

Promoción de un entorno saludable y productivo en la gestión deportiva; fomento de la actividad física y motivación del personal del Inder Sincelejo ¹

Robinso Gómez-Ladeus ²

Jennifer Rincón-Peña³

Resumen

Este estudio analiza la influencia de las barreras que dificultan la práctica del ejercicio físico en el personal del IMDER Sincelejo, se aplicó un diseño descriptivo y transversal, con enfoque cuantitativo, a una muestra de 20 trabajadores, se utilizaron datos sociodemográficos y el Auto Informe de Barreras para la Práctica de Ejercicio Físico (ABPEF), un instrumento validado que evalúa las percepciones sobre los impedimentos para realizar ejercicio físico, los resultados evidencian una baja frecuencia de ejercicio físico, especialmente durante la jornada laboral, y barreras asociadas principalmente a la fatiga, la falta de tiempo y la baja motivación, también se identificaron factores relacionados con la imagen corporal y las condiciones del entorno, se concluye que las barreras presentes afectan negativamente la práctica del ejercicio físico, lo que impacta en el bienestar y desempeño laboral del personal, el estudio resalta la necesidad de abordar estas limitaciones para mejorar la salud y productividad de los trabajadores.

Palabras claves: Barreras, actividad física, bienestar organizacional, productividad laboral, gestión deportiva.

Promoting a healthy and productive environment in sports management; encouraging physical activity and motivating staff at the Sincelejo Institute of Sports and Development (IMDER)

Abstract

This study analyzes the influence of barriers that hinder the practice of physical exercise in the staff of IMDER Sincelejo, a descriptive and cross-sectional design was applied, with a quantitative approach, to a sample of 20 workers, sociodemographic data and the Self-Report of Barriers to the Practice of Physical Exercise (ABPEF) were used, a validated instrument that evaluates perceptions about impediments to performing physical exercise, the results show a low frequency of physical exercise, especially during the workday, and barriers associated mainly with fatigue, lack of time and low motivation, factors related to body image and environmental conditions were also identified, it is concluded that the barriers present negatively affect the practice of physical exercise, which impacts the well-being and job performance of the staff, the

¹ Artículo científico presentado como opción de grado para optar por el título de Especialista en Administración Deportiva, Universidad Santo Tomás de Aquino, Bucaramanga.

² Autor de contacto: Robinso Gómez Ladeus. Profesional en Ciencias del Deporte y la Actividad física Estudiante Especialización en Administración Deportiva de la Universidad Santo Tomás de Aquino, Bucaramanga. Correo electrónico: robinson.gomez@ustabuca.edu.co.

³ Director: Jennifer Rincón Peña. Fisioterapeuta, Especialista en Ortopedia y Traumatología, Magister en Actividad Física y Deporte. Universidad Santo Tomas de Aquino, Bucaramanga.

study highlights the need to address these limitations to improve the health and productivity of workers.

Keywords: Barriers, physical activity, organizational well-being, labor productivity, sports management.

Introducción

El ejercicio físico, definido como toda actividad corporal planificada, estructurada y repetitiva que tiene como objetivo mejorar o mantener la condición física, representa un componente esencial para el bienestar físico, mental y emocional de las personas (González, 2020). A pesar de sus beneficios ampliamente documentados, su práctica enfrenta múltiples barreras que dificultan su adopción regular, especialmente en contextos laborales, donde confluyen factores individuales, sociales, institucionales y ambientales que limitan el tiempo, el espacio y la motivación para ejercitarse.

En Sincelejo, el Instituto Municipal para el Deporte y la Recreación (IMDER) desempeña un papel clave en la promoción del ejercicio físico, actividad física y la salud en la comunidad. Desde el enfoque de gestión deportiva, se busca no solo organizar y administrar eventos deportivos, sino también incentivar estilos de vida saludables entre sus propios colaboradores, quienes a su vez son responsables de promover estas iniciativas en la comunidad (Sanabria-Navarro y cols., 2023).

Reconociendo la importancia del ejercicio físico en la salud física, mental y emocional, así como su influencia en la productividad y calidad del trabajo, surge la pregunta central de esta investigación: ¿Cuáles son las principales barreras que dificultan la práctica del ejercicio físico en el personal del IMDER Sincelejo?

Para responder a esta cuestión, se realizará un diagnóstico inicial de los trabajadores del IMDER Sincelejo, identificando las barreras y necesidades que dificultan o limitan la práctica regular del ejercicio físico, estas barreras pueden ser de índole personal, social, ambiental o laboral.

El objetivo de esta investigación es analizar la influencia de las barreras que dificultan la práctica del ejercicio físico en el personal del Instituto Municipal para el Deporte y la Recreación (IMDER) de Sincelejo, se busca comprender cómo factores personales, laborales, organizacionales y contextuales actúan como obstáculos que limitan la participación en ejercicio físico, afectando así los hábitos saludables del personal, este análisis permitirá evidenciar las condiciones internas y externas que inciden en la inactividad física dentro del entorno laboral, con el fin de generar conocimiento útil para futuras decisiones institucionales.

Antecedentes

El ejercicio físico, definido como una actividad corporal sistemática, estructurada y repetitiva, orientada al desarrollo o mantenimiento de la condición física, representa un factor esencial para la salud y el bienestar de las personas (Caspersen, Powell & Christenson, 1985). Diversos estudios han demostrado que su práctica regular contribuye a la prevención de enfermedades cardiovasculares, metabólicas y psicológicas, así como al fortalecimiento del sistema musculoesquelético y la mejora de la calidad de vida (WHO, 2020; González, 2020). A

pesar de su importancia, los niveles de práctica de ejercicio físico siguen siendo bajos en numerosos sectores de la población, incluidos los entornos laborales, donde diversas barreras personales y contextuales limitan su incorporación en la vida cotidiana.

Estas barreras pueden dividirse en distintas categorías: personales, como la falta de tiempo, motivación, energía o autoconfianza; sociales, como la carencia de apoyo familiar o de compañeros; organizacionales, como los horarios extensos o la ausencia de incentivos; y ambientales, como la falta de espacios adecuados o condiciones climáticas adversas (Reigal et al., 2012; Moreno-Murcia & Cervelló, 2005). Cada una de estas dimensiones incide negativamente en la disposición de los individuos a mantener una rutina de ejercicio físico sostenida.

En contextos institucionales dedicados a la promoción de la salud y la actividad deportiva, como es el caso del Instituto Municipal para el Deporte y la Recreación (IMDER) de Sincelejo, resulta especialmente relevante analizar estas barreras. Si bien estas entidades desempeñan un rol activo en la promoción del bienestar comunitario, sus propios trabajadores pueden verse afectados por los mismos obstáculos que enfrentan los ciudadanos a quienes se busca impactar positivamente (Sanabria-Navarro et al., 2023). Esta situación pone en evidencia una posible contradicción entre el discurso institucional y la práctica interna.

Ejercicio físico y barreras para su práctica

El ejercicio físico es una actividad corporal sistemática, planificada y estructurada, realizada con el objetivo de mejorar o mantener uno o varios componentes de la condición física, tales como la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la flexibilidad y la composición corporal (Caspersen, Powell & Christenson, 1985). A diferencia de la actividad física general, el ejercicio implica intencionalidad y repetición, lo que le confiere un carácter más disciplinado y orientado hacia metas específicas de salud o rendimiento.

Numerosos estudios respaldan los beneficios del ejercicio físico en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, la mejora del estado de ánimo, el fortalecimiento del sistema inmunológico y la promoción del bienestar integral (González, 2020; WHO, 2020). No obstante, a pesar del conocimiento sobre sus efectos positivos, muchas personas no logran mantener una práctica constante, enfrentando diversas barreras de tipo personal, social, ambiental o institucional.

Entre las barreras personales más frecuentes se encuentran la percepción de falta de tiempo, la fatiga, la baja autoconfianza y la ausencia de interés. En el ámbito social, factores como la carencia de compañía o de apoyo familiar pueden influir negativamente. También existen barreras contextuales, como la falta de espacios adecuados, las condiciones climáticas o las demandas laborales que dificultan la inclusión del ejercicio físico en la rutina diaria (Reigal et al., 2012; Muñoz & Álvarez, 2019).

En contextos institucionales como el de entidades públicas que promueven el deporte, como el Instituto Municipal para el Deporte y la Recreación (IMDER), resulta particularmente relevante analizar estas barreras. A pesar de estar inmersos en un entorno propicio para la promoción del ejercicio, los propios trabajadores pueden experimentar obstáculos similares a los de la población

general, lo que sugiere una necesidad de comprender mejor las condiciones internas que limitan su participación en prácticas saludables (Salazar & Rodríguez, 2021).

Reconocer estas barreras permite visibilizar las dificultades reales o percibidas que impiden adoptar hábitos de ejercicio físico sostenibles. Esta comprensión es clave para orientar futuras acciones institucionales que faciliten su integración, partiendo de las experiencias y realidades del personal involucrado.

Metodología de análisis y recolección de datos

Se realizó un estudio descriptivo, transversal y con enfoque cuantitativo, con el fin de analizar la influencia de las barreras que dificultan la práctica del ejercicio físico en el personal del Instituto Municipal para el Deporte y la Recreación (IMDER) de Sincelejo, la muestra fue seleccionada por conveniencia, incluyendo a 20 trabajadores de distintas áreas como administración, vigilancia y servicios generales.

El proyecto fue aprobado por el Comité de Investigación de la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomás, Bucaramanga. Se garantizó el cumplimiento de los principios éticos, y todos los participantes firmaron un consentimiento informado.

Como instrumento principal se utilizó el Autoinforme de Barreras para la Práctica de Ejercicio Físico (ABPEF), validado por Capdevila (2005). Este consta de 17 ítems medidos en una escala tipo Likert de 0 a 10, donde valores más altos indican mayores barreras percibidas para realizar actividad física (Niñerola et al., 2006).

También se recolectó información sociodemográfica como edad, género, cargo y horas de trabajo, con el objetivo de contextualizar los hallazgos y analizar posibles relaciones entre variables (ver anexos).

Resultados

Se realizó un análisis descriptivo de las variables sociodemográficas y relacionadas con la actividad física. Dado que todas las variables fueron de tipo cualitativo, los resultados se presentan en forma de frecuencias absolutas y relativas (porcentajes). El procesamiento y análisis de los datos se llevó a cabo mediante Microsoft Excel (versión 16.0).

A continuación, se presenta la distribución por sexo y grupo etario de los participantes del estudio.

Tabla 1. Distribución de la población por sexo y grupo etario.

Sexo	Mujeres n (%)	Hombres n (%)
Población total	11 (55%)	9 (45%)
Edad en años	Mujeres n (%)	Hombres n (%)
21 – 29	5 (45.49%)	0 (0%)
30 – 39	4 (36.36%)	3 (33.33%)

40 – 49	1 (9.09%)	3 (33.33%)
50 – 59	1 (9.09%)	3 (33.33%)

La muestra estuvo compuesta por 20 trabajadores del IMDER Sincelejo, cuyas edades oscilaron entre los 23 y 56 años. El promedio fue de 37.9 años y en cuanto a la distribución por sexo, el 55% fueron mujeres y el 45% hombres.

Posteriormente, se exploró la frecuencia con la que los participantes realizan actividad física tanto durante como fuera de su jornada laboral (Tabla 2). Esta información permitió identificar los patrones de comportamiento relacionados con la práctica de actividad física, los cuales inciden directamente en el bienestar general y el desempeño funcional de los trabajadores.

Tabla 2. *Frecuencia de actividad física durante y fuera de la jornada laboral.*

	Frecuencia de entrenamiento dentro de la jornada laboral (%)	Frecuencia de entrenamiento fuera de la jornada laboral (%)
Menos de 1 hora	16 (80%)	8 (40%)
Entre 1 y 2 horas	2 (10%)	9 (45%)
Entre 2 y 3 horas	2 (10%)	3 (15%)
Total	20 (100%)	20 (100%)

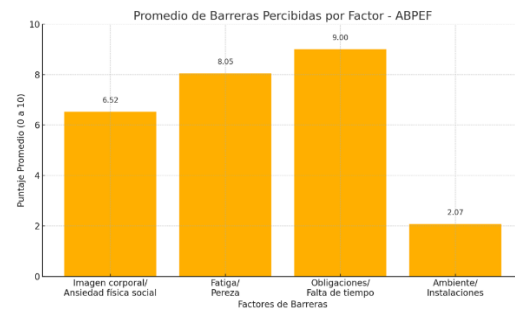
La tabla muestra que el 80% de los trabajadores del IMDER realiza menos de una hora de actividad física durante su jornada laboral. Solo el 20% restante alcanza niveles más altos, lo que evidencia una baja incorporación de movimiento en el entorno de trabajo.

Del mismo modo se aplicó el Cuestionario Autoinforme de Barreras para la Práctica de Ejercicio Físico (ABPEF) para identificar las barreras y necesidades del talento humano del Instituto Municipal para el Deporte y la Recreación (IMDER).

A partir de los resultados obtenidos en el ABPEF, se agruparon los ítems del instrumento en cuatro factores principales: imagen corporal/ansiedad física social, fatiga/pereza, obligaciones/falta de tiempo y ambiente/instalaciones. Cada uno fue evaluado en función del puntaje promedio asignado por los 20 participantes del estudio.

La siguiente gráfica presenta el promedio de barreras percibidas por cada factor:

Figura 1. *Promedio de Barreras percibidas por cada factor.*

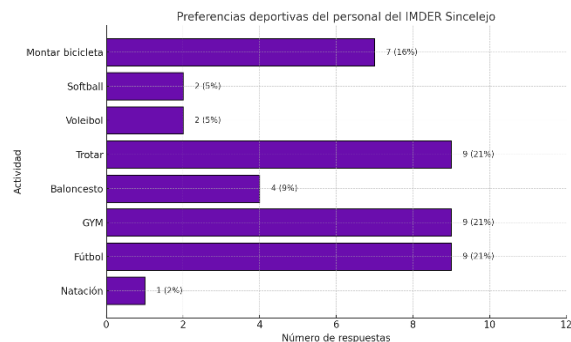


El análisis revela que el factor con mayor puntuación promedio fue Obligaciones/Falta de tiempo, seguido por el factor Fatiga/Pereza, lo cual sugiere que los trabajadores del IMDER Sincelejo enfrentan principalmente barreras relacionadas con la sobrecarga laboral, falta de tiempo libre y cansancio. En tercer lugar, se ubicó el factor Imagen corporal/Ansiedad física social, evidenciando una menor pero existente preocupación por aspectos estéticos o de autopercepción. El factor con menor impacto fue Ambiente/Instalaciones, indicando que las condiciones físicas del entorno no constituyen una barrera significativa para la mayoría.

Con el fin de plantear alternativas de mejora, se identificaron estrategias dirigidas a fortalecer el bienestar físico y laboral de los trabajadores. Para ello, se analizaron también las preferencias deportivas expresadas por los colaboradores, la gráfica 2 muestra las preferencias deportivas del personal del IMDER Sincelejo.

Las disciplinas con mayor aceptación fueron fútbol, gimnasio y trotar, cada una con un 45% de preferencia. Montar bicicleta también tuvo una alta participación (35%). Otras actividades como baloncesto (20%), voleibol, sóftbol y natación registraron porcentajes menores. Estos resultados permiten orientar las futuras estrategias de intervención, adaptándolas a los intereses reales de los colaboradores.

Figura 2. *Preferencias de Ejercicio Física.*



Este análisis aporta insumos valiosos para el diseño de estrategias de intervención personalizadas, orientadas a reducir los obstáculos más relevantes para los trabajadores del IMDER y fomentar la incorporación de actividad física en su rutina diaria.

Recomendaciones estratégicas para el fomento del ejercicio físico en el IMDER Sincelejo

A partir de los hallazgos obtenidos durante el diagnóstico inicial, se plantea unas recomendaciones estratégicas que busca integrar progresivamente la práctica del ejercicio físico en el entorno laboral del IMDER Sincelejo. Esta iniciativa tiene como finalidad aportar al bienestar integral del personal y consolidar una cultura organizacional orientada al autocuidado. Las líneas de acción se enmarcan en una visión de mejora continua y sostenibilidad institucional:

- *Contribuir al bienestar físico y mental*, promoviendo la adopción de hábitos saludables que incidan positivamente en la percepción de salud integral del personal.
- *Fortalecer la satisfacción y el compromiso laboral*, propiciando espacios que favorezcan la cohesión grupal y el equilibrio entre la vida personal y profesional.
- *Impulsar una cultura institucional de bienestar*, incorporando la actividad física y el autocuidado como parte de los principios y valores del IMDER Sincelejo.
- *Impulsar una cultura institucional de bienestar*, incorporando la actividad física y el autocuidado como parte de los principios y valores del IMDER Sincelejo.
- *Promover prácticas preventivas*, orientadas a disminuir el riesgo de afecciones derivadas del sedentarismo, con un enfoque en el cuidado y la salud a largo plazo.
- *Estimular el aprovechamiento de los recursos institucionales*, incentivando la vinculación activa del personal a los programas, servicios y beneficios existentes relacionados con el bienestar laboral.

Conclusiones

A nivel de conclusión se permitió analizar en profundidad la influencia de las barreras que dificultan la práctica del ejercicio físico en el personal del Instituto Municipal para el Deporte y la Recreación (IMDER) de Sincelejo, a partir del análisis realizado, se evidenció que, pese a pertenecer a una entidad orientada al fomento del ejercicio física, sus trabajadores enfrentan múltiples obstáculos que limitan su participación en prácticas saludables, las barreras más relevantes identificadas fueron: La falta de tiempo, la baja motivación y la ausencia de iniciativas institucionales orientadas a la promoción del ejercicio, estas limitaciones, más allá de ser factores individuales, están estrechamente vinculadas con las condiciones organizacionales y el entorno laboral.

El uso del instrumento ABPEF facilitó la identificación de las percepciones y experiencias del personal frente a estas barreras, revelando una participación reducida en el ejercicios físicos, aunque exista un reconocimiento generalizado sobre sus beneficios para la salud, el bienestar y la productividad, esta paradoja pone en evidencia la desconexión entre el conocimiento teórico de los beneficios del ejercicio y las posibilidades reales de implementarlo dentro de la dinámica laboral del IMDER.

En consecuencia, se concluye que las barreras estructurales y personales tienen una influencia directa en la inactividad física del personal y, potencialmente, en su calidad de vida y desempeño laboral, como recomendaciones finales, se sugiere a la institución considerar la implementación de estrategias como pausas activas durante la jornada laboral, programas de acondicionamiento físico adaptados al contexto institucional y la adecuación de espacios que faciliten la práctica del ejercicio físico, estas acciones, aunque no forman parte directa del alcance de este estudio, emergen como alternativas pertinentes para mitigar las barreras identificadas y avanzar hacia una cultura organizacional más activa, coherente con los principios que el IMDER representa.

Referencias

- Capdevila, L. (2005). *Relación entre la actividad física y la calidad de vida laboral en un grupo de empleados administrativos de dos empresas del sector industrial de Pereira, Risaralda* [Tesis de pregrado]. Universidad Católica de Pereira.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2), 126–131.
- González, M. (2020). Ejercicio físico y salud integral: un enfoque preventivo y terapéutico. *Revista de Salud Ocupacional*, 18(2), 45–58.
- Muñoz, J., & Álvarez, P. (2019). Percepción de barreras para la práctica de ejercicio físico en trabajadores del sector público. *Revista Chilena de Salud Pública*, 23(1), 51–60.
- Niñerola, J., Capdevila, L., & Pintanel, M. (2006). Barreras percibidas y actividad física: el autoinforme de barreras para la práctica de ejercicio físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(1), 53–69.
- Reigal, R. E., Videra, A., Parra, N., & Juárez, R. (2012). Barreras para la práctica de ejercicio físico en adultos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 59–66.
- Salazar, D., & Rodríguez, L. (2021). Limitaciones estructurales y culturales en la promoción del ejercicio físico en instituciones públicas. *Revista Latinoamericana de Estudios del Ocio y Tiempo Libre*, 9(3), 77–88.
- Sanabria-Navarro, R., Méndez-González, J., & Torres-Pérez, A. (2023). Gestión deportiva y promoción de estilos de vida saludables en instituciones públicas. *Revista Colombiana de Deporte y Salud*, 11(1), 33–47.

World Health Organization (WHO). (2020). *Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Geneva: WHO.

Anexos

NOMBRE: _____

CARGO: _____

ABPEF: AUTOINFORME DE BARRERAS PARA LA PRACTICA DE EJERCICIO FISICO											
Instrucciones: Durante las próximas semanas, ¿Cuál es la probabilidad de que las siguientes razones te impidan realizar ejercicio físico?											
Por cada razón, marca un numero de 0 al 10 que indique lo probable que es.											
RAZON QUE ME IMPIDE PRACTICAS EJERCICIO FISICO LAS PROXIMAS SEMANAS	PROBABILIDAD										
	Poca									Mucha	
1. Cansarme demasiado durante el ejercicio o tener miedo a lesionarme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. Tener pereza	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. Sentir incomodidad por el aspecto que tengo con ropa deportiva	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. Tener demasiado trabajo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. Tener "agujetas" o dolores musculares a consecuencia del ejercicio	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. Sentir que mi aspecto físico es peor que el de los demás	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. Tener demasiadas obligaciones familiares	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. No estar "en forma" para practicar ejercicio	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9. Falta de voluntad para ser constante	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10. Pensar que la otra gente está en mejor forma que yo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11. No encontrar el tiempo necesario para el ejercicio	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
12. Notar cansancio o fatiga de forma habitual a lo largo del día	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
13. Pensar que los demás juzgan mi apariencia física	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14. Estar demasiado lejos del lugar donde puedo hacer ejercicio	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
15. Encontrarme a disgusto con la gente que hace ejercicio conmigo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
16. Sentir vergüenza porque me están mirando mientras hago ejercicio	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
17. Que las instalaciones o los monitores no sean adecuados	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PROMOCIÓN DE UN ENTORNO SALUDABLE Y PRODUCTIVO EN LA GESTIÓN DEPORTIVA

Fomento de la Actividad Física
y Motivación del Personal del IMDER Sincelejo

[Iniciar sesión en Google](#) para guardar lo que llevas hecho. [Más información](#)

* Indica que la pregunta es obligatoria

EDAD *

Tu respuesta

SEXO *

- ☐ Femenino
- ☐ Masculino
- ☐ Prefiero no decirlo
- ☐ Sin definir

CARGO DENTRO DEL IMDER SINCELEJO *

Tu respuesta

¿CON QUE FRECUENCIA REALIZAS ACTIVIDAD FISICA DURANTE LA JORNADA LABORAL? *

- ☐ Menos de 1 hora

¿CON QUE FRECUENCIA REALIZAS ACTIVIDADES FISICAS FUERA DEL HORARIO *
LABORAL?

- ☐ Menos de 1 hora
- ☐ Entre 1 y 2 horas
- ☐ Entre 2 y 3 horas
- ☐ Mas de 4 horas

¿QUE TIPO DE DEPORTE O ACTIVIDAD FISICA TE GUSTAN? *

- ☐ Natación
- ☐ Fútbol
- ☐ GYM
- ☐ Baloncesto
- ☐ Trotar
- ☐ Volleyball
- ☐ Softball
- ☐ Montar bicicleta
- ☐ Otro: _____

¿CUAL ES EL MOTIVO QUE LE IMPIDE REALIZAR ACTIVIDAD FISICA DENTRO Y *
FUERA DEL IMDER SINCELEJO?

- ☐ Imagen corporal
- ☐ Fatiga
- ☐ Falta de tiempo
- ☐ Ambiente
- ☐ Instalaciones
- ☐ Motivacion

¿COMO CALIFICARIAS TU SALUD FISICA EN GENERAL DEL 1 AL 10? *

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

¿COMO CALIFICARIAS TU SALUD MENTAL EN GENERAL DEL 1 AL 10? *

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

¿TIENES ALGUN PROBLEMA DE SALUD FISICA QUE AFECTE A TU RENDIMIENTO? *

- ☐ Si
- ☐ No

¿PADECES INSOMNIO A CAUSA DEL TRABAJO? *

- ☐ Si
- ☐ No

¿ESTAS SATIFECHO CON LA ERGONOMIA DE TU ESPACIO DE TRABAJO (ESCRITORIO, SILLA, SOPORTE DE MONITOR, ETC)? *

- ☐ Si
- ☐ No

¿ESTAS SATIFECHO CON LA ILUMINACION Y VENTILACION DE TU ESPACIO DE TRABAJO? *

- ☐ Si
- ☐ No

¿SIENTES ALGUN TIPO DE AFECTACION RELACIONADA CON TU ENTORNO DE TRABAJO (DOLOR DE ESPALDA, FATIGA VISUAL, ETC)? *

- ☐ Si
- ☐ No

¿CONSIDERAS QUE TU ENTORNO DE TRABAJO FOMENTA LA SEGURIDAD Y EL BIENESTAR LABORAL? *

- ☐ Si
- ☐ No

¿PARTICIPARIAS EN PROGRAMAS CENTRADOS EN EL BIENESTAR FISICO Y MENTAL? *

- ☐ Si
- ☐ No

Enviar

Borrar formulario