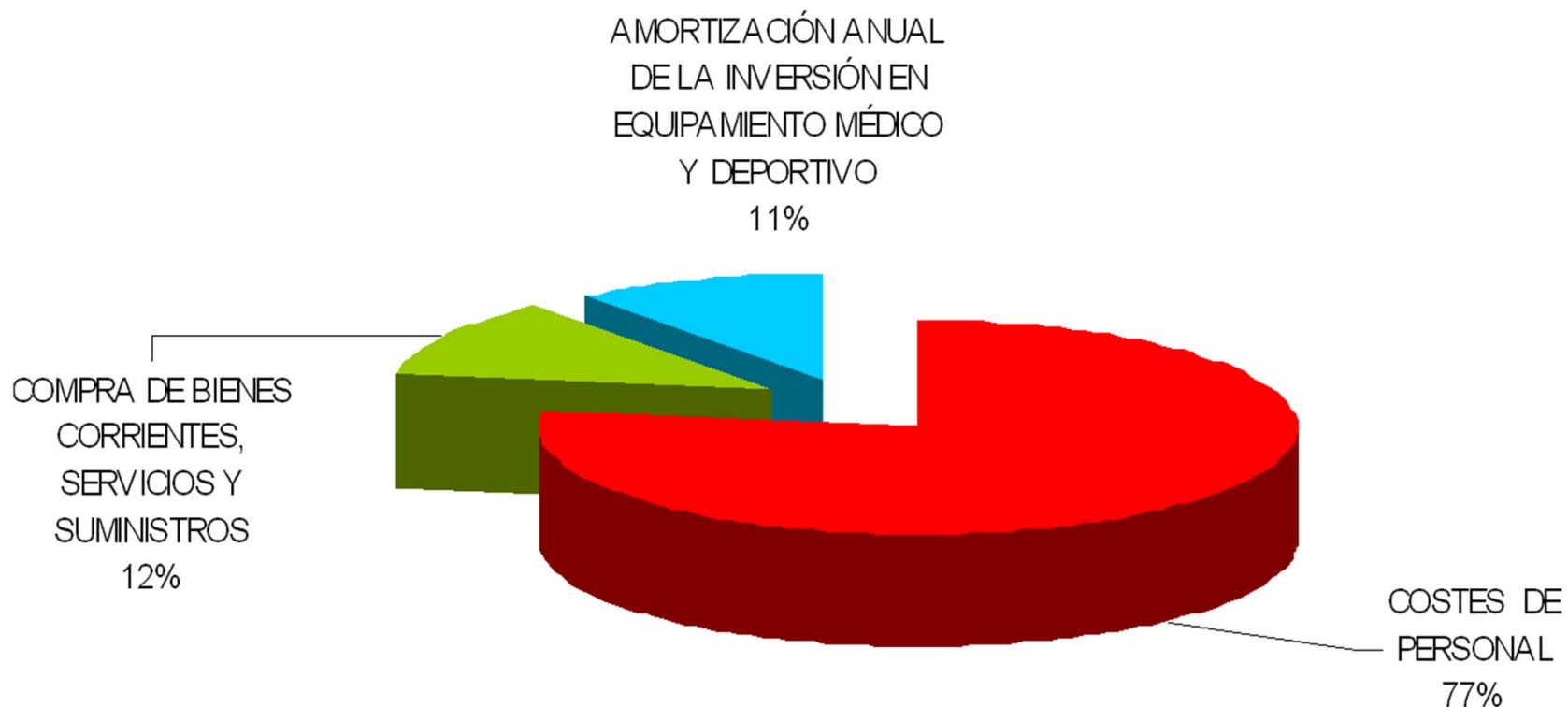
- Directos
- Indirectos
- Intangibles

Valoración Socioeconómica del Programa de Actividad Física para los trabajadores de la empresa Mahou-San Miguel



Análisis Coste - Beneficio Distribución de Costes

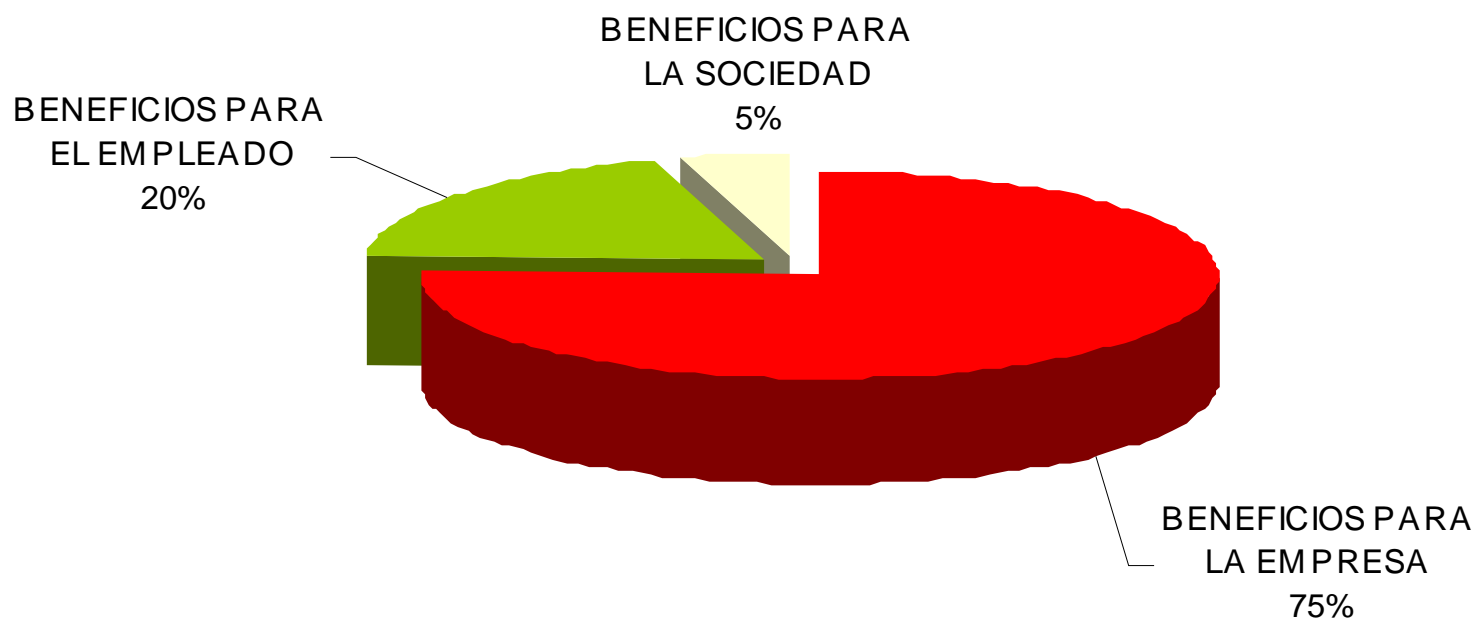
- El **coste** del programa de actividad física de Mahou-San Miguel ascendió, en 2010, a: **220.842 €**



Análisis Coste - Beneficio

Beneficios monetarizables. Distribución

- Los **beneficios y utilidades** del programa de actividad física de Mahou-San Miguel ascendieron, en 2010, a: **635.891 €**



Análisis Coste - Beneficio

Los Beneficios intangibles (no monetarizables)

- **Para la empresa:**

- Satisfacción y motivación en el trabajo
- Valoración de la empresa por el empleado
(8,99 de valoración de los participantes en el programa)
- Responsabilidad Social Corporativa

- **Para los trabajadores:**

- Percepción de la mejora de la salud (física y psico-social)
- Mejora de la autoestima y de la satisfacción personal
- Mejor actitud en el puesto de trabajo

- **Para la Sociedad:**

- Incremento de práctica deportiva
- Generación de hábitos saludables asociados

Análisis Coste - Beneficio

Relación Coste – Beneficios brutos

- La relación coste / beneficios brutos totales del programa es del:

2,9

- La relación coste / beneficios brutos del programa, para la empresa, es del:

2,2

Análisis Coste - Beneficio Retorno de la inversión - ROI

- El ROI GENERAL del programa es 1,88. Alcanza una rentabilidad del:

188%

- El ROI PARA LA EMPRESA es 1,17. Alcanza una rentabilidad del:

117%

$$\text{ROI} = \text{Return of Investment} \\ \frac{(\text{beneficio bruto obtenido} - \text{inversión})}{\text{inversión}}$$

CONCLUSIONES

1. El programa de actividad física de la empresa Mahou-San Miguel es una actividad **muy rentable en términos económicos** para ésta
2. El retorno bruto global por € invertido es de **2,9 (2,2 para la empresa)**

Con una estimación de error $\pm 20\%$ para los beneficios y $\pm 10\%$ para los costes, este retorno oscilaría en una banda entre **2,1 y 3,9**

El ROI alcanza una rentabilidad del 188 % en general y del 117% para la empresa.

3. Los grandes beneficios monetarizables para la empresa son:
 - **Disminución de bajas laborales por ILT**
 - **Incremento de la productividad**
 - **Impacto en MMCC e Internet**

CONCLUSIONES

4. El programa de actividad física de la empresa Mahou-San Miguel es una actividad **muy rentable para los empleados**:
 - ✓ Ahorro en tiempo –conciliación laboral y familiar–
 - ✓ Ahorro económico –apoyo a la práctica–
 - ✓ Satisfacción personal, autoestima y mejora de la salud
5. Los participantes en el programa presentan datos de **salud sensiblemente mejores** que el conjunto de la plantilla
6. La percepción de la **satisfacción** de los participantes en el programa y de la empresa es muy elevada

CONCLUSIONES

7. El programa analizado representa un **excelente ejemplo para las empresas españolas y su conocimiento y difusión se hacen ineludibles**
8. El presente estudio debería ser el **punto de arranque** de investigaciones académicas en el sector y de otras experiencias piloto
9. Específicamente, el diseño de **“Modelo de cálculo de costes y beneficios monetarizados”**, que permitiese su aplicación para la viabilidad de programas en empresas
10. Se ha constatado la importancia de la disponibilidad de **Talleres de Salud** en las empresas –ahorro de tiempo y dinero-.

CONCLUSIONES

11. El apoyo a la inserción de empleados en centros deportivos se configura, asimismo, como una **oportunidad de cooperación entre empresas y operadores deportivos.**
12. La importancia del **consejo médico** para la generalización de hábitos de práctica: trabajo sobre los Servicios de Prevención
13. La necesidad de **incorporar a profesionales de actividad física y del deporte** a la dirección e implementación de los programas
14. Programas de actividad física **como parte de los programas de Salud Integral** en las empresas