

SOS EmozioLan, una solución innovadora para cuidar la salud emocional en el entorno laboral

Un innovador programa que ofrece Primeros Auxilios Emocionales para atajar crisis, fomentar el bienestar y transformar los entornos laborales en espacios más resilientes

España ocupa el tercer puesto en consumo de antidepresivos y el quinto en ansiolíticos, una realidad que evidencia la necesidad urgente de priorizar la salud mental en todos los ámbitos, incluido el laboral. En respuesta a este desafío, La Fundación San Prudencio lanza SOS EmozioLan, un innovador programa de Primeros Auxilios Emocionales diseñado para cambiar el enfoque de las empresas al gestionar las crisis emocionales, promoviendo entornos laborales más saludables y resilientes.

Actualmente en fase piloto, este programa está en marcha en empresas como Naipes Fournier y el Colegio San Viator de Vitoria, con resultados iniciales muy positivos. Su lanzamiento oficial está previsto para finales del próximo mes de febrero, coincidiendo con el XXIV Congreso de Seguridad y Salud Laboral que organiza La Fundación.

UNA HERRAMIENTA PARA ESTABILIZAR Y PREVENIR Los Primeros Auxilios Emocionales son intervenciones breves y prácticas que ofrecen alivio a quienes atraviesan una crisis emocional. Este enfoque no busca sustituir la atención profesional, sino proporcionar un primer apoyo que estabilice la situación y prevenga que los síntomas se agraven. Su aplicación en el ámbito laboral tiene un impacto significativo: no solo reduce el absentismo y los conflictos, sino que también fomenta una cultura organizacional basada en el cuidado y la empatía.

Un aspecto clave del programa es la figura del socorrista emocional, una persona trabajadora formada para intervenir en esos momentos críticos. Los socorristas son seleccionados conjuntamente con las empresas, valorando habilidades como la comunicación efectiva, la capacidad de escucha activa y el equilibrio emocional. Estas personas reciben una formación



especializada que incluye técnicas de escucha activa, habilidades para gestionar emociones y herramientas prácticas, asegurando que estén preparadas para actuar con confianza y profesionalidad.

FORMACIÓN Y COMPROMISO EMPRESARIAL

La formación, liderada por especialistas de La Fundación San Prudencio y colaboradores externos como Antonio Cano Vindel, catedrático de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid, combina teoría,

práctica y simulacros. A través de este proceso, adquieren herramientas para estabilizar a las personas en crisis, guiarlas hacia los pasos necesarios y conectarlas con los recursos pertinentes, como redes internas o servicios profesionales.

El compromiso de las empresas es esencial para la implementación del programa. Al integrarlo en sus planes de emergencias, no solo refuerzan su enfoque en el bienestar, sino que también envían un mensaje claro: la salud emocional de las

personas trabajadoras es una prioridad estratégica. Estudios recientes demuestran que gestionar de manera proactiva el estrés y las crisis emocionales reduce el absentismo, mejora la retención del talento y promueve entornos más colaborativos.

IMPACTO POSITIVO EN LAS EMPRESAS Y SUS EQUIPOS

En estas empresas se están empezando a generar resultados prometedores en el bienestar general de la plantilla. Por su parte, quienes ejercen como socorristas emocionales señalan que se sienten valorados y motivados por su papel en este programa.

Con el lanzamiento oficial de SOS EmozioLan, La Fundación San Prudencio busca consolidar un modelo que posicione a las empresas de Álava como referentes en el cuidado del bienestar emocional. La implementación de este programa no solo mejora la calidad de vida en el trabajo, sino que también fortalece la sostenibilidad y competitividad de las organizaciones.

Con un 34% de la población afectada por problemas de salud mental, SOS EmozioLan va más allá de ser una herramienta: es una apuesta por situar el bienestar emocional en el centro del trabajo. Con esta iniciativa, La Fundación San Prudencio demuestra que invertir en las personas no es solo una cuestión de humanidad, sino también una estrategia esencial para construir empresas más resilientes, innovadoras y sostenibles. ●

MÁS INFORMACIÓN

● **Fundación Laboral San Prudencio**
www.lafundacion.com
945 222 900



La Fundación
SAN PRUDENCIO

SOS EmozioLan
Primeros Auxilios Emocionales

Único servicio dirigido a todas las empresas para abordar las crisis emocionales de manera inmediata, eficiente y humana. Servicio presencial.

SOLICITA INFORMACIÓN EN:
info@lafundacion.com | 945 222 900