



aniento

FISIOTERAPIA Y BIENESTAR

AREAS DE TRABAJO



THE LinkedIn EFFECT

Vida Real



FERNANDA
GERENTE



IRVIN
VENTAS



CARLOS
RECURSOS
HUMANOS



DANIELA
FREELANCER

Alter Ego LinkedIn



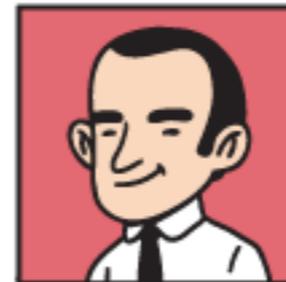
FERNANDA
REGIONAL CHIEF LEADER
PROJECT MANAGER. BUSINESS
GURU. SEMINARISTA. EXPONEN-
CIADORA DE EQUIPOS.

[Conectar](#) [Enviar mensaje InMail](#) ▾



IRVIN
SALES MANAGER DIRECTOR.
CREADOR DE SOLUCIONES AL
CLIENTE. LÍDER DE PENSAMI-
ENTO. EL EJECUTIVO MEJOR
CONECTADO EN LA REGIÓN.

[Conectar](#) [Enviar mensaje InMail](#) ▾



CARLOS
INNOVATION HEADHUNTER.
VISOR DE POTENCIAL.
IMPULSADOR DE CARRERAS.
EXPORTADOR DE TALENTOS.

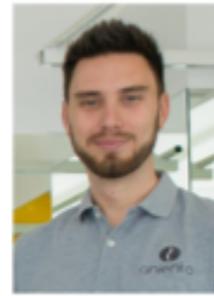
[Conectar](#) [Enviar mensaje InMail](#) ▾



DANIELA
CEO OF MY OWN DESIGN
STUDIO. ENTREPRENEUR.
CRAFTING THE AWESOME.

[Conectar](#) [Enviar mensaje InMail](#) ▾

DIRECTORES AREA



Director Area Bienestar: Alejandro Aniento Feringán

- Diplomado en Enfermería por la Universidad de Zaragoza
- Graduado en Fisioterapia por la Universidad San Jorge
- Master en Investigación en Ciencias de la Salud
- Docente e Investigador (Neurociencia) en Universidad San Jorge (Grados de Enfermería y Fisioterapia)
- Encargado área de docencia e investigación I+D.
- Encargado área de Bienestar



Director Salud Laboral: Ignacio Al-Kourdi Joven

- Graduado en Fisioterapia (Universidad San Jorge)
- Postgrado OMT (Universidad de Zaragoza)
- Master Universitario Prevención Riesgos Laborales (Universidad San Pablo CEU)
- Beca de Investigación Empresa Sana (Cátedra BSH-MAZ)
- Encargado área de formación en empresa Ergonomía laboral (Mas Prevención).



Director Area Deporte: Jaime Pomar Casado

- Graduado en Fisioterapia (Universidad San Jorge)
- Master en Fisioterapia Deportiva y Readaptación
- Fisioterapeuta en Federación Española de Fútbol Americano
- Encargado área deportiva



Director Area Maternidad: Elena Lecha Aliende

- Graduada en Fisioterapia por la (Universidad San Jorge)
- Postgrado en Fisioterapia pediátrica (Universidad San Jorge)
- Master en Investigación en Ciencias de la Salud (Universidad San Jorge)
- Cursando Postgrado en Fisioterapia en Obstetricia y Uroginecología Universidad Europea de Madrid 2015
- Encargada área de maternidad y postparto en



Director Área Neurología: Enrique Villa Berges

- Diplomado en Terapia Ocupacional (Universidad Zaragoza)
- Terapeuta Bobath (Asociación Española Terapeutas Bobath)
- Cursando Master; Terapia Ocupacional basada en la evidencia. Terapia de mano.
- Encargado área neurológica



FILOSOFIA DE TRABAJO

La mayoría de nuestros clientes acuden a nosotros para resolver sus problemas de **prevención terciaria**. Vosotros como empresa habéis hecho una exploración observando cual es el problema y queréis aplicar una solución, no un parche. Y apostáis por la prevención primaria como medida. Para poder llevarla a cabo debemos explorar y valorar para dar respuesta al porque, que nos confirmará el éxito. Y en este diagrama entenderéis que la **prevención secundaria** es primordial para realizar la perfecta **prevención primaria**.



FILOSOFIA DE TRABAJO



LUMBALGIA RECIDIVANTE	RESULTADO PACIENTE	CONSECUENCIAS
SESION FISIOTERAPIA	DISMINUCION DOLOR	DISMINUYE PRESENTISMO
ANALISIS POSTUROGRAFICO	CONSCIENCIA PATOLOGIA PREDISPONENTE	MEJORA HIGIENE POSTURAL
EJERCICIOS CORRECTIVOS	PREVENCIÓN DEL DOLOR	EJECUCION LABORAL CORRECTA
ACTIVIDAD FISICA	CAMBIO HABITOS	DISMINUYE RIESGO LESION

SERVICIOS

1. BIENESTAR

- 1.- Rehabilitación
- 2.- Entrenador personal
- 3.- Yoga y Escuela de espalda
- 4.- Masaje infantil
- 5.- Bienestar en familia
- 6.- Hipopresivos

1. MUJER

- 0.- Embarazo saludable
- 1.- Fisioterapia para embarazadas
- 2.- Curso preparatorio al parto
- 3.- Recuperación postparto
- 4.- Superwoman

1. ACTIVIDAD FÍSICA

- 1.- Recuperación de deportistas
- 2.- Valoración posturográfica
- 3.- Valoración biomecánica de bicicleta
- 4.- Club deportivo sano
- 5.- Escuela de running seguro
- 6.- HIIT (High Intensity Interval Training)

1. NEUROLOGÍA

- 1.- Neurología cognitiva
- 2.- Neurología física
- 3.- Rehabilitación neurológica
- 4.- Talleres

1. UNIDAD DE EMPRESA

- 1.- Formación ergonomía laboral
- 2.- Valoración del puesto de trabajo
- 3.- Creación de espacio saludable
- 4.- Fisioterapia en empresa

5.- AREA DE EMPRESA

En Aniento Fisioterapia y Bienestar contamos con fisioterapeutas especializados en la prevención de riesgos laborales y en el tratamiento de dolencias de la actividad laboral.

Realizamos diversos servicios que abarcan desde la formación, prevención y rehabilitación

1.- Formación ergonomía laboral

Servicio que realizamos en la misma empresa dirigido a compañías que quieren ampliar la prevención de riesgos convencional, con aspectos formativos que anticipan lesiones de sus empleados.

Contamos con tres niveles de formación:

- I. Básica : El objetivo de esta formación es dotar de conocimientos básicos, para explicar cómo se originan y ejecutan correctamente los movimientos corporales evitando las posibles enfermedades y lesiones derivadas del trabajo o actividad laboral.
- II. Avanzada: Se proporcionará la información necesaria en materia de valoración músculo-esquelética y biomecánica con el objetivo de poder entender y conocer los mecanismos lesivos y su sintomatología
- III. Líder: Se proporcionarán conocimientos más avanzados y específicos para tener la capacidad de solucionar las afecciones mediante la instigación y motivación de la ejecución correcta de actividad física y deporte:

2.- Valoración del puesto de trabajo

Trascendiendo del habitual análisis del puesto de trabajo, en Aniento ampliamos los estudios del desempeño laboral y de las personas que realizan dichas funciones de forma individual para conocer y corregir las afecciones extrínsecas e intrínsecas. Nuestro personal y nuestra tecnología nos permite una elevada capacidad analítica del individuo con la consiguiente personalización de los tratamientos.

1. Análisis del puesto de trabajo

Tras la observación de las dinámicas de trabajo realizamos una propuestas de mejora y de acción preventiva en cada uno de ellos para corregir esfuerzos repetitivos o posturales:

- ✓ Medición de anamnesis, control escapular, control lumbar y flexibilidad de la cadena posterior del miembro inferior
 - ✓ Evaluación postutográfica con cámaras de presión
 - ✓ Medición de la estática y equilibrio con plataforma baropodométrica
 - ✓ Identificación de puntos gatillo
 - ✓ Comparación entre las diferentes muestras en el puesto de trabajo
- ✓ Elaboración de un informe de resultados y recomendaciones correctivas individualizadas

2. Plan de rotación de los puestos de trabajo

3. Elaboración y entrega de fichas con ejercicios preventivos y de recuperación en formato digital para los trabajadores y/o empresa

4. Formación

- ✓ Introducción teórica de conceptos básicos
- ✓ Exposición teórica de fichas de ejercicios elaborados para los diferentes puestos de trabajo
- ✓ Realización práctica de los ejercicios (habilitar un espacio saludable)

5. Revaluación a los 3 meses

3.- Creación de espacio saludable

Reproducimos nuestro espacio en la empresa para que los trabajadores puedan realizar sus ejercicios preventivos y extrapolamos nuestra oferta de actividades saludables de prevención para que generes un clima de bienestar empresarial.

4.- Fisioterapia en empresa

Nos trasladamos a la empresa y creamos en ella un servicio de fisioterapia para los empleados, pudiendo realizar un trabajo multidisciplinar debido a las diferentes especialidades de cada uno de los profesionales:

- ✓ Laboral
- ✓ Rehabilitación
- ✓ Fisioterapia deportiva
- ✓ Unidad de mujer

FILOSOFIA DE TRABAJO

Tres centros :

-  Parque Venecia
-  Las Fuentes
-  Cuarte de Huerva



Seis fisioterapeutas titulados,
cinco especialidades:

- Bienestar
- Unidad deportiva
- **Salud laboral**
- Neurología
- Unidad de la mujer



aniento Fisioterapia y Bienestar propone un proyecto de trabajo **preventivo en lesiones** de origen laboral y en el **tratamiento de dolencias** derivadas de la actividad

Valoración de puesto de trabajo



Un método de éxito
probado en diferentes
empresas

Valoración de puesto de trabajo



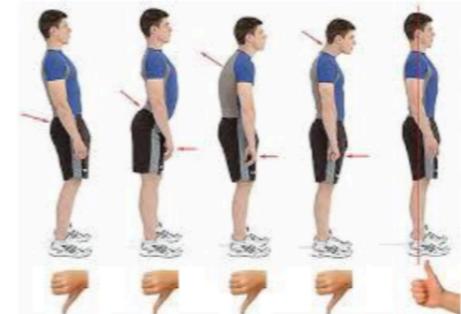
El método aniento

- Mejorar la salud y bienestar de los empleados
- Promover conciencia de un buen estado físico y hábitos saludables
- Reducir número de bajas laborales por factores intrínsecos y extrínsecos
- Mejora de la productividad y competitividad de la empresa
- Reducción de estrés por lesión
- Evitar futuras recidivas en lesiones recurrentes

El origen de las lesiones

Condicionantes extrínsecos, inherentes a la actividad:

- Máquinas, EPIs y herramientas manuales defectuosas
- Movimientos repetitivos
- Movimientos forzados



Condicionantes intrínsecos del trabajador:

- Capacidad física insuficiente del trabajador
- Malos hábitos (posturales, tabaco, alcohol, sueño)
- Problemas anatómicos y estructurales

Fisioterapia preventiva = menos lesiones



Fisioterapia preventiva = menos lesiones

Extrínseco: Fase 1. Estudio

- Informe colectivo de riesgos de patología por puesto de empleo.
- Formación específica por puesto.
- Elaboración de fichas con ejercicios preventivos para disminuir el riesgo de lesión asociado a cada puesto.

Intrínseco:

- Estudio posturográfico, equilibrio, reparto de cargas y pisada mediante plataforma de presiones
- Historial individual de lesiones
- Anamnesis clínica. Cuestionarios validados 

Fisioterapia preventiva = menos lesiones

Fase 2. Formación

Extrínseco:

- Análisis del puesto de trabajo (movimientos repetitivos predecesores de lesión musculoesquelética).
- Seguimiento de la actividad laboral con grabación de cámara alta velocidad

Intrínseco:

- Informe individual con los patrones repetitivos por puesto de empleo, que preceden la lesión.
- Ejercicios preventivos específicos de lesiones musculares asociadas a cada trabajador. (Digitalizada)

Fisioterapia preventiva = menos lesiones

Fase 3. Seguimiento y evaluación

Extrínseco:

- Seguimiento del aprendizaje.
- Reevaluación y modificación de errores en el entorno laboral.
- Planteamiento de nuevos objetivos

Intrínseco:

- Reevaluación de los test
- Comparativa de los resultados
- Planificación específica a largo plazo.

Nuestra propuesta

1. Desarrollo de las fases del **método aniento**
2. Tratamiento preferente en nuestra clínica de **recuperación de los trabajadores en Parque Venecia**
3. Acompañamiento periódico de un **fisioterapeuta para generar buenos hábitos laborales**
4. **Reevaluación** trimestral de los hábitos laborales y los gestos técnicos de ejecución para prevenir lesiones musculoesqueléticas así como aplicación de medidas correctivas.
5. Beneficios sociales en fisioterapia y bienestar para los empleados y familiares de la empresa

Nuestra propuesta

Condiciones económicas: para adaptar las condiciones económicas al funcionamiento de la empresa ofrecemos distintos planes de trabajo.

1) Formación

- 1) Formación básica: 3 horas 600 €
- 2) Formación avanzada: 6 horas 900 €
- 3) Formación líder: 20 horas 3000 €

1) Valoración del puesto de empleo y análisis posturográfico de los trabajadores

- 1) Análisis y elaboración del puesto de empleo: 200 €
- 2) Análisis individualizado de los trabajadores: 60€/ empleado con descuento aplicable por aumento de horas de contratación.

2) Creación de espacio saludable: Adaptado a las dimensiones dispuestas por la empresa

3) Fisioterapia en empresa: 50€/sesión con descuento aplicable por aumento de horas de contratación.

4) Beneficios sociales por medio de convenio de colaboración.

Otros servicios **empresa saludable**

- Formación
 - ✓ Ergonomía
 - ✓ Valoración de riesgos
 - ✓ Actividad física
- Fisioterapia en entorno laboral
- Espacio saludable
 - Ejercicios
 - Actividades
- Bonificación para empleados



EMPRESA SALUDABLE. ¿QUE ES?

Un lugar de trabajo saludable es aquel en el que los **trabajadores** y la **dirección colaboran** en la aplicación de un proceso de mejora continua para **proteger** y **promover** la SALUD, la SEGURIDAD y el BIENESTAR de todos los trabajadores y la sostenibilidad del lugar de trabajo.



Un lugar de trabajo promotor de la salud es aquél en el que hay un *compromiso visible de la dirección* que integra la SALUD en la toma de decisiones, garantiza los **recursos** necesarios y toma acciones centradas en las **necesidades de los trabajadores** como elemento importante para el **éxito** y **diferenciación** de la empresa.

EMPRESA SALUDABLE. ¿QUE ES?

INTRODUCCION

En tiempos de dificultades económicas es cuando resulta más necesario encontrar nuevas variables que nos permitan sobrevivir y competir y aplicar el modelo de empresa saludable ayuda a fortalecer situaciones mercantiles difíciles porque:

DIFICULTADES	EXITO
GLOBALIZACION	OPTIMIZACIÓN
COMPETITIVIDAD	INNOVACIÓN
ARCAICO	PRODUCTIVIDAD
SOBREVIVIR	SOSTENIBILIDAD
REACCIONARIO	EVOLUTIVO

1. Favorece la **organización** del trabajo y el **bienestar** de los trabajadores
2. Se convierte en una **optimización de los recursos** y una **mejora del proceso productivo**
3. Es un valor que se incorpora en la misión y la visión de las organizaciones: una **nueva cultura de empresa**.

EJEMPLO

EMPRESA SALUDABLE. ¿QUE ES?

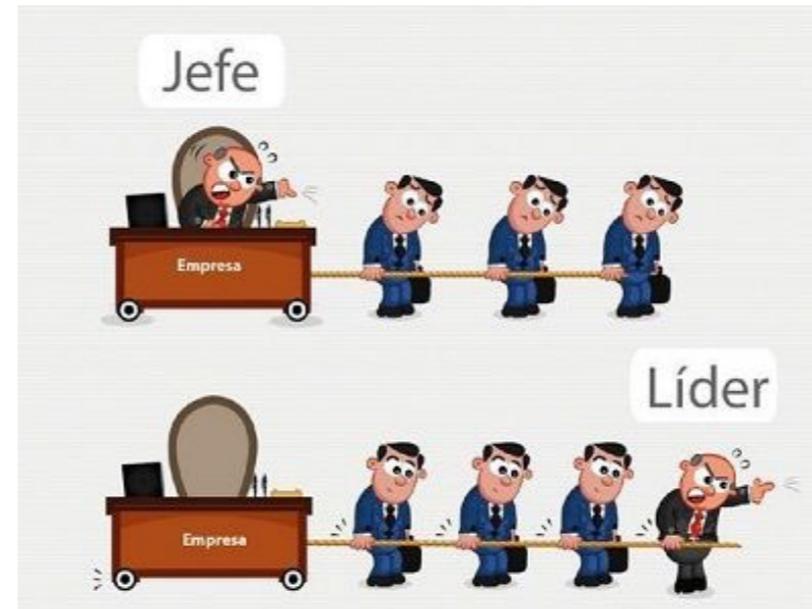
La salud y el bienestar de los empleados no solo constituyen *finis nobles* en sí mismos, sino que además son esenciales para la **productividad**, la **competitividad** y la **sostenibilidad** de las empresas



¿DIRIGES O LIDERAS TU EQUIPO?

LIDERA

Este sistema de liderazgo es una decisión estratégica que **proviene de la dirección**, repercute en todos los componentes de la empresa y los implica en los resultados.



EMPRESA SALUDABLE. ¿QUE ES?

VENTAJAS



Grandes ventajas competitivas

- > Una contribución directa en el beneficio para la empresa, que conseguirá un mejor aprovechamiento de sus recursos al **disminuir la rotación de profesionales**, atraer a otros nuevos y obtener vínculos con la sociedad que ayudarán a un posicionamiento diferenciador.
- > Un aumento de la implicación, el compromiso y el sentimiento de pertenencia de los trabajadores, que se convertirán en los principales **embajadores de la empresa**.
- > Una clara **mejora de la percepción social** de la empresa, gracias a la buena imagen de la organización que proyectarán tanto los trabajadores como el resto de agentes vinculados a la firma.
- > Una **ventaja para los trabajadores**, que mejorarán su salud y el bienestar tanto físico como emocional dentro y fuera del entorno laboral.
- > Una **influencia positiva** en el conjunto de la sociedad al colaborar en la mejora del estado de salud de la población y en el respeto por el medio ambiente

EMPRESA SALUDABLE. ¿QUE ES?

RAZONA

Al fin y al cabo, ¿que son las empresas?



“Las personas son el mayor activo de la empresa”

“Las máquinas tienen un mantenimiento constante para evitar problemas de mayor coste, ¿por qué los empleados no?”

DATOS

La Red europea de promoción de la salud en el trabajo (ENWHP) ha demostrado que la promoción de la salud en el trabajo mejora el ambiente laboral y es beneficioso para empresa, trabajadores y sociedad.

El informe Trabajadores sanos en empresas saludables de la ENWHP reveló que, invertir es **RENTABLE** para todos, porque:

- Reduce la **accidentalidad** y las **enfermedades**
- Cada euro invertido genera un retorno de la inversión de entre 2,5 y 4,8 euros en **absentismo** y de entre 2,3 y 5,9 euros en costes de **enfermedad**
- Reduce el **presentismo**
- Disminuye los **costes** de la seguridad social hasta un 26,1%, las incapacidades temporales o permanentes, las pensiones, etc



PROBLEMA

No es raro encontrar que frente a las presiones para emprender alguna inversión, empresarios y gestores argumenten que resultaría muy caro y, por tanto, “imposible”. Tampoco, por otra parte, es raro escuchar la respuesta habitual de prevencionistas y delegados: la enfermedad y los accidentes también suponen un coste muy elevado para la empresas. Estos últimos suelen realizar esfuerzos por cuantificar el peso de los daños a la salud de los trabajadores, y de los accidentes sin daños, sobre las cuentas de las empresas.



¿Son efectivos los argumentos económicos para convencer a la empresa?

El problema radica en que la empresa no considera estos gastos como gastos productivos, y han de ser considerados como tal y como una inversión productiva y rentable, ya que influyen directamente sobre la productividad de la empresa.

PROBLEMA

Las **DIFICULTADES** de implantar un modelo de empresa saludable son:

1. Falta de recursos humanos y materiales
2. Incertidumbre sobre el beneficio de la implementación
3. Falta de compromiso de la dirección
4. **Necesidad de formación adicional**
5. Escasa preocupación de la empresa



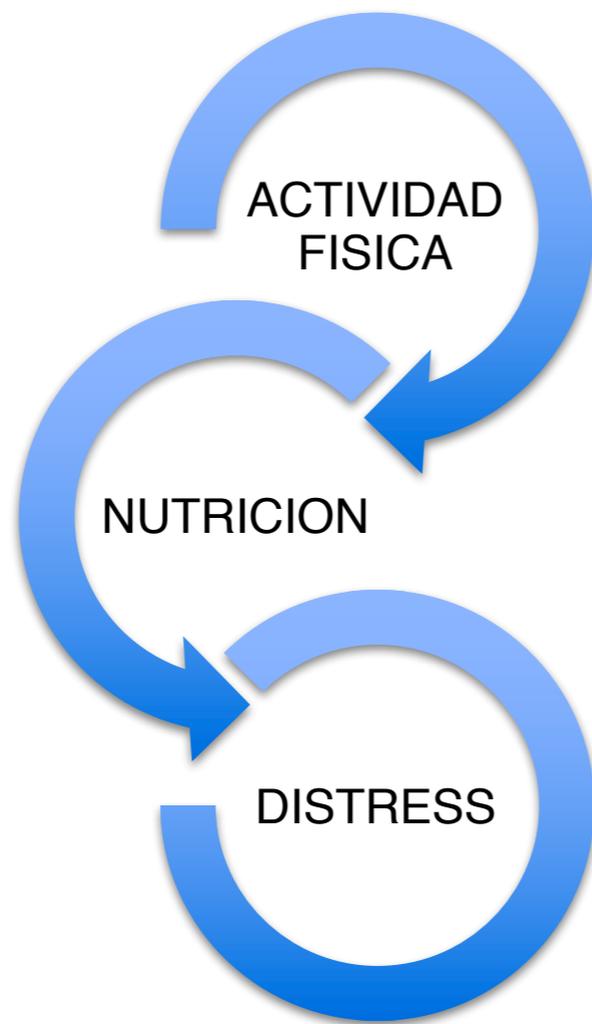
PROBLEMA

Los **RIESGOS** a los que se ve sometida una empresa sin un modelo de empresa saludable:

1. Disminución de la producción/ventas
2. Empeoramiento de los productos
3. Empeoramiento de los servicios
4. Absentismo y presentismo



ESTRATEGIAS DE ACTUACION



BENEFICIOS EMPLEADO

ME SIENTO CUIDADO

SE PREOCUPAN POR MI

NO ME IMPONEN SINO QUE LO
HACEMOS TODOS

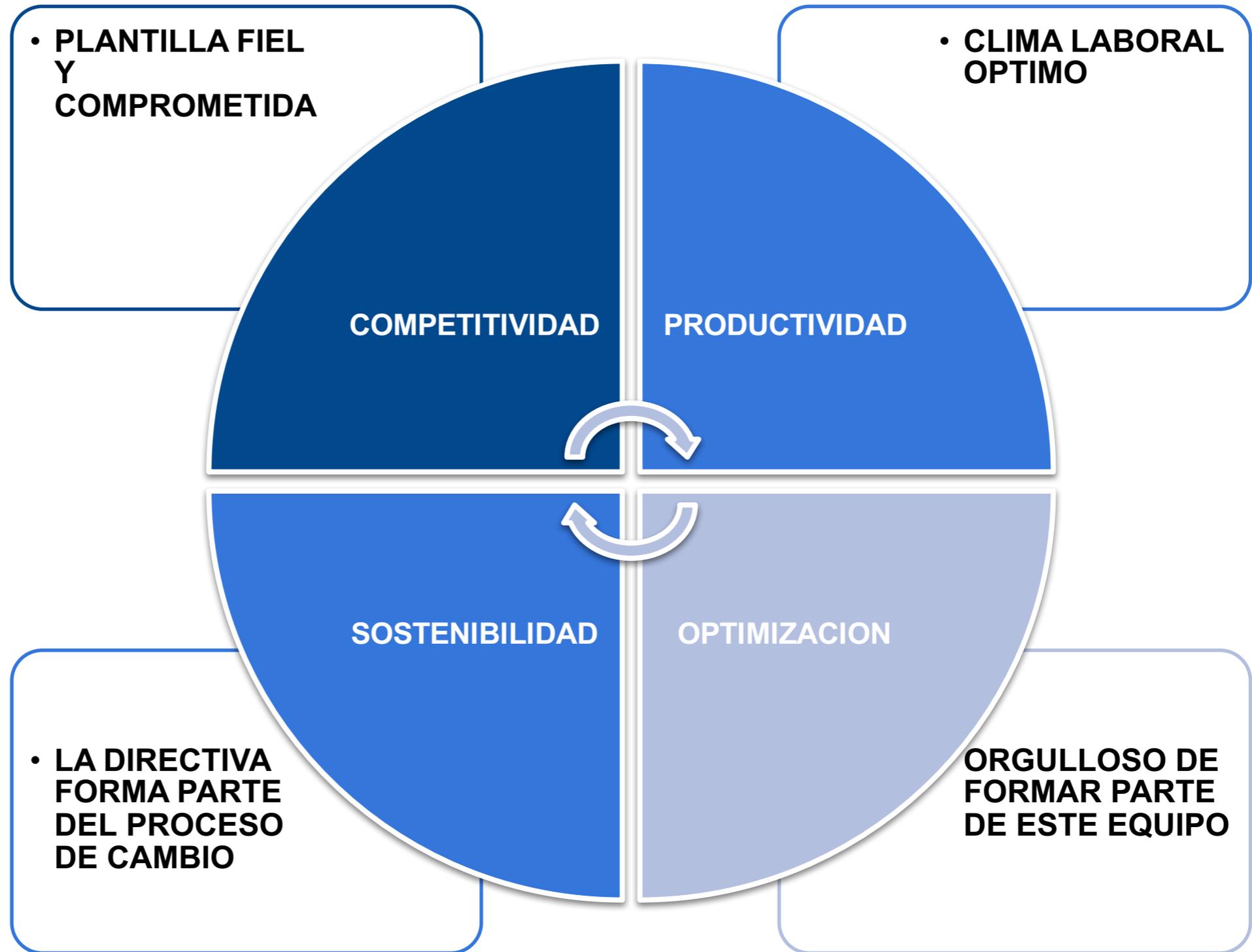
EXPORTO ESTE MODELO A MI VIDA
FAMILIAR

ESTOY MAS MOTIVADO

TENGO MÁS SEGURIDAD

ME ENCUENTRO MAS FUERTE

BENEFICIOS EMPRESA



CADENA BIENESTAR



EMPLEADO SALUDABLE	BENEFICIO PERSONAL	BENEFICIO EMPRESARIAL
CUIDA SU NUTRICION	NO TIENE SOBREPESO	MEJOR EJECUCION DE SUS LABORES
REALIZA ACTIVIDAD FISICA	SE SIENTE ACTIVO	MENOR RIESGO DE LESION
ORGANIZADO EN SU TRABAJO	DISMINUYE SU ESTRES	EVITA PRESENTISMO
BUENOS HABITOS	SE SIENTE BIEN CONSIGO MISMO	EJEMPLO PARA SUS COMPAÑEROS



Muchas gracias por su interés en los servicios de Aniento Fisioterapia y Bienestar. Agradecemos la oportunidad que se nos brinda de poder trabajar con 3M y quedamos a su disposición para aclarar o discutir cualquier aspecto de la propuesta.

hola@anientofisioterapia.es

<http://anientofisioterapia.e>