



# SUNWORK NEWS

Mayo 2025

**Salud Ocupacional  
y Medio Ambiente:  
Un vínculo Indisoluble  
en el Mundo Laboral**

## **SUNWORK Y LA REVOLUCIÓN DEL CUIDADO DE LA PIEL**

personalizado en las empresas:  
Descubre EL NUEVO  
ANALIZADOR DE PIEL



## Salud Ocupacional y Medio Ambiente: Un vínculo indisoluble en el mundo laboral

En el complejo entramado del desarrollo económico y la productividad, a menudo se pasa por alto una conexión fundamental: la intrínseca relación entre la salud ocupacional y el medio ambiente. Lejos de ser disciplinas separadas, estas áreas se entrelazan de manera crucial, impactando directamente en el bienestar de los trabajadores, la sostenibilidad de las empresas y la salud de nuestro planeta.

### 1. UN ECOSISTEMA COMPARTIDO: SALUD LABORAL Y SALUD PLANETARIA

La salud ocupacional, rama esencial de la medicina, vela por la promoción de la salud y la prevención de enfermedades y accidentes en el ámbito laboral. Los trabajadores, como pilares de la productivi-

dad, impulsan el desarrollo económico, una actividad que inevitablemente deja una huella en el medio ambiente.

Aquí es donde la visión de la salud planetaria se vuelve indispensable. Esta perspectiva busca proteger los sistemas naturales que sustentan la vida, reconociendo que la salud humana está intrínsecamente ligada a la salud del planeta. En este sentido, la salud laboral y la salud ambiental no son entidades aisladas, sino ecosistemas interdependientes.

Los riesgos, lamentablemente, también son compartidos. En el entorno laboral, los trabajadores se exponen a contaminantes físicos (ruido, radiaciones), químicos (vapores, gases), biológicos (virus, bacterias), ergonómicos (posturas inadecuadas) y psicosociales (estrés

laboral). Paralelamente, las actividades productivas liberan al ambiente contaminantes en forma de emisiones atmosféricas y residuos sólidos y líquidos.

La solución a estos desafíos requiere un enfoque integrado. La prevención, la educación, regulaciones efectivas, una producción más limpia, diseños ergonómicos y sostenibles, y el reciclaje son pilares fundamentales para construir un futuro laboral y ambientalmente saludable.

### 2. LOS RIESGOS AMBIENTALES QUE AMENAZAN LA SALUD LABORAL

Los riesgos ambientales en el trabajo se manifiestan en dos esferas principales:

- **Riesgos inherentes a la faena:** Estos incluyen los ya mencionados riesgos químicos, físicos, biológicos, ergonómicos y de salud mental, directamente ligados a las tareas y procesos productivos. Es crucial entender que la falta de gestión de estos riesgos no solo afecta a los trabajadores, sino que también puede trascender los límites de la empresa, contaminando agua, aire y suelo, perjudicando a la comunidad en general con enfermedades agudas y crónicas, e incluso contaminando con metales pesados.



- **Riesgos inherentes al entorno físico y planetario:** Aquí el cambio climático emerge como el factor más relevante. Las temperaturas extremas, la humedad ambiental excesiva o escasa (como en faenas desérticas o en altitud), y los eventos climáticos extremos como aluviones y tormentas, representan serias amenazas para la seguridad y la salud de los trabajadores y la estabilidad de las operaciones.



### 3. SOSTENIBILIDAD: UN PILAR PARA LA SALUD OCUPACIONAL DEL PRESENTE Y FUTURO

Integrar la sostenibilidad en las políticas de salud ocupacional ya no es una opción, sino una necesidad imperante. Entendiendo la sostenibilidad como la relación equilibrada entre la actividad productiva humana y el uso responsable de los recursos, asegurando su disponibilidad para las futuras generaciones, su incorporación en todas las operaciones productivas trae consigo múltiples beneficios.

Al adoptar prácticas sostenibles, las empresas pueden proteger el medio

ambiente en el lugar de trabajo a través de una adecuada gestión de productos químicos y residuos peligrosos, y un uso eficiente de los recursos naturales. Simultáneamente, se garantiza la protección de la salud de los trabajadores, promoviendo su bienestar y previniendo accidentes y enfermedades. Finalmente, esta integración contribuye a la viabilidad económica de la empresa a largo plazo, al optimizar recursos y reducir riesgos ambientales y laborales.



#### 4. NUESTRAS ELECCIONES DIARIAS: UN PODEROSO IMPACTO EN LA SALUD DEL PLANETA Y LA NUESTRA

Nuestras decisiones cotidianas, a menudo consideradas individuales, tienen un efecto acumulativo significativo tanto en la salud del planeta como en nuestra propia salud:

**1. Alimentación:** Elegir alimentos de temporada, locales y basados en plantas no solo nutre nuestro cuerpo y previene enfermedades crónicas, sino que también reduce la huella de carbono, optimiza el uso de agua y suelo, disminuye los residuos de la producción intensiva y minimiza el transporte.

**2. Movimiento:** Optar por caminar, usar la bicicleta, teletrabajar o simplemente incorporar ejercicio regular a nuestra rutina mejora nuestra salud física y mental, reduce el estrés y favorece el equilibrio entre la vida laboral y familiar, al tiempo que disminuyen las emisiones de transporte, el ruido y el consumo energético.

**3. Consumo:** Reducir la compra de artículos innecesarios, extender la vida útil de la ropa, evitar plásticos y preferir alternativas como el vidrio disminuye la generación de residuos, apoya una producción más consciente y eficiente la economía doméstica y empresarial.

**4. Vida al aire libre:** Pasar tiempo en la naturaleza fortalece nuestra conexión con el planeta, educa a las nuevas generaciones, combate el sedentarismo y mejora nuestra salud mental.

**5. Uso de recursos:** Adoptar hábitos diarios como usar menos químicos, disminuir residuos, utilizar agua y energía de forma racional, reciclar y compostar contribuye directamente a la salud del planeta.



#### 5. HÁBITOS PERJUDICIALES: UN DETRIMENTO PARA LA SALUD Y EL MEDIO AMBIENTE

Ciertos hábitos de vida tienen consecuencias negativas tanto para nuestra salud como para el medio ambiente:

**1. Alimentación poco saludable y no sostenible:** El consumo excesivo de alimentos procesados, grasas saturadas, azúcares y sal, junto con la preferencia por alimentos con alta huella de carbono y producción lejana, contribuye a enfermedades crónicas y a la degradación ambiental (emisión de gases de efecto invernadero, uso excesivo de recursos, contaminación).

**2. Sedentarismo:** El uso excesivo del automóvil, el trabajo sedentario sin pausas activas y la falta de ejercicio no solo perjudican la salud física y mental (aumentando el riesgo de enfermedades cardiovasculares, obesidad, depresión), sino que también fomentan la contaminación y el aislamiento social.

**3. Consumo excesivo y generación de residuos:** El consumismo desenfrenado, la compra impulsiva y la falta de sistemas de reciclaje eficientes generan grandes cantidades de residuos, agotan los recursos naturales y contaminan el planeta.

**4. Consumo excesivo de agua y energía:** Duchas largas, lavado ineficiente, fugas no reparadas y el uso desmedido de calefacción y aire acondicionado aumentan la huella de carbono, la escasez de agua y afectan la salud de las comunidades vulnerables.

**5. Vida "indoor" sin contacto con la naturaleza:** Esta desconexión afecta la salud mental, física y promueve el sedentarismo, además de disminuir la conciencia ambiental.

**6. Exposición a tóxicos:** El uso de productos químicos domésticos y hábitos como el tabaquismo y el consumo excesivo de alcohol dañan directamente la salud humana y pueden contaminar el agua, el aire y el suelo.

**7. Costumbres ecológicas deficitarias:** No reciclar, no compostar y no reducir el consumo perpetúan un modelo insostenible.



## 6. EQUILIBRANDO EL BIENESTAR PERSONAL Y LA SOSTENIBILIDAD AMBIENTAL: UNA SINERGIA NECESARIA

El bienestar personal y la sostenibilidad ambiental no son conceptos opuestos, sino interdependientes. Nuestra salud depende directamente de la salud del planeta. Por ello, la toma de decisiones debe considerar la mejora de nuestra calidad de vida, la reducción del impacto negativo en el planeta (huella de carbono, escasez hídrica, uso de recursos) y la generación de un impacto positivo en la comunidad y el entorno.

Este equilibrio se puede lograr a través de:

- **Alimentación consciente:** Consumir menos, priorizando calidad nutritiva, alimentos frescos de temporada y producción local.
- **Hábitos de ejercicio:** Incorporar movimiento diario, realizar pausas activas en el trabajo y disfrutar del aire libre.
- Hábitos de sueño saludables.
- Disminuir la compra innecesaria y optar por envases reutilizables y no contaminantes.
- **Reparación y reutilización:** Extender la vida útil de los objetos.
- **Educación:** Concientizar a las generaciones futuras y a la comunidad sobre la importancia de la sostenibilidad.



## 7. EL IMPACTO DE NUESTRA DIETA: UN FACTOR CLAVE PARA LA SALUD Y EL PLANETA

Nuestra dieta tiene un impacto profundo tanto en nuestra salud como en el medio ambiente:

- **Uso del agua:** Una dieta basada en plantas tiene una huella hídrica significativamente menor que una rica en productos animales.
- **Deforestación, degradación del suelo y pérdida de biodiversidad:** La agricultura y la producción animal intensiva son importantes causantes de estos problemas ambientales.
- **Emisión de gases de efecto invernadero (GEI):** La producción de ciertos alimentos, especialmente la carne, contribuye significativamente a las emisiones que impulsan el cambio climático.
- **Contaminación del suelo y el aire:** El uso de agroquímicos puede contaminar el suelo y el aire, generando problemas de eutrofificación.

- **Huella de carbono:** El consumo de alimentos producidos lejos de nuestro lugar de residencia aumenta la huella de carbono debido al transporte.

La dieta planetaria propuesta por la publicación EAT-Lancet (2019) busca un equilibrio nutricional y ecológico, promoviendo un mayor consumo de verduras, frutas, legumbres, granos integrales, frutos secos y aceites vegetales saludables, y una menor ingesta de carne roja, productos ultra procesados, azúcares añadidos y grasas saturadas. La adopción de este tipo de dieta podría prevenir millones de muertes prematuras al año y reducir significativamente la huella ambiental de los sistemas alimentarios.



## 8. REDUCIENDO LA HUELLA ECOLÓGICA A TRAVÉS DEL CONSUMO CONSCIENTE

El consumo consciente es la clave para reducir nuestra huella ecológica. Implica:

- Aprender a elegir lo que realmente necesitamos, considerando el impacto de nuestra compra en otros y en el medio ambiente.

- **Comprender la naturaleza de la compra compulsiva:** inmediata, innecesaria y con consecuencias ambientales.

- **Aplicar la regla de las 3R:** reducir, reutilizar, reciclar.

- Elegir productos con envases sostenibles y evitar aquellos con embalajes excesivos.

- Disminuir el consumo de plásticos y preferir alternativas duraderas y saludables como el vidrio.

- En la alimentación, optar por productos locales, de temporada y saludables, considerando su impacto en nuestra salud física, mental y microbiota intestinal.

- Informarse y analizar el impacto de nuestras decisiones más allá de nuestro entorno inmediato.



## 9. ACCIONES DE GOBIERNOS Y EMPRESAS PARA PROMOVER ESTILOS DE VIDA SOSTENIBLES Y SALUDABLES

Los gobiernos y las empresas tienen un rol fundamental en la promoción de estilos de vida sostenibles y saludables:

### GOBIERNOS:

#### 1. Políticas públicas intersectoriales:

Implementar políticas de Estado a largo plazo que involucren salud, medio ambiente, alimentación, agricultura, transporte y educación, integrando el concepto de salud planetaria y One Health.

#### 2. Incentivos económicos "verdes":

Fomentar la producción de alimentos saludables con impuestos verdes.

#### 3. Compra pública sostenible:

Priorizar alimentos de calidad y bajo impacto ambiental para escuelas e instituciones.



#### 4. Infraestructura de gestión de residuos:

Desarrollar industrias ecológicamente aceptables para el manejo y reutilización de residuos.

#### 5. Regulaciones y normas:

Disminuir la producción y consumo de plásticos de un solo uso y contaminantes, fortalecer el etiquetado nutricional y crear etiquetas ambientales.

#### 6. Espacios públicos sostenibles:

Fomentar la actividad al aire libre segura, las ciclovías y los paseos peatonales.

#### 7. Educación ambiental y para la salud:

Incorporar estos temas desde la enseñanza básica y a lo largo de la vida.

#### 8. Infraestructura para el reciclaje:

Proveer espacios públicos amplios y limpios para facilitar la separación y el reciclaje de residuos.

### EMPRESAS:

#### 1. Producción responsable:

Elegir materias primas sostenibles, diseñar procesos productivos considerando la huella hídrica, evitar sustancias tóxicas y gestionar adecuadamente los residuos.

#### 2. Comercio justo y cadena de valor transparente.

#### 3. Productos duraderos, reciclables y reutilizables:

Innovar en alimentos sostenibles y envases no tóxicos, haciéndose cargo del ciclo de vida completo del producto.

#### 4. Cumplimiento de normas de salud y protección al trabajador.

#### 5. Marketing responsable y transparente:

Evitar la promoción de productos dañinos para la salud y el planeta.



## 10. INICIATIVAS EXITOSAS QUE INTEGRAN SALUD, SOSTENIBILIDAD Y BIENESTAR A NIVEL GLOBAL

Afortunadamente, existen numerosas iniciativas a nivel mundial que demuestran que la integración de salud, sostenibilidad y bienestar es posible y efectiva:

#### 1. Planetary Health Alliance (PHA):

Una red global de instituciones trabajando para avanzar en el campo de la salud planetaria.

#### 2. EAT-Lancet Commission:

Impulsora de la "Dieta de Salud Planetaria".

#### 3. Green+Healthy Hospitals (Salud sin Daño):

Iniciativa para reducir la huella ecológica de hospitales y sistemas de salud.



**4. The One Health Initiative:** Enfoque que vincula la salud humana, animal y ambiental.

**5. Ciudades Saludables de la OMS:** Red de ciudades promoviendo entornos urbanos saludables y sostenibles.

**6. Wellbeing Economy Governments (WEGo):** Alianza de gobiernos priorizando el bienestar sobre el crecimiento económico.

**7. Blue Zones Project:** Iniciativa para replicar los hábitos de las regiones con mayor longevidad y salud.

**8. Agroecología y Sistemas Alimentarios Sostenibles:** Iniciativas en Francia y Brasil como ejemplos.

**9. Universidades y Centros de Investigación en Salud Planetaria:** Instituciones líderes en la generación de conocimiento.

**10. Marco legal y regulaciones:** Normativas que integran la evaluación de riesgos laborales y ambientales, el monitoreo de contaminantes y la promoción de la gestión conjunta a través de normas ISO.



En conclusión, la salud ocupacional y el medio ambiente son dos caras de la misma moneda. Integrar la sostenibilidad en el ámbito laboral no solo protege a los trabajadores y al planeta, sino que también asegura un futuro más próspero y saludable para todos. Nuestras decisiones diarias, las acciones de las empresas y las políticas de los gobiernos son cruciales para construir este futuro donde el bienestar humano y la salud planetaria vayan de la mano.

**Dra. Gabriela Moreno Maturana**  
Director Médico Deutsche Pharma



## SUNWORK y la Revolución del Cuidado de la Piel Personalizado en las Empresas: Descubre EL NUEVO ANALIZADOR DE PIEL



### ¿QUÉ ES LA MÁQUINA ANALIZADORA DE PIEL BITMOJI?

El cuidado de la piel va más allá de aspectos de cosméticos o de belleza, es un tema de salud y bienestar. Cada día surgen nuevos productos y rutinas para cuidarla, encontrar lo que realmente funciona para tu piel puede sentirse como una búsqueda interminable. Pero ¿y si te dijéramos que existe una forma innovadora y divertida de comprender las necesidades únicas de tu piel en tu lugar de trabajo? ¡Prepárate para conocer la máquina Analizadora de Piel Bitmoji, la herramienta revolucionaria que SUNWORK ha incorporado para ofrecerte una experiencia de cuidado de la piel totalmente personalizada!

- **Nivel de hidratación:** ¿Tu piel está sedienta o perfectamente nutrita?
- **Grasa y sebo:** ¿Tienes tendencia a brillos o tu piel es más bien seca?

- **Tamaño de los poros:** ¿Son visibles o finos?

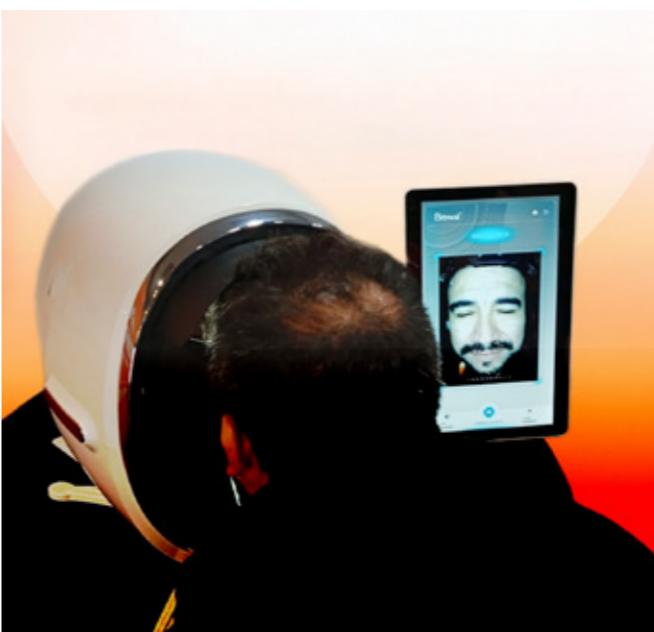
- **Pigmentación:** ¿Existen manchas solares, rojeces u otras irregularidades en el tono?

- **Sensibilidad:** ¿Tu piel reacciona fácilmente a ciertos ingredientes o factores externos?

- **Signos de envejecimiento:** ¿Se aprecian líneas finas, arrugas o pérdida de firmeza?

### ¿CÓMO FUNCIONA LA MAGIA EN SUNWORK?

El proceso es sencillo, rápido y ¡sorprendentemente revelador! Y lo mejor es que lo llevamos a tu empresa. Como cliente de SUNWORK tendrás la oportunidad de experimentar de primera mano la potencia de esta tecnología:



**1. Consulta Inicial:** Un profesional de SUNWORK te guiará a través del proceso y responderá cualquier pregunta que tengas.

**2. Análisis Detallado:** Colocarás tu rostro frente al analizador, que capturará imágenes detalladas de tu piel bajo diferentes tipos de luz. Este paso es completamente seguro y no invasivo.

**3. Creación de tu Bitmoji de Piel:** Basándose en los datos recopilados, la máquina generará una representación visual única de tu piel: ¡tu propio Bitmoji de Piel!

**4. Recomendaciones Personalizadas:** Lo más importante es que, con esta información precisa, los expertos de SUNWORK podrán diseñar una rutina de cuidado de la piel completamente adaptada a tus necesidades específicas. Esto incluye la selección de los productos más adecuados y consejos personalizados para lograr tus objetivos de belleza y salud cutánea.

## ¿POR QUÉ ES UNA HERRAMIENTA CLAVE EN SUNWORK?

La incorporación de la máquina Analizador de Piel Bitmoji refleja el compromiso de SUNWORK con la innovación y la personalización. Al ofrecer este análisis avanzado, SUNWORK busca:

- **Empoderarte con conocimiento:**

Entender tu piel a un nivel profundo te permite tomar decisiones informadas sobre su cuidado.

- **Personalizar el cuidado de tu piel:**

Olvídate de probar productos al azar. Con recomendaciones basadas en datos, invertirás en lo que realmente funciona para ti.

- **Maximizar los resultados:** Una rutina personalizada tiene un impacto mucho mayor en la salud y apariencia de tu piel.

- **Crear conciencia:** Al analizar tu piel

podrás ver el daño actual y el daño que podrías tener en el futuro si no la cuidas adecuadamente.



¿Te animas a conocer el nuevo analizador de Piel de Sunwork?  
¡Contáctanos!  
(Disponibilidad en RM, V, VI región)



## SUNWORK EN TERRENO

### Cierre Exitoso de Campaña "PROTEGE TU PIEL, PROTEGE TU VIDA" en ENAP Refinería Concón, con la Participación de SUNWORK

La empresa ERRES, a cargo del contrato de mantenimiento Civil-Mecánico ERA en la Refinería ENAP ubicada en Concón, culminó con éxito su campaña de concientización sobre la protección de la piel: "PROTEGE TU PIEL, PROTEGE TU VIDA", con una importante jornada de capacitación que contó con la activa participación de SUNWORK.

El evento, realizado el miércoles 16 de abril en el Barrio de Contratistas de la planta refinadora, reunió a un grupo de aproximadamente 100 trabajadores de ERRES, quienes fueron divididos en cuatro grupos para optimizar el desarrollo de la actividad.

La iniciativa, impulsada por el Comité Paritario de Higiene y Seguridad (CPHS) de ERRES, tuvo como broche de oro una ca-

pacitación integral en la que SUNWORK desempeñó un rol fundamental. Fernando Cabrera de SUNWORK compartió conocimientos y recomendaciones clave sobre la prevención de riesgos dermatológicos en el ambiente laboral, resaltando la importancia del uso adecuado de protectores solares y otras medidas de cuidado de la piel.



La campaña "PROTEGE TU PIEL, PROTEGE TU VIDA" se extendió durante un periodo previo a este evento final, buscando generar conciencia entre los trabajadores sobre la exposición a factores de riesgo y la necesidad de adoptar prácticas seguras. La participación de SUNWORK en la capacitación de cierre aportó un valor significativo, brindando información especializada y reforzando el mensaje de prevención y autocuidado. Esta colaboración entre ERRES, su CPHS y SUNWORK subraya el compromiso conjunto con la seguridad y el bienestar de los trabajadores en la Refinería ENAP Concón, promoviendo una cultura de prevención y resaltando la importancia de la protección de la piel como un aspecto crucial de la salud laboral.



[WWW.SUNWORK.CL](http://WWW.SUNWORK.CL)

SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES

