Gac Sanit. 2026;40(S4):735

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

876 - WINWORK: UM PROJETO QUE VISA PROMOVER A SAÚDE E O BEM-ESTAR NOS LOCAIS DE TRABALHO

E. Marques, N. Casanova, J.E. Teixeira, R. Bartolomeu, M. Ferraz, J. Santos

Instituto Politécnico da Guarda; Centro de investigação e inovação em desporto atividade física e saúde (SPRINT); Rede de Investigação em Saúde (RISE-HEALTH); Instituto Politécnico do Porto.

Resumen

As LMERT são evitáveis e controláveis. Para fazer face ao problema é fundamental adotar uma abordagem integrada, assente nos princípios da Diretiva-Quadro de SST, e promover uma cultura de prevenção que envolva os empregadores e os trabalhadores. A prevenção de LMERT dos riscos psicossociais nos locais de trabalho requerem atuação holística, sistemática e participativa centrada nos problemas reais das organizações, o que justifica o desenvolvimento de projetos como o Winwork. Este projeto tem uma área de cooperação Plurirregional: Norte de Portugal, Castela e Leão, Centro de Portugal e Extremadura. Em Portugal e Espanha, as LMERT são as causas mais comuns de incapacidade e baixa por doença e, a doença profissional mais reconhecida. Os custos diretos associados a estas lesões incluem os recursos utilizados para cuidados de saúde, medicamentos e custos de indemnização dos trabalhadores. Os custos indiretos resultam de perturbações nas equipas de trabalho, quebras de produtividade, atrasos na produção e substituição de trabalhadores doentes, e custos relacionados com o absentismo/presenteísmo. O principal objetivo do projeto é promover a saúde e bem-estar no local de trabalho através de uma intervenção multidisciplinar e inovadora, com a participação ativa das partes interessadas e a implementação de ações destinadas a promover a mudança de comportamentos em saúde e o desenvolvimento de competências. As atividades do projeto passam por: (1) Cocriação em saúde e bem-estar nos locais de trabalho; (2) Desenho da intervenção para a promoção de saúde e bem-estar nos locais de trabalho; (3) Desenvolvimento de ferramentas tecnológicas para a promoção do bem-estar físico e mental nos locais de trabalho; (4) Ações piloto: implementação e

0213-9111 © 2026 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

avaliação das ações de capacitação e do plano de intervenção multidisciplinar para promover saúde e bem-estar nos locais trabalho. Em 2025 foram realizadas oficinas de cocriação, nas quais participaram 6 organizações, 4 em Portugal e 2 em Espanha. Participaram trabalhadores e líderes com diferentes perfis, indicando os resultados que ambos partilham preocupações comuns e estão disponíveis para colaborar na construção de ambientes de trabalho mais saudáveis, produtivos e resilientes. O WinWORK será fundamental para promover o desenvolvimento de estratégias transfronteiriças comuns na área do bem-estar e da qualidade de vida da população trabalhadora.

Financiamento: Programa de Cooperação Transfronteiriça Espanha-Portugal (POCTEP) 2021-2027.

0213-9111 © 2026 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados