

# **IMPLEMENTACIÓN DE UN SERVICIO DE** **FISIOTERAPIA PARA LOS** **TRABAJADORES DE MERCADONA**

**Alumno:** César Mejía Rebollo

**Trabajo de Final de Grado** – Fisioterapia

**Curso:** 2021-2022

**Tutora:** Vanesa Rodríguez Salés

**Universidad:** Tecnocampus; Mataró

*“En las Películas te salva un príncipe, en la vida real tu Fisioterapeuta”*

## Índice de contenido

1.	Resumen.....	7
2.	Introducción .....	9
	Tabla 1: Índice de incidencia en el sector .....	10
	Tabla 2: Evolución del índice de incidencia.....	11
	Tabla 3: Total actividades servicio médico CARS .....	12
	Tabla 4: Clasificación de Trabajadores en Mercadona S.A. ....	13
	Tabla 5: Plan de prevención y programa de salud .....	15
3.	Objetivos del proyecto .....	17
	Objetivo general.....	17
	Objetivos Específicos.....	17
4.	Fase de Análisis .....	18
	Análisis externo:.....	18
	Análisis de la competencia .....	18
	Figura 1: Ubicación Mercadona (Turó de la Peira) respecto a los centros de Fisioterapia de la zona .....	21
	Posibles colaboradores: .....	22
	Análisis demográfico del entorno .....	23
	Tabla 6: Clasificación demográfica Barcelona.....	23
	Análisis demográfico y urbanístico .....	23
	Figura 2: Distritos de Barcelona y “Nou Barris” .....	23
	Tabla 7: Clasificación demográfica Turó de la Peira.....	24
	Ámbito Sanitario .....	25
	Ámbito Deportivo.....	25
	Área de influencia potencial .....	26
	Formulario para los trabajadores (Trabajo de campo) .....	26
	Figura 3: Clasificación por edades.....	27
	Figura 4: Lesión física sufrida en el tiempo que impidiese realizar acciones o trabajo habitual de manera correcta.....	27
	Figura 5: Asistencia a un Fisioterapeuta .....	28
	Tabla 8: Respuestas sobre el dolor sufrido (Escala de EVA).....	29
	Tabla 9: Nivel de Dolor que dificultaba realizar tareas de la vida diaria y del trabajo.....	29
	Marco legal, político, económico y social .....	30
	Análisis Interno.....	31
	Misión, visión y valores de Mercadona.....	31

Misión, visión y valores de MercaFisio.....	32
Capacidad económico-financiera de los inversores.....	33
Capacidad organizativa-conocimiento de los líderes del proyecto .....	33
Capacidad relacional (net-working) de los líderes del proyecto.....	34
Figura 6: Organigrama actual Equipo directivo de Mercadona .....	35
Figura 7: Organigrama Total de Mercadona .....	36
Figura 8: Organigrama MercaFisio .....	37
Clasificación DAFO.....	38
Tabla 10: Clasificación DAFO .....	38
5. Fase de decisión .....	39
Figura 9: Presentación Canvas .....	39
Figura 10: One Page .....	40
6. Fase de concreción.....	41
Definición de los servicios a prestar.....	41
Política de precios .....	41
Política de comunicación.....	42
Política de Comercialización.....	43
Presupuesto plan de Marketing .....	44
Tabla 11: Presupuesto Inicial .....	47
Tabla 12: Inversión Inicial.....	48
Cronograma – Diagrama de Gantt .....	49
Tabla 13: Cronograma de Actividades .....	49
7. Evaluación .....	50
Tabla 14: Tabla de Evaluación .....	51
8. Conclusiones.....	52
9. Referencias Bibliográficas .....	53
10. Anexos.....	55

**ÍNDICE DE TABLAS**

Tabla 1: Índice de incidencia en el sector.....	10
Tabla2: Evolución del Índice de incidencia.....	11
Tabla 3: Total Servicio actividades anuales CARS.....	12
Tabla 4: Clasificación trabajadores Mercadona S.A.....	14
Tabla 5: Plan de prevención y programa de salud.....	15
Tabla 6: Clasificación demográfica Barcelona.....	23
Tabla 7: Clasificación demográfica Turó de la Peira.....	24
Tabla 8: Respuestas sobre el dolor sufrido (Escala de EVA).....	29
Tabla 9: Nivel de Dolor que dificulta realizar tareas diarias y del trabajo.....	30
Tabla 10: Clasificación DAFO.....	39
Tabla 11: Presupuesto inicial.....	47
Tabla 12: Inversión Inicial.....	48
Tabla 13: Cronograma de Actividades.....	49
Tabla 14: Tabla de Evaluación.....	51

**ÍNDICE DE FIGURAS**

Figura 1: Ubicación Mercadona (Turó de la Peira) respecto a los centros de Fisioterapia de la zona.....	21
Figura 2: Distritos de Barcelona y “Nou Barris” .....	23
Figura 3: Clasificación por edades .....	27
Figura 4: Lesión física sufrida en el tiempo que impidiese realizar acciones o trabajo habitual de manera correcta.....	28
Figura 5: Asistencia a un Fisioterapeuta.....	29
Figura 6: Organigrama actual Equipo directivo de Mercadona .....	36
Figura 7: Organigrama Total de Mercadona.....	37
Figura 8: Organigrama MercaFisio.....	38
Figura 9: Presentación Canvas .....	40
Figura 10: One Page .....	41

## 1. Resumen

MercaFisio es un proyecto de fisioterapia creado para la intervención e implementación del mismo en una organización determinada, en este caso Mercadona S.A. A raíz que en los últimos años ha aumentado el trabajo en el ámbito de la alimentación y materia prima, a causa de los tiempos vividos (COVID-19) y con ello las exigencias a los propios trabajadores, así como las lesiones, patologías, factores de riesgo y las bajas laborales por sobreesfuerzo o similares. Por el cual, el principal objetivo a parte de la implementación de un propio servicio de fisioterapia de calidad en una macroempresa de alimentación líder en el sector, es velar por el bienestar de los trabajadores, mejorar su calidad de vida social y laboral, además de disminuir el absentismo laboral por dolencias e incrementar la productividad de la organización en cuestión.

Por ello, se ha planteado una tienda en concreto de Mercadona (Turó de la Peira) como prueba piloto, llevado a estudio a través de una investigación exhausta de la zona y de la propia empresa, de un pequeño formulario contestado por los trabajadores de la tienda y también a través de la experiencia y visión propia como futuro fisioterapeuta, sanitario y ex trabajador de la misma organización a intervenir y específicamente de la tienda, realizando así como consecuencia los determinados servicios y actividades que se han creído correspondientes.

El servicio se evaluará durante el tiempo mediante un número de actividades que se realicen en el mismo y los resultados posteriores a analizar. En conclusión, se identifica una cierta necesidad de un mayor cuidado por nuestra salud (física/mental), pero sobre todo a nivel musculo esquelético, y una percepción positiva del servicio por parte de algunos altos cargos de la empresa y de los mismos trabajadores que la constituyen, dándole una realista futura oportunidad y viabilidad de ejecución al proyecto.

### **Palabras Clave**

Fisioterapia / Servicio/ Calidad de Vida y Laboral / Salud & Bienestar / Productividad

**ABSTRACT**

This final degree project shows the creation of a physiotherapy project for its subsequent intervention and implementation in a specific organization, in this case Mercadona S.A. In recent years, work has increased in the field of food and raw materials, due to the times lived (COVID-19) and with it the demands on the workers themselves, as well as injuries, pathologies, risk factors and sick leave due to overexertion or the like. For which, the main objective, apart from the implementation of its own quality physiotherapy service in a leading macro food company in the sector, is to ensure the well-being of workers, improve their quality of social and work life, in addition of reducing work absenteeism due to illnesses and increasing the productivity of the organization in question.

For this reason, a specific Mercadona store (Turó de la Peira) has been proposed as a pilot test, carried out through an exhaustive investigation of the area and of the company itself, of a small form answered by the workers of the store and also through experience and own vision as a future physiotherapist, health worker and former worker of the same organization to intervene and specifically of the store, thus carrying out certain services and activities that have been believed to be corresponding.

The service will be evaluated over time through the number of activities that will be carried out in it and the subsequent results to be evaluated. In conclusion, a certain need for greater care for our health (physical/mental) is identified, but above all at the musculoskeletal level and a positive perception of the service by some senior managers in the company and by the workers themselves. The constitution, offering a realistic future opportunity and feasibility of execution.

**Key Words**

Physiotherapy / Service / Quality life and work / Welfare / Productivity

## 2. Introducción

En los últimos años se ha observado un aumento por la preocupación y cuidado que tiene la sociedad en temas relacionados con la salud y la calidad de vida, reflejándose un aumento de la salud a nivel nacional y su propia autovaloración positiva de la salud de cada uno de ellos, sin embargo aumenta la prevalencia de enfermedades crónicas, los factores de riesgo cardiovascular metabólicos (obesidad, diabetes), las enfermedades del aparato locomotor (artrosis, dolor lumbar) y también se incrementa la población con limitaciones y discapacidad funcional. (1)

Igualmente se produce un aumento del uso de los servicios sanitarios, interpretado con el contexto de aumento de la esperanza de vida. La consulta médica de atención primaria, urgencias, visitas a la enfermería y a los fisioterapeutas y también quienes refieren inaccesibilidad a la atención médica por lista de espera. En cambio, los determinantes de la salud mejoran suavemente, o al menos en los grupos de posición socioeconómica más favorecida (mejora el tabaquismo, se reduce el consumo de alcohol) y aumenta la actividad física, gran solución pretendiendo así conseguir un estado físico y psíquico estable, tratando ya sean problemas físicos o incluso mentales ya que sirve de ayuda ante cualquier problema o preocupación que nos ronde la mente. Las diferencias de problemas crónicos entre hombres y mujeres son sustanciales, generalmente ellas con peor salud (trastornos musculo esqueléticos, del estado de ánimo, asma...) y mayor uso de servicios, aunque en lo referente al estilo de vida presentan mejores indicadores (sobrepeso, alcohol...). (2)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como "Estado completo de bienestar físico y social de una persona" y no solo la ausencia de la enfermedad. (3)

Por lo tanto, el concepto de salud se compone de varios factores, entre ellos el estado de adaptación al medio biológico y sociocultural, el estado fisiológico de equilibrio (alimentación) y la perspectiva biológica y social, las relaciones familiares y hábitos de vida. (4)

Por otro lado, según la OMS, la definición de salud laboral "es una actividad multidisciplinaria que promueve y protege la salud de los trabajadores, controlando los accidentes y las enfermedades mediante la reducción de las condiciones de riesgo". (5)

Entendiendo la salud laboral como la reducción y/o eliminación de los factores de riesgo dentro del centro de trabajo, concretamente el puesto de trabajo y la realización de este. Para la consecución de estos objetivos, es necesario tener a un equipo multidisciplinar involucrado en las distintas áreas que componen la protección y la promoción de la salud.

Entre ellas se encuentra la seguridad en el trabajo, cuya disciplina se encarga de evitar los accidentes del trabajo, por medio de procurar que tanto el propio trabajo, las máquinas, herramientas y cualquier otro aparejo que deba utilizar el trabajador sea seguro. A continuación, se representa una tabla con los últimos datos de siniestralidad entre el período de Febrero 2021-Enero 2022 en los diferentes sectores nacionales (Agrario, industria, construcción y servicios), posteriormente junto con su evolución del índice de incidencia mes a mes, en el cual se destaca un importante crecimiento. (6)

Tabla 1: Índice de incidencia en el sector

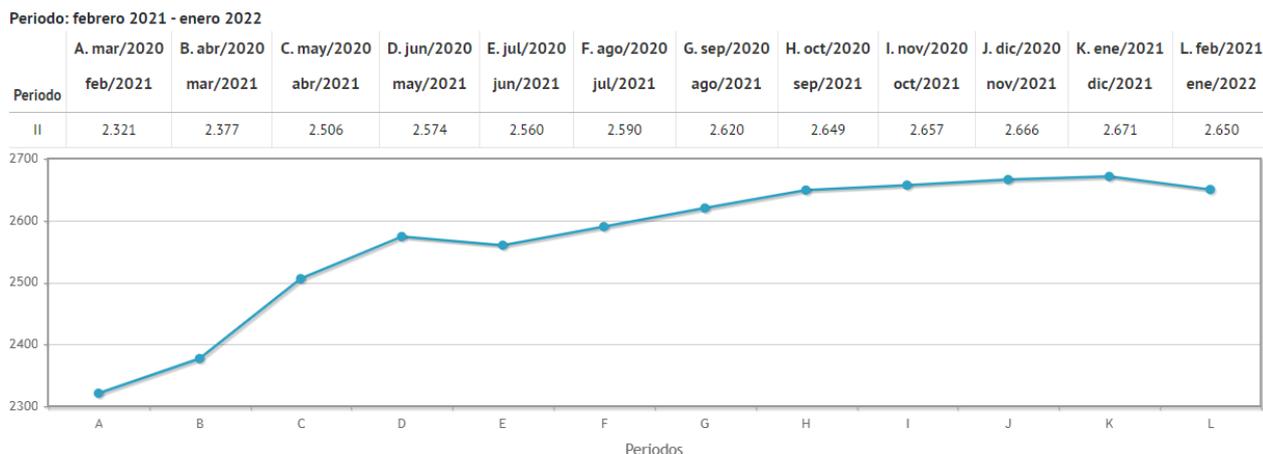
**Periodo: febrero 2021 - enero 2022**

Sector	Índice de incidencia total	Variación porcentual (*)
Agrario	4.271	5,7
Industria	4.285	12
Construcción	6.092	10,3
Servicios	2.004	15,7
Total	2.650	13,5

(\*) La variación se calcula respecto al periodo de doce meses inmediatamente anterior (febrero 2020 - enero 2021)

*Fuente: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (insst)*

Tabla 2: Evolución del índice de incidencia



Fuente: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (insst)

Además, se ha de tener en cuenta la importancia de los accidentes por sobreesfuerzo en el sistema músculo esquelético, ya que representan un alto porcentaje en el conjunto de la siniestralidad de nuestro país. Concretamente, en 2020 un 32,5% de los accidentes laborales con baja en España fueron por sobreesfuerzo y se analiza una evolución incremental en ciertas actividades más afectadas por los sobreesfuerzos, entre ellas la industria de la alimentación, de la construcción y de la fabricación. (7). (8)

Por ello, poco a poco se ha ido innovando y evolucionando gracias a la tecnología y nuevas ideas que proporcionan mayor seguridad para el trabajador y sobre todo el cuidado de su salud. Como ejemplo claro en una macroempresa destaca “CARS” (Centro de Atención y Rehabilitación Sanitaria) en Martorell, eje del desarrollo y modelo de gestión, la seguridad y el bienestar de los trabajadores de SEAT. Se ofrecen servicios de medicina preventiva, asistencial y rehabilitación y cuenta con 25 profesionales en el ámbito de la traumatología, cardiología, ginecología, salud mental y fisioterapia, con salas de rehabilitación y fitness donde se programan tratamientos y entrenamientos específicos, así como la promoción de la salud. (9)

También cuenta con un laboratorio de biomecánica equipado con alta tecnología, con más de 20 cámaras que procesan en tres dimensiones las características musculoesqueléticas de los trabajadores, con el objetivo de adaptar la ergonomía de cada lugar de trabajo. Además, ofrecen espacios de diagnóstico y prevención de diferentes patologías, como pruebas

ginecológicas a las que disponen más de 3000 trabajadoras de SEAT para la detección precoz del cáncer de mama y del cuello del útero (citar actividades tabla aquí). (10)

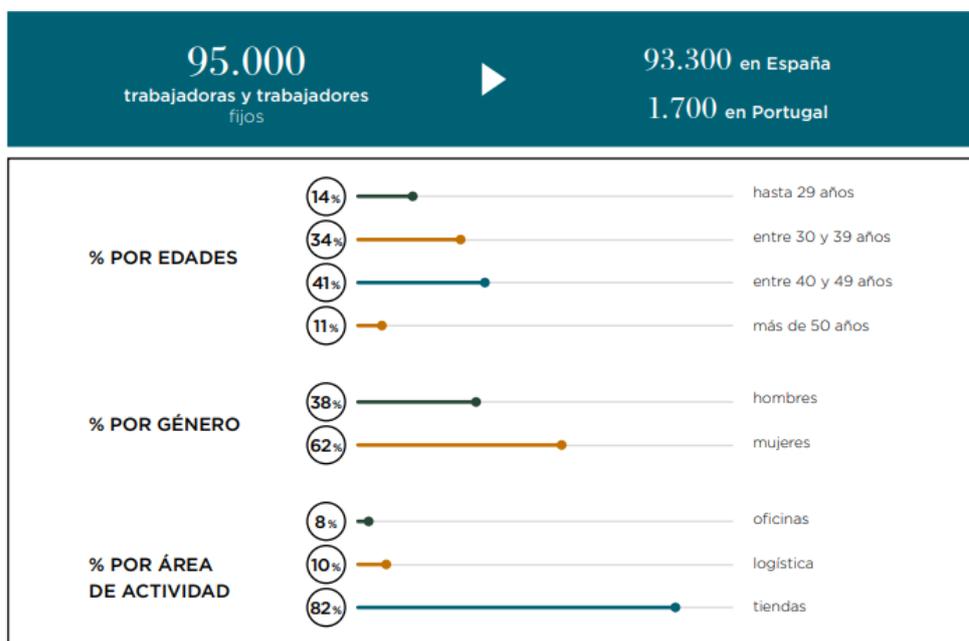
Tabla 3: Total actividades servicio médico CARS



Fuente: SEAT informe anual 2019

Principalmente, la macroempresa líder en el sector del ámbito alimenticio a nivel nacional a la que se pretende intervenir con este proyecto cuenta con una plantilla de trabajadores que deben trabajar en equipo y han demostrado tener la capacidad de adaptarse y enfrentarse a nuevos entornos clave a partir del 2020, con el objetivo de ofrecer soluciones a ‘el jefe’ (clientes) lo que paralelamente permite seguir consolidando su desarrollo sostenible.

Tabla 4: Clasificación de Trabajadores en Mercadona S.A.



Fuente: Mercadona; Memoria Anual 2020

En 2020, año en el que el Covid-19 ha multiplicado exponencialmente las exigencias, la compañía ha incorporado 5000 personas más a su plantilla, con 95000 al cierre de año, garantizándoles un empleo estable y de calidad, con nuevas oportunidades y confiando la capacidad de cada persona, educación de calidad, elaborado en un plan de formación para todos los trabajadores y trabajadoras, fomentando su crecimiento personal y profesional, asimismo como su crecimiento económico y trabajo decente.

Por un lado, la igualdad y la diversidad son valores transversales integrados en su modelo de negocio. La compañía cuenta con un plan de igualdad con vigencia de 5 años (2019-2023), que parte del compromiso del Comité de Dirección de la empresa y la representación de los trabajadores por el desarrollo de unas relaciones laborales que promueven y garanticen el respeto a la igualdad y diversidad.

Este compromiso se ve reflejado en los datos como pone de manifiesto el hecho de que el 62% de la plantilla son mujeres. Promocionaron 348 mujeres en 2020 de 953, y 1955 forman parte en puestos directivos, un 45% del total. Siguiendo así con un desarrollo sostenible, aumentando la igualdad d de género y reduciendo las desigualdades.

Por otro lado, la contribución a la salud y seguridad laboral es un objetivo permanente y esencial que la compañía asume como prioritaria. Después de la pandemia ha hecho que la misma empresa se centre más en garantizar la salud y la seguridad de la plantilla. Para ello disponen de un plan de prevención y programa de salud propio que apuesta por la formación constante. A través de la prevención y máximo mantenimiento de altos grados de salud y seguridad en el trabajo, generando condiciones adecuadas para evitar que se produzcan posibles accidentes de trabajo o lesiones profesionales. Se dispone de un servicio médico y de prevención con implicación de 9 mutuas colaboradoras con la seguridad social I (Asepeyo, Fremap, Ibermutuamur, MAC, MAZ, Montañesa, Mutua Balear, Mutua Navarra y Umivale), así como servicios de prevención ajenos de Cualtis, Preving, Previs y Quirón prevención, apoyado a lo largo del año en el ámbito de la vigilancia de la salud, formación de la prescripción de criterios y en el desarrollo de nuevos procesos. (11). (12)

Tabla 5: Plan de prevención y programa de salud

**230**  
evaluaciones de riesgos  
de los nuevos centros y las  
reformas realizadas

**24,56 ‰\***  
incidencia de accidentes  
de trabajo

**31**  
días de duración media  
de la baja

**73 %**  
de cobertura  
de exámenes de salud

**77,4 M€**  
de inversión en prevención  
de riesgos laborales

\* Índice de incidencia = N.º de accidentes  
con baja/por cada 1.000 trabajadoras y trabajadores

*Fuente: Mercadona; Memoria Anual 2020*

Con lo consiguiente, el proyecto de intervención consistirá en la implementación de un servicio de fisioterapia en una organización o empresa, en este caso concretamente en Mercadona S.A. Servicio que irá destinado a todos los trabajadores que forman parte de la misma, con un conjunto de objetivos personales y sociales a cumplir, que a la vez aporten un beneficio positivo y rendimiento, tanto a nivel de los trabajadores que se sentirán más protegidos y con una mayor seguridad y cuidado por parte de sus superiores, como a la empresa, ya sea desde un punto de vista social, como por ejemplo el de mejorar su imagen tanto interna como externa, además de poder trabajar así en la disminución de las desigualdades sociales, como también a nivel sanitario, mejorando la salud y el bienestar de los individuos, optando por tratamientos específicos y un seguimiento y control de cada historia clínica. Además, a nivel ético se respetarán todas las leyes, los datos personales (protección de datos) y decisiones

determinadas del trabajador, como a nivel laboral un posible aumento de la productividad de la empresa y su consiguiente resultado final y positivo a nivel económico.

El objetivo es implantar el servicio a partir de la colaboración o convenio entre Mercadona S.A. y una empresa externa pero asociada y colaboradora (MercaFisio), ofreciéndoles así un servicio extra a sus trabajadores, proporcionándoles una gran cantidad de beneficios tanto internos como externos laboralmente, diferenciándose de la competencia, demostrando una preocupación por los riesgos laborales y la salud de sus trabajadores, algo que finalmente influye también en la vida social de cada individuo y en el bienestar general de todos.

Con este tipo de servicio, Mercadona innovaría respecto a la gran mayoría del resto de empresas en España y sería de las primeras grandes empresas en la península en ofrecer este tipo de servicio y velar por la salud del trabajador, fomentando así la fisioterapia y poco a poco concienciar a la sociedad de su función y de que es algo necesario e imprescindible para prevenir y evitar problemas mayores, así como la correcta recuperación o rehabilitación.

Por ello, dadas las circunstancias y experiencias que visualizo y analizo día a día y en primera persona como trabajador de Mercadona. Entre ellas problemáticas de organización a causa de continuas bajas laborales, dolencias sufridas por la gran mayoría de los trabajadores como consecuencia de una mala postura o malas técnicas de trabajo, ignorancia y poca ayuda o soporte para poder solucionar estas dolencias determinadas y por último todo lo conllevado por el COVID-19. Sería buena idea hacer una combinación de ambos trabajos en los que actualmente estoy ejerciendo (Mercadona + Fisioterapeuta) y así poder crear este tipo de proyecto y cubrir ciertas necesidades a un gran número de personas que forman parte de una gran empresa en nuestro país y constituye un papel fundamental en nuestro sistema.

### **3. Objetivos del proyecto**

#### **Objetivo general**

-Implementar un servicio de fisioterapia de calidad en una macroempresa de alimentación líder en el sector

#### **Objetivos Específicos**

--Velar por el bienestar de los trabajadores, mejorar su calidad de vida social y laboral

-Disminuir el número de bajas laborales, su absentismo laboral e incrementar la productividad en la empresa

-Abordar las determinadas dolencias de cada trabajador específicamente, mantener una correcta salud física/mental, evitar y prevenir ciertas lesiones y patologías. (Promoción primaria en salud)

-Reducir costes médicos y exámenes complementarios no necesarios, mejora organizacional y fomentar la fisioterapia social y laboral

## 4. Fase de Análisis

### Análisis externo:

#### Análisis de la competencia

Actualmente, Mercadona S.A. cuenta con un servicio de atención al trabajador para todos los temas relacionados con la salud laboral, a través de una aseguradora/mutua obligatoria constituida por los riesgos laborales y sindicatos del sector. En primer lugar, estudian el caso determinado y se programa una cita con el médico en cuestión. A partir de la visita médica, se realizan pruebas necesarias o no, y mediante los resultados de estos o la valoración del médico, deciden la opción de ofrecer la baja laboral, y en algunos casos la realización de determinadas sesiones de fisioterapia en alguna de las mutuas encargadas de los accidentes laborales, con las que la propia empresa tenga un convenio y/o colaboración.

El servicio, protocolo y convenio actual del que dispone Mercadona, es el principal competidor contra la nueva y diferente propuesta de intervención de esta determinada organización. Además, se analizan otros diferentes tipos de competencia en la zona de intervención inicial (Turó de la Peira) con diferentes tipos de servicios y ámbitos Fisioterapéuticos a ofrecer. Estudiamos clínicas de fisioterapia especialistas en osteopatía, centros especialistas en lesiones deportivas, en terapia regenerativa, especialistas en lesiones traumatológicas y forzadas por causas laborales, así como fisioterapeutas reconocidos en la zona o incluso gabinetes que además de ofrecer ciertas rehabilitaciones disponen de cursos y formaciones para fisioterapeutas licenciados.

No obstante, respecto al punto de vista con el cual está enfocada este tipo de idea, este conjunto de profesionales del ámbito se podría calificar como posible competencia, pero en determinados casos como, por ejemplo, a nivel de suelo pélvico, ya que por las características del tipo de trabajo seguramente haya incidencias relacionadas, se les podría derivar a especialistas colaboradores, en el caso que no se llegue a abordar ese tipo de fisioterapia internamente. A continuación, se representan un conjunto de clínicas, centros y/o profesionales del ámbito:

**Adeu dolor:** Clínica de Fisioterapia en Barcelona (Passatge Dr. Pi i Molist, 10) situada muy cerca de nuestra zona de influencia inicial, especialista en Osteopatía en diferentes ámbitos (Deportiva, pediátrica...), acompañamiento emocional y lactancia materna, ubicada en un entresuelo, con un horario de 8h a 19h de lunes a viernes, organizada y dirigida por María José Díaz de Mera, fisioterapeuta y osteópata, ofreciendo unos servicios muy amplios a parte del fisioterapéutico, por el cual sería parte de la competencia a tener en cuenta y reconocer en la zona. Página web: <https://adeudolor.com/>

**Centre de fisioterapia Virrei Amat:** Centro de fisioterapia en Nou barris (Carrer Nou de Porta, 8, baixos) en el cual tratan todo tipo de lesiones traumatológicas **especialistas en lesiones forzadas por causas laborales**, en lesiones deportivas de todo tipo. Además, ofrecen un servicio amplios servicios de osteopatía, punción seca, kinesiotaping y drenaje linfático entre otras, con un horario de lunes a viernes de 9h a 13h/ 16h-20h. Destacan tener un horario flexible y organizarse con cita previa, con un precio de sesión de 35 euros (45 minutos) o un bono de 5 sesiones 140 euros. <http://fisioterapiavirreiamat.es/serveis>

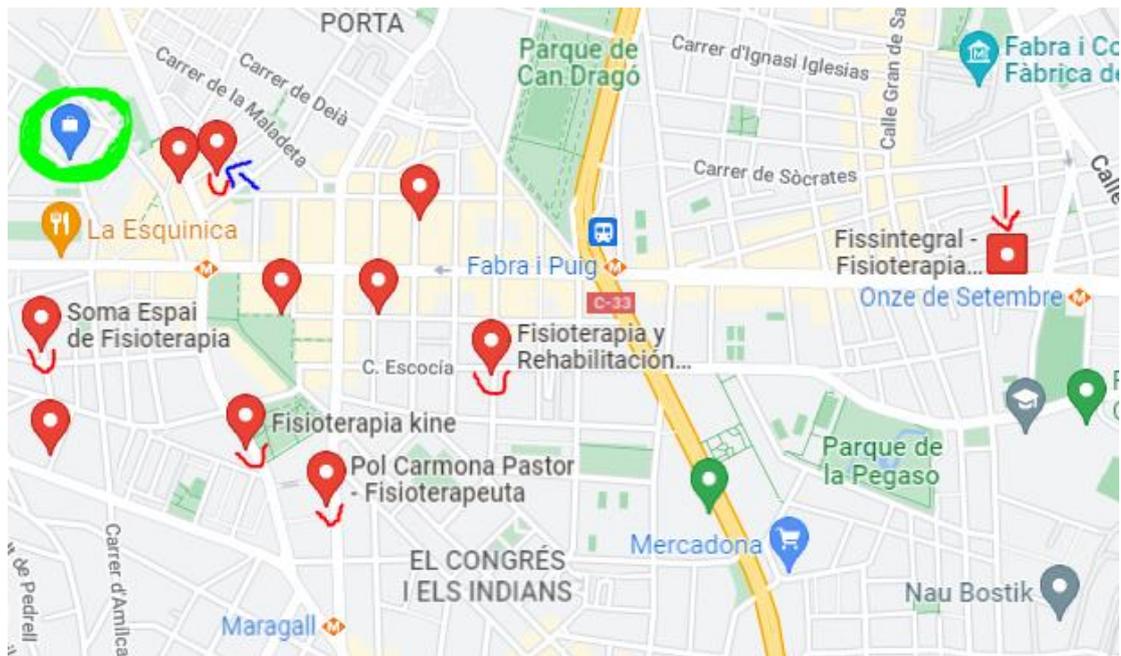
**SOMA espai de fisioterapia:** Centro de Fisioterapia situado en Barcelona C/ de Santa Matilde número 19, especialistas en todo tipo de fisioterapia neurológica, traumatológica, suelo pélvico y readaptaciones deportivas. Con un horario de lunes a viernes de 9.30h a 14h/ 16h a 20h. Con unas instalaciones que destacan por ser modernas y con una muy buena iluminación. <https://www.facebook.com/somaespaidefisioterapia>

**Pol Carmona (Fisioterapeuta):** Fisioterapeuta con el número de colegiado 15577, ubicado en un local (Carrer de Ramón Albó 41-57) en Barcelona. Únicamente trabaja con pacientes privados, no con aseguradoras /Mutuas, se centra en tratamientos específicos para cada paciente, enfocado a patologías relacionadas con lesiones deportivas y contracturas musculares. Diplomado en la UAB (2017-2021) y formado en punción seca, tratando los puntos gatillos miofasciales en las alteraciones biomecánicas del aparato locomotor (Fisioformación) y un curso de fisioterapia deportiva en “Qeresformación” en 2021. [https://www.doctoralia.es/pol-carmona-pastor/fisioterapeuta/barcelona?utm\\_source=widget-doctor-155023&utm\\_medium=big&utm\\_campaign=&utm\\_content=#highlight-calendar](https://www.doctoralia.es/pol-carmona-pastor/fisioterapeuta/barcelona?utm_source=widget-doctor-155023&utm_medium=big&utm_campaign=&utm_content=#highlight-calendar)

**“Gabinet” de Fisioterapia y kinesiología:** Centro de Fisioterapia situado en la misma zona de análisis, muy próxima a los anteriores (Carrer de Santa pau, 58) dirigido por Rafael Guerra Salom, fisioterapeuta especializado en terapia regenerativa (PNI) y máster en osteopatía mROE 498, y formando parte de un equipo junto a otros fisioterapeutas, con una empresa (GOKSALUT) enfocada a tratar patologías de diversas clases en la fisioterapia, a través de terapias osteópatas, punción seca, naturopatía, hipertermia profunda, kinesiología holística y biomagnetismo médico. Además, cuentan con la posibilidad de ofrecer cursos y formaciones a fisioterapeutas del ámbito. <http://www.goksalut.com/>

**FissIntegral:** Centro de Fisioterapia y Osteopatía, podología, estudio de la marcha, nutrición, dietética y psicología. Dirigido por un conjunto de profesionales especializados en los diferentes campos de la salud, situado en el barrio de St Andreu (Rambla de l’Onze de Setembre 62, 64), más lejano que el resto de los centros analizados, pero muy interesante por el nivel de diversidad y calidad de servicios que ofrecen y por el equipo multidisciplinar que lo forma. También disponen de un conjunto de tarifas muy amplias y dependiendo de lo que necesite el determinado paciente, se les puede contactar por teléfono y mail y por último también disponen de un blog y foro para interactuar. <https://www.fissintegral.com/>

Figura 1: Ubicación Mercadona (Turó de la Peira) respecto a los centros de Fisioterapia de la zona



En esta imagen se puede observar el círculo verde como ubicación del Mercadona específico de estudio, y en lo consiguiente los centros de fisioterapia presentados anteriormente, subrayados en rojo y una flecha azul destacando “Adeu dolor” por su ausencia en Google Maps, y FissIntegral por su especialización en suelo pélvico.

### Posibles colaboradores:

Como principal colaborador, así como también competidor hasta el momento, sería la propia mutua laboral de Mercadona, convenio obligado al ser una macroempresa, pero por el cual también podría ser un posible colaborador además de competidor, ya que muchas veces tardan en dar horarios de visita médica y posteriormente de rehabilitación, ya sea por exceso de demanda, falta de personal o de convenios, pero que conjuntamente podría complementar ciertos aspectos. Se dispondría de tratamientos alternativos que se pueden ofrecer además, también podrían facilitar los historiales clínicos, con sus seguimientos y formar parte entre otros, con sus médicos para poder realizar más visitas y diagnosticar con más rapidez, importante para luego nosotros poder valorar y ejecutar con acierto y mayor probabilidad de evolución positiva.

Respecto a los anteriores centros de Fisioterapia analizados, se destacarían también por su posible interés y colaboración en el proyecto, como se ha mencionado anteriormente, dadas las características y especialidades de algunos centros, en este caso por ejemplo el suelo pélvico (FissIntegral), se podría llegar a derivar cierto público en el caso que no se abarque esa modalidad fisioterapéutica. Dadas las reinserciones laborales post maternidad y el tipo de esfuerzo físico que se puede llegar a realizar en Mercadona.

Por otro lado, los nutricionistas también son importantes colaboradores, ya que ciertas enfermedades o trastornos pueden venir causados por la educación alimenticia, entre otros, y formarían parte de un equipo multidisciplinar junto con el fisioterapeuta. Y también los psicólogos, profesionales en el ámbito psicológico-mental e importantes colaboradores en determinados trastornos junto con los fisioterapeutas, relacionando así trastornos mentales con musculoesqueléticos y viceversa, llevando a cabo un tratamiento conjunto y colaborativo.

Análisis demográfico del entorno

Tabla 6: Clasificación demográfica Barcelona

<b>Barcelona</b>	
Codi	080193
Comarca	Barcelonès
Població (2021)	1.636.732
Superfície (km²)	101,35
Densitat (hab./km²)	16.149,3
Altitud (m)	13



Catalunya

Àrea: Barcelonès



Barcelonès

Àrea: Barcelona

(13) Fuente: “Institut d’estadística de Barcelona” (idescat)

Análisis demográfico y urbanístico

Figura 2: Distritos de Barcelona y “Nou Barris”



(14) Fuente: “Ajuntament de Barcelona; Nou Barris ; El Turó de la Peira”

Tabla 7: Clasificación demográfica Turó de la Peira

<b>Turó de la Peira (Nou barris) 2020</b>
Comarca: Barcelonès
Población Valores ABS. (2020) 16.269 → 7.567 (Hombres) 8.702 (Mujeres)
Superficie (KM2): 35,40
Densidad (Hab./KM2): 1.223
Tasa bruta de natalidad: 10.1%
Tasa bruta de mortalidad: 10.3%

(15) Fuente: "Ajuntament de Barcelona; estadístiques per territori; barris; Turó de la Peira"

Como se observa en la tabla demográfica de Barcelona ciudad, se recogen los datos del año pasado (2021) y se representan varias variables demográficas. Se han de tener en cuenta a la hora de centrarnos más en el distrito de Nou barris y más concretamente en el barrio de "El Turó de la Peira". Esta misma forma parte de 13 barrios que constituyen el distrito anteriormente nombrado y en el cual recogemos los últimos datos registrados hasta el momento (2020). La población se representa en valores absolutos y forman parte del 1% aproximadamente de la población total de Barcelona ciudad, no obstante, hay un crecimiento importante de natalidad, pero se ve eclipsado por la tasa de mortalidad, ya que le supera por 0,2%. Aun así se observa una alta densidad de habitantes por kilómetro cuadrado en el área de análisis.

## Ámbito Sanitario

Centro con titularidad pública de Atención primaria situado en Turó (CAP) – C/Cadí 58-62; disponible de lunes a viernes de 08h-20h. Y se encarga de toda aquella atención curativa, preventiva y rehabilitadora, así como la promoción de la salud en la comunidad y se enfrenta a una demanda muy importante de problemas psicosociales de la población. En general es el conjunto de actuaciones destinadas a mejorar la salud de la comunidad en sus diferentes dimensiones (Físicas, psicológicas y sociales), por medio de la capacidad colectiva de adaptación positiva a los cambios del entorno.

Centro Médico Fabra y Puig S.L. (Centro médico privado) – Pg Fabra i Puig 326  
Cadena de centros médicos privados, en los cuales ofrecen servicios de fisioterapia (Artritis, contracturas musculares y fibromialgia), medicinas y terapias alternativas, ya sean a personas aseguradas (Adeslas) o sin seguro médico privado (Particulares).

## Ámbito Deportivo

Conjunto de espacios, centros deportivos, gimnasios y campos municipales que integra el barrio de "El Turó de la Peira", en el cual se practican diferentes tipos de ejercicio físico, actividades, deportes e incluso ejercicio terapéutico, entre las más comunes: Natación, fútbol, baloncesto, patinaje, gimnasia y tae-kwondo.

1. Campo municipal de fútbol Turó de la Peira – C/Beret 5
2. Centre esportiu municipal Turó de la Peira – C/Sant iscle 50
3. Gimnàs esports Fabra – Pg Fabra y Puig 218
4. Centro cultural deportivo Turó de la Peira – C/Aneto 33
5. Pista Bàsquet y pista Frontó, Parròquia de la Mare de Dèu de Fàtima – C/Sant iscle 19

## Área de influencia potencial

Desde su fundación en 1977, Mercadona S.A. no ha parado de medrar. La cadena de supermercados valenciano cuenta en la actualidad con más de 1600 tiendas en España repartidos por todo el territorio nacional. Por otro lado, la compañía también tiene 29 establecimientos abiertos en Portugal, concretamente en Guimarães, que tiene presencia en los distritos de Aveiro, Porto, Braguita y Viana do Castelo, y su idea es de ir abriendo poco a poco más y con un número superior a 95.000 trabajadores, 2500 de ellos en Portugal.

Más concretamente en Catalunya, se dispone de 250 tiendas respecto al 10 de junio del 2021 y las constituyen 14.600 trabajadores aproximadamente. Y finalmente, en Barcelona se encuentran más de 50 establecimientos en activo, de los cuales 8 forman parte del distrito de Nou Barris y 2 del barrio de "El Turó de la Peira". De las 2 últimas, una de ellas es nuestra tienda piloto (C/Aneto 16), compuesta por 54 trabajadores, entre ellos 31 mujeres y 23 hombres. Por el cual, ellos serán principalmente el "Área de influencia potencial" a llevar a cabo el proyecto en cuestión, y en el que nos vamos a centrar a método de intervención.

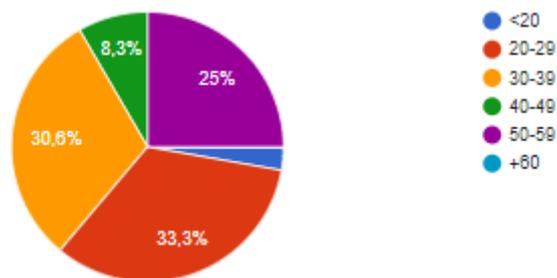
Formulario para los trabajadores (Trabajo de campo)

<https://docs.google.com/forms/d/1JTN1j8X1rVr07oxGLRpirreCBI0T4lbtAH872fhyUFU/prefill>

Para ello se ha realizado un formulario basado en 15 ítems a evaluar, con 14 preguntas obligatorias y 1 abierta (opcional), con el objetivo principal de recibir un feedback por parte de los trabajadores de Mercadona del "Turó de la Peira" E información de interés para el proyecto sobre todos aquellos aspectos que nos interesarían saber para ir hacia adelante con más acierto, en el cual participaron 36 sujetos (67% del total).

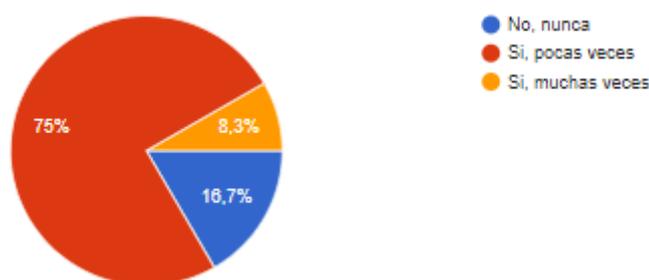
Inicialmente identificamos una participación femenina de la 78% y 22% masculina, en primer lugar, con una mayoría de edad entre los 20-29 años (33,3%), después 30-39 años (30,6%), también entre 50-59 años (25%) y por último 40-49 años (8,3%).

Figura 3: Clasificación por edades



Más adelante, se han auto valorado su salud física y mental (Mala, normal, buena y muy buena) y un 47,2% escogieron normal, un 44,4% buena y el resto mala, excepto una persona que puso muy buena. Posteriormente, respecto a si han sufrido algún tipo de lesión física que le impidiera realizar sus acciones o trabajo habitual de manera correcta, un 75% respondieron que “si, pocas veces”, un 16,7% que “no, nunca” y un 8,3% que “si, muchas veces”.

Figura 4: Lesión física sufrida en el tiempo que impidiese realizar acciones o trabajo habitual de manera correcta



Por ello, también como siguiente pregunta “Si alguna vez se habían lesionado a causa del trabajo ejecutado en Mercadona” con multirrespuesta a escoger entre diferentes zonas corporales, sorprendentemente se recogieron 96 respuestas (entre 7 zonas y una octava de otros) de 36 participantes, representando así un alto índice de lesión por trabajador, con una mayoría de problemas lumbares y cervicales (22 y 20 respuestas) seguidos de manos, brazos

y pies (12, 11 y 9), destacando en segundo lugar en la respuesta abierta y opcional (22 de 36 participantes) la zona afectada de lesión y el tipo de dolor que notaban, por ejemplo:

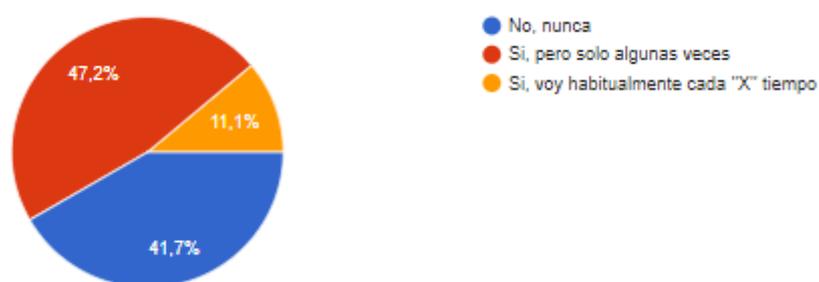
*“Me dolía el hombro de cargar peso y de movimientos repetitivos por coger las cajas que estaban más altas. También me duele la espalda de cargar cajas del pale a los carros y luego a su correspondiente sitio”*

*“Dolor en muñecas y manos por tantas horas de corte y cervicales por carga de peso y postura continuada”*

*“Lumbares a causa de cargar peso en la sección de FYV (Frutería y verdura). 2. Pie a causa de una mala ejecución por mi parte, caída de un pallet”*

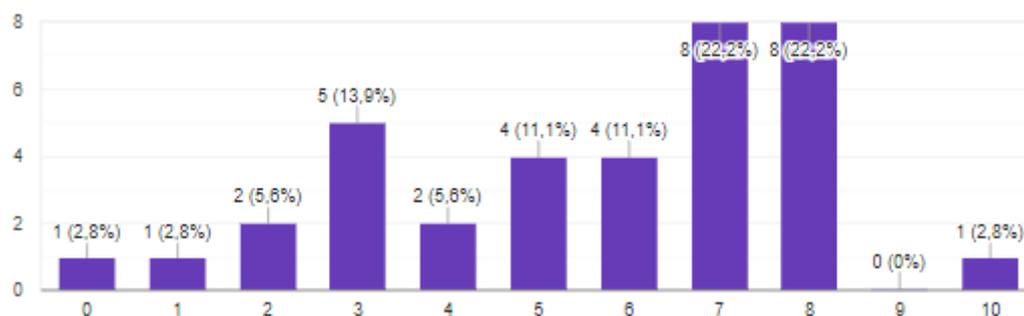
Posteriormente como séptimo ítem, se les preguntó “Si alguna vez habían asistido a algún fisioterapeuta”, un 47,2% respondieron “si, pero solo algunas veces, un 41,7% “No nunca” y un 11,1% si iba habitualmente a cada “x” tiempo a un fisioterapeuta. El motivo por el cual hay este alto porcentaje de poca asistencia a un fisioterapeuta se refleja en la siguiente pregunta, mayoritariamente por la falta de dinero (16) y por la falta de tiempo (11), seguidas por el hecho de no tener referencias cercanas de fisioterapeutas y otros motivos externos.

Figura 5: Asistencia a un Fisioterapeuta



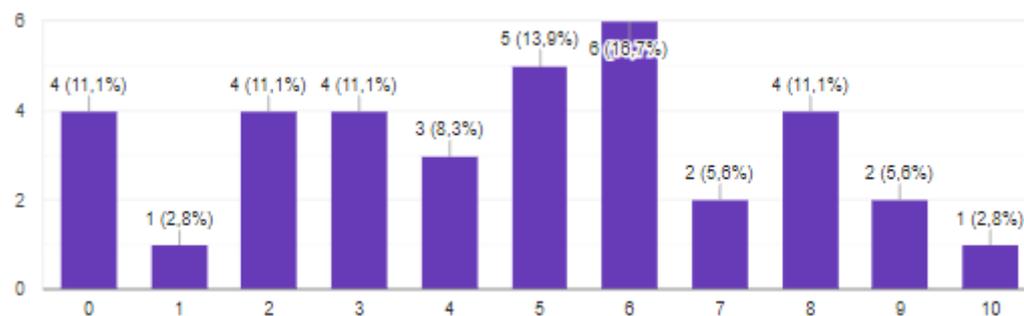
Actualmente, también se destaca en el cuestionario las funciones de cada uno de ellos dentro de la propia empresa, con una mayor parte de trabajadores en cajas y almacén, y en tercer lugar secciones de trabajo y también otras funciones no especificadas. Además, durante las últimas 6 semanas a causa de la salud física, el 72,2% (26) destacan “haber hecho menos de lo que hubiesen querido hacer” y entre todos se representa una media de dolor en la escala de EVA de 6/7 sobre 10, siendo un alto nivel de dolor para seguir trabajando cómodamente.

Tabla 8: Respuestas sobre el dolor sufrido (Escala de EVA)



Y también encontramos otra media realizada con el resultado de 5/6 en función de hasta qué punto el dolor había dificultado la realización de tareas habituales de la vida diaria y el trabajo.

Tabla 9: Nivel de Dolor que dificultaba realizar tareas de la vida diaria y del trabajo



Finalmente, se ha intentado valorar también aspectos emocionales que hayan podido también afectar las últimas 6 semanas al trabajo o vida cotidiana, pero el 58,3% descartan problemas emocionales, el 22,2% no hicieron su trabajo tan cuidadosamente como siempre y el 19,4% hizo menos de lo que hubiese querido hacer por problemas emocionales. Así como también la afectación de estos problemas emocionales a la vida social, pero un 38,9% destaca no haber tenido ningún problema respecto a ello, otro 38,9% alguna vez le ha afectado socialmente los problemas emocionales y un 22,2% Bastantes veces.

Como conclusión, en el último apartado se pregunta cómo hipotético caso de instaurar el servicio, con que método de pago y gestión estarían más de acuerdo o incluso si no hace falta, ya que no sería obligatorio. En el cual el 72,2% coinciden en que se ofrezca a través de tiques,

bonos mensuales o una tarjeta con su depósito renovado cada mes para realizar fisioterapia, con un beneficio social exento de IRPF con un máximo de 850 euros anuales (por ejemplo, tickets restaurant), pero solo en el propio centro o derivación del fisioterapeuta. Un 22,2% con un método copago, ofreciendo tratamientos con un descuento del 30% por sesión, con un máximo de 10 sesiones anuales y el resto preferirían realizarlo por su cuenta.

## Marco legal, político, económico y social

Respecto al marco legal, existe una legislación consolidada; En primer lugar, Ley 14/1986, 25 de abril, General de sanidad, entrada en vigor el 19 de mayo de 1986, por el departamento de la jefatura del estado y publicado en el BOE (Ley general de sanidad). Está constituida por numerosos artículos, y a lo largo del tiempo se han ido modificando minuciosamente. La salud laboral estaba contemplada en el Art.21 y Art.22, pero fueron derogados y modificados en los Art. 25.1 y 27 por la ley 33/2011, del 4 de octubre (Ref. [BOE-A-2011-15623](#) (17)), en la cual se contemplan diversos derechos y responsabilidades respecto a la salud laboral del trabajador.

Por otro lado, se encuentra el Real decreto legislativo 2/2015, de 23 de octubre, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley del estatuto de los trabajadores, entrada en vigor el 13 de noviembre de 2015 por el departamento del ministerio de empleo y Seguridad Social (Ref. [BOE-A-2015-11430](#) (18)). En el mismo, se recogen las normas fundamentales existentes en el derecho fundamental en España, es por tanto, el texto legal que regula las relaciones laborales. Fue aprobado en nuestro país por primera vez en 1980. Cuyo estatuto consta de 3 títulos recogidos para finalizar con otras disposiciones generales, en el cual se destaca el primer título (de la relación individual del trabajo), donde en la sección 2 Art4. Se redactan todos aquellos derechos del trabajador básicos, como por ejemplo el de libre elección de trabajo, profesión u oficio, el derecho a la huelga, a la negociación colectiva, libre sindicato...

Y por último, se destaca la Ley 33/2011, de 4 de Octubre, General de Salud Pública, entrada en vigor el 6 de octubre de 2011 por el departamento de jefatura del estado (Ref. [BOE-A-2011-15623](#) (19)). Esta ley tiene por objeto establecer las bases para que la población alcance y mantenga el mayor nivel de salud posible a través de las políticas, programas, servicios, y en general actuaciones de toda índole desarrolladas por los poderes públicos, empresas y organizaciones ciudadanas con la finalidad de actuar sobre los procesos y factores que más influyen en la salud, y así prevenir la enfermedad y proteger y promover la salud de las personas, tanto en la esfera individual como en la colectiva (Capítulo 1 Art 1.).

## Análisis Interno

### Misión, visión y valores de Mercadona

La **misión de Mercadona** es: “Prescribir al consumidor final soluciones que cubran sus necesidades asegurando siempre Seguridad y Calidad de forma eficiente.”

La **visión de Mercadona** es: “Conseguir una Cadena Agroalimentaria Sostenible, que la gente quiera que exista y sienta orgullo de ella, liderada por Mercadona y teniendo a ‘El jefe’ como faro.”

Los **valores de Mercadona** son los siguientes:

**Atención al cliente:** En Mercadona consideran al cliente como “El jefe” hay que siempre hay que brindarle la mejor atención posible.

**Calidad:** La calidad de los productos es muy importante por lo cual Mercadona escoge sus proveedores especialistas de forma minuciosa.

**Precios Bajos:** Uno de los enfoques principales de sus modelos es ofrecer a sus clientes los mejores precios del mercado sin descuidar la calidad.

**Estabilidad laboral:** Para Mercadona sus trabajadores son un pilar fundamental de la empresa y por esta razón la estabilidad laboral es primordial para ellos.

**Responsabilidad:** Asumir responsabilidad tanto con la sociedad en la que están inmersos como con el medio ambiente es importante para esta compañía.

## Misión, visión y valores de MercaFisio

La **Misión de MERCAFISIO** es: Un servicio de Fisioterapia accesible y de calidad para todos los trabajadores de Mercadona S.A.

### Metodología

Evidencia Científica

Responsabilidad

Cualificados

Ambición

**Visión:** Conseguir un servicio fisioterapéutico para trabajadores de Mercadona, con la necesidad de prevenir y tratar determinados signos, síntomas y patologías más relevantes del sector, con el objetivo de mejorar su calidad de vida social y laboral. Así como mejorar finalmente la productividad de la empresa.

Los **Valores de MercaFisio** son:

**Tratamientos específicos:** Individualización del tratamiento y seguimiento específico para cada trabajador que necesite del servicio de fisioterapia.

**Evidencia científica y de calidad:** Tratamientos basados en la evidencia científica de calidad según los estudios más relevantes y actuales del ámbito de la salud y del mundo de la fisioterapia.

**Responsabilidad:** Compromiso a la hora de asumir responsabilidades y cumplir con los objetivos establecidos tanto a nivel de los trabajadores como de la empresa.

**Respeto e integridad:** Respeto por la persona y proporcionar los servicios con profesionalidad y ética

**Equipo multidisciplinario:** Manejo integral y multidisciplinar por parte de todos los componentes del equipo sanitario a cargo.

### Capacidad económico-financiera de los inversores

Mercadona no tiene Deuda Financiera y su Patrimonio Neto asciende ya a 6.673,88 millones de euros. Es la acumulación de beneficios no distribuidos, convertidos en reservas año tras año, la que viene produciendo esta situación. Como empresa adquiere el compromiso de satisfacer siempre y con la misma intensidad a los cinco componentes del Modelo de Calidad Total, entre los que se incluye El Capital, con el objetivo de generar valor y crecimiento compartido.

En 2020, el Grupo ha invertido un total de 1.500 millones de euros, financiados en su totalidad con recursos propios. En este sentido, las inversiones acometidas en 2020 se han destinado a la gestión de la pandemia, a continuar adecuando su red de supermercados al Modelo de Tienda Eficiente, a la expansión de Portugal y a la transformación digital.

Por su parte, el impacto propiciado por la pandemia del COVID-19 justifica la reducción de las inversiones con respecto la previsión realizada para el ejercicio, cuantificada en 1.800 millones de euros. Por ejemplo, el Grupo se ha visto obligado a posponer parte de su plan de aperturas y reformas y se han restringido temporalmente modelos de venta, como Listo para Comer, Pronto a Comer en Portugal.

En este sentido, y para garantizar la seguridad en todas sus instalaciones, la compañía ha impulsado a lo largo del año más de 100 iniciativas anti-COVID-19, que han permitido mantener activas todas y cada una de las instalaciones, y que han supuesto una inversión total de más de 200 millones de euros al cierre del ejercicio.

### Capacidad organizativa-conocimiento de los líderes del proyecto

Mercadona es una organización centralizada y con una jerarquía de autoridad definida, por ello predominan los vínculos y comunicación vertical, utilizados para la coordinación de las actividades entre los distintos niveles de la 21 organización.

Se diferencia entre distintos tipos de gerentes, regionales y de zona, y luego el personal de tienda, pero en cuanto a alta dirección, solo hay dos niveles en la jerarquía, el presidente Juan Roig y los trece directivos de cada departamento. A parte, está el consejo de administración y la comisión de auditoría. Para la coordinación de la organización, Mercadona cuenta con un

sistema de información a través de dispositivos electrónicos que favorece tanto la comunicación vertical como horizontal. Estos dispositivos permiten que los gerentes tanto de nivel intermedio como la alta dirección se comuniquen y reciban las órdenes del nivel superior.

Además, también cuenta con sistemas de información tradicionales como son los informes que periódicamente tienen que reportar los gerentes de nivel medio (jefes de tiendas, jefes de zona y directores regionales) a sus superiores.

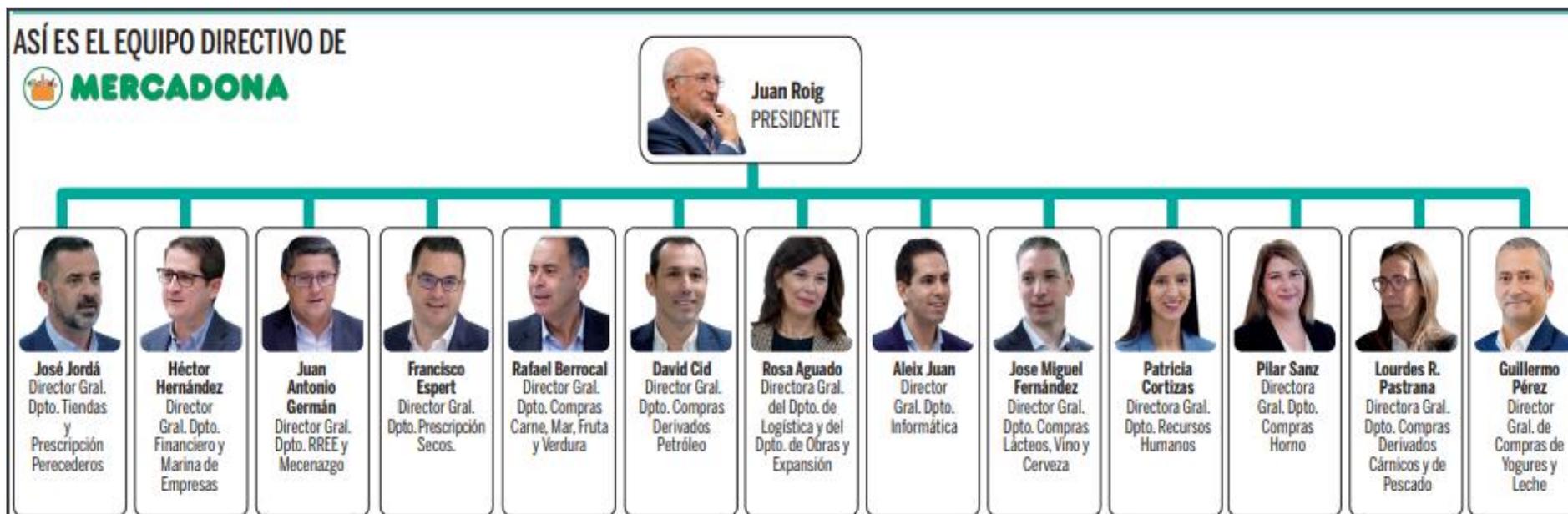
### Capacidad relacional (net-working) de los líderes del proyecto

Actualmente se destaca Mercadona Tech; Proyecto que finalmente se ha decidido sacar adelante como método de tienda online y distribuir todos sus productos desde “la colmena” a casa directamente, con el objetivo de crear una experiencia sencilla e intuitiva para nuestros clientes y además buscar la eficiencia logística a través de la tecnología.

Tecnológicamente hablando, también se dispone de una propia aplicación (Activo2) únicamente para los trabajadores que formen parte de Mercadona, en la cual se podría implantar un apartado destinado al servicio de fisioterapia, con su correspondiente información, condiciones, dudas, etc. Por otro lado, la tecnología también será muy importante a la hora de abordar tratamientos para mejorar los pronósticos esperados, así como estar actualizados en las últimas evidencias científicas que continuamente se investigan y posteriormente se ejecutan.

Finalmente, la tecnología fundamentalmente también nos ayudará en la campaña de marketing programada, debido a las redes sociales utilizadas (Instagram, facebook, Tik Tok, etc.) a partir de anuncios y colaboraciones para un determinado tipo de público, e incluso noticias en prensa, radio, etc. Con el objetivo de fomentar la fisioterapia, concienciar a la sociedad como servicio esencial y necesario para la gran mayoría de personas, dando a conocer la mejora de la calidad de vida social y laboral de los trabajadores y mejorar la imagen y valores de la empresa de cara a todo tipo de público, ya sean clientes, colaboradores o incluso una diferenciación con la competencia del ámbito empresarial de los supermercados.

Figura 6: Organigrama actual Equipo directivo de Mercadona



(20) Fuente: Expansión.com / Directivos; 2019

Figura 7: Organigrama Total de Mercadona

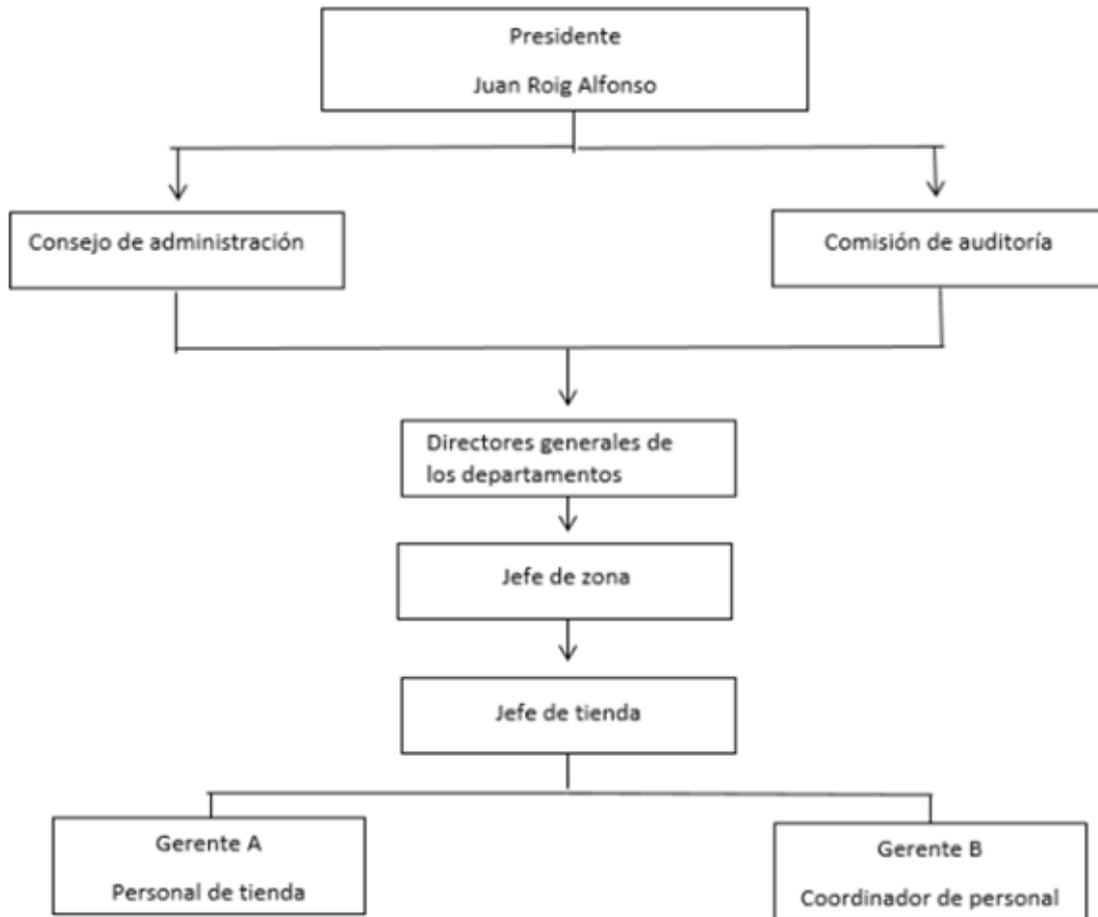
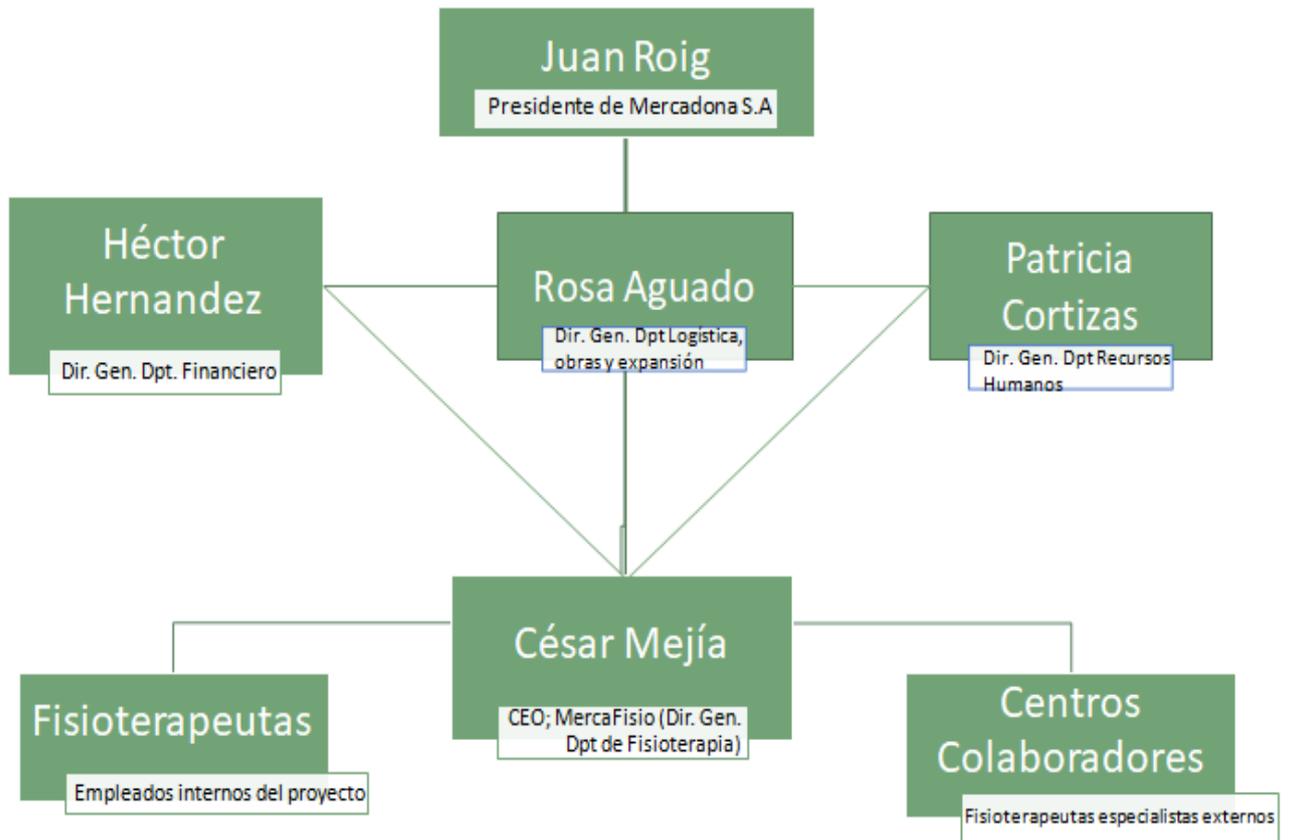


Figura 8: Organigrama MercaFisio



### Clasificación DAFO

Tabla 10: Clasificación DAFO

<p><b>DEBILIDADES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Posible lejana localización de la zona de Rehabilitación</li> <li>-Autorización sanitaria (meses de espera)</li> <li>-Insuficiente inversión por parte de la empresa en cuestión</li> <li>-Trámites burocráticos (tiempo de implementación del servicio en todo el territorio)</li> </ul>	<p><b>AMENAZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Poder adquisitivo afectado a causa de la crisis provocada por la pandemia</li> <li>-Intrusismo laboral (Quiromasajistas, etc.)</li> <li>-Competencia significativa por parte de otros centros de Rehabilitación</li> <li>- Mutua colaboradora actual</li> </ul>
<p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Tratamientos de calidad y seguimientos específicos, acordes con el paciente y su determinada patología/as</li> <li>-Personal cualificado y motivado</li> <li>-Trabajo en equipo y buena comunicación entre todo el equipo multidisciplinar y institucional</li> <li>-Instalaciones adecuadas al público y amplio horario del servicio</li> <li>-Proyecto innovador para el bienestar de sus trabajadoras y trabajadores</li> <li>-Facilitación de conciliación y beneficios fiscales</li> </ul>	<p><b>OPORTUNIDADES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Subvenciones por parte del ayuntamiento de Barcelona</li> <li>-Presentación en “Great place to work” en 2023</li> <li>-Colaboradores de interés (especialistas en suelo pélvico, etc.)</li> <li>-Mejora la imagen corporativa de la empresa</li> <li>-Atención al Paciente (Trabajador de Mercadona) y prevención e información en materia de salud</li> <li>-Creación de nuevos protocolos ante la actuación, intervención y prevención en fisioterapia</li> <li>-Innovación empresarial y tecnológica en el sector</li> </ul>

### 5. Fase de decisión

Figura 9: Presentación Canvas

<p><b>PROPÓSITOS</b> </p> <p>¿Qué es lo que quieres conseguir?</p> <p>Un servicio de fisioterapia accesible y de calidad para todos los trabajadores de Mercadona S.A</p>	<p><b>PROPUESTA DE VALOR</b> </p> <p>¿Cuál será el elemento singular? ¿Cuál será la diferencia?</p> <p>Tratamientos y seguimientos específicos y necesarios para mejorar la calidad de vida y laboral de los trabajadores que constituyen la empresa, con el aumento del rendimiento laboral de los mismos, así como la productividad empresarial y la disminución de bajas laborales y costes médicos no necesarios diferenciándose del resto de empresas en el sector alimenticio al que Mercadona forma parte y lidera.</p>	<p><b>PREOCUPACIONES PRÁCTICAS</b> </p> <p>¿Qué aspectos logísticos deberás tener en cuenta?</p> <p>La organización del personal que se encargará de este determinado servicio que se va a ofrecer, junto con la distribución de los centros fisioterapéuticos y de rehabilitación en las zonas, así como un posible espacio en el interior de cada Mercadona, o en "La colmena" de cada zona de la que forma parte la empresa</p>
<p><b>PRODUCTO</b> </p> <p>¿En qué producto/servicio se va a materializar?</p> <p>En un servicio fisioterapéutico enfocado al ámbito de la salud y la prevención con el objetivo de mejorar la calidad de vida y laboral de Mercadona S.A</p>	<p><b>PARTNERS</b> </p> <p>¿A quién necesitarás? ¿Con quién necesitas contar? Alianzas</p> <p>Los fisioterapeutas que formaran parte del servicio a ofrecer, cualificados, con dedicación y responsables con su trabajo. También se necesitará la colaboración por parte de Mercadona y de su mutua correspondiente con la que colabora hasta el momento, así como el resto de profesionales del ámbito de la salud que puedan llevar a cabo un tratamiento multidisciplinar.</p>	<p><b>PROBLEMAS PREVISIBLES</b> </p> <p>¿Qué puede ir mal?</p> <p>Una falta de previsión y una mala organización a nivel general, como el de no disponer de suficientes colaboradores y espacios o directamente fisioterapeutas en relación a los posibles "pacientes", y que todo ello junto no permita ofrecer un servicio de calidad y abarcar todo aquello necesario para mejorar la calidad de vida y laboral de los trabajadores y productividad y rendimiento de la empresa.</p>
<p><b>PRIMEROS 5 PASOS</b> </p> <p>¿Por dónde vas a empezar? ¿Cuáles son las primeras 5 acciones que deberás realizar?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Enfocar el propósito a nivel territorial (Mercadona Turó de la Peira)</li> <li>2. Estudio de la calidad de vida y laboral respecto a su salud física/mental de los trabajadores</li> <li>3. Estudio de la zona de influencia (posibles colaboradores o inconvenientes)</li> <li>4. ¿Como se va a ofrecer este tipo de servicio? (Métodos de aplicación, de pago, de organización y distribución...)</li> <li>5. ¿Qué se necesitará en general para poder ofrecer un servicio de calidad y eficiente para todos?</li> </ol>		

Figura 10: One Page

**Logo**



**Perfil**

Sector: **Salud**  
 Tipo de producto: **Servicio**  
 Fecha de fundación: **2022**  
 Personas en el equipo: **Fisioterapeutas**  
 Localización: **Barcelona**

**Equipo**



César Mejía  
CEO &  
Fisioterapeuta



Alexa Monreal  
Fisioterapeuta

**MercaFisio; Tu Fisioterapia de Confianza**

**Problema**

Aumento de las bajas laborales en el sector alimenticio en los últimos años, dolencias que limitan el trabajo y la calidad de vida de los trabajadores y trabajadoras de la empresa y desconocimiento para abordarlo con eficiencia.

**Solución**

MercaFisio; Servicio de Fisioterapia de calidad basado en la evidencia científica, que junto con Mercadona S.A. y un equipo multidisciplinar, velará por la salud de todos sus trabajadores y trabajadoras, instaurando un modelo nuevo de salud, preocupados por la prevención y el cuidado físico y mental.

**Producto / Modelo Negocio**

- Velar por el bienestar de todos los trabajadores, mejorando la calidad de vida y laboral.
- Disminuir el absentismo laboral y aumentar la productividad de Mercadona S.A.
- Tratamientos específicos, prevenir lesiones y patologías

---

**Contacto**

César Mejía  
 Cesar@MercaFisio.com  
 Tel. +34 654 58 20 29  
 www.MercaFisio.com

**Evaluación y Métricas**

Conjunto de indicadores que en el transcurso del tiempo nos irán informando sobre la evolución del servicio, y valorar así su funcionalidad y utilidad real en función a los objetivos establecidos. (Actividades Totales Realizadas)

**Gráfica de Futura Evolución ; 2023 (Trimestral)**

Hito 1



Enero

Hito 2



Abril

Hito 3



Julio

Hito 4



Octubre

Valor 1





Valor 4



Valor 2



## 6. Fase de concreción

### Definición de los servicios a prestar

Principalmente, se realizarán varios tipos de servicios enfocados al ámbito de la salud, más concretamente hacia la fisioterapia. Habrá protocolos de intervención y junto con el equipo multidisciplinar se abordará el caso clínico específico del trabajador de Mercadona S.A, a partir de sesiones de fisioterapia basadas en la evidencia científica junto con un tratamiento y seguimiento individualizado. Por otro lado, también se realizarán programas de prevención de riesgos, como por ejemplo clases de educación postural, de estiramientos, así como sesiones informativas sobre la salud física y mental, dentro y fuera del ámbito de trabajo.

Este tipo de actividades serán instauradas en un espacio de la propia empresa habilitado para la práctica de estas, con unas instalaciones sanitarias adecuadas a las normativas y con sus correspondientes adaptaciones. En primer lugar, será necesario la incorporación de nueva tecnología (sistemas informáticos nuevos) en el nuevo espacio habilitado, también una maquinaria específica de rehabilitación para diversos tipos de tratamientos y abordar diferentes patologías (aunque habrá colaboraciones externas para poder derivar correctamente), como por ejemplo aparataje de electroterapia (Electroestimulación, TENS, Magnetoterapia, diatermia, etc.). En segundo lugar, productos básicos de fisioterapia y el equipamiento adecuado (Cremas, geles, crioterapia...) igual que aquel principal material deportivo de rehabilitación (Fitballs, bandas elásticas, pesas...).

Y por último todo aquel mobiliario que se necesite en el área de rehabilitación, como son las camillas, mesas, sillas, espalderas, paralelas, bici estática y todo aquello necesario para poder abordar el caso con una buena calidad de tratamiento y mayor probabilidad de buena y rápida mejora o recuperación.

### Política de precios

Inicialmente, se pensaron varios métodos de pago del servicio prestado a implementar en la empresa en cuestión, pero tras los resultados observados en el formulario anterior dirigido a los propios trabajadores de Mercadona, lo correcto y adecuado sería gestionarlo a través de tiquets, bonos mensuales o una tarjeta física y digital con su depósito renovado cada mes para realizar fisioterapia, con un beneficio social exento de IRPF con un máximo de 850 euros anuales (por ejemplo, el método conocido de los tiquets restaurant), pero solo en los propios

espacios, centros o por derivación del fisioterapeuta, con un coste de 50 euros aproximadamente por sesión de 1h con el fisioterapeuta, que junto con el equipo multidisciplinar manejará el caso.

Cada trabajador tendrá la libertad de escoger si quiere estos servicios durante toda su vida laboral en la organización, y de que, al principio o final de cada mes, cuando se cobran las nóminas, destinar cierta cantidad en concepto de fisioterapia o salud y que posteriormente pueda canjearlo en los mismos. Igual que los programas de educación y prevención, y las clases prácticas posturales y de ergonomía, gratuitas para todos aquellos que formen parte del colectivo, aprendan conceptos sobre la salud, se fomente la misma y haya un interés final sobre el bienestar conjunto, tanto físico como emocional, trasladándose finalmente al ámbito laboral y social.

## **Política de comunicación**

El proyecto y servicio está diseñado básicamente para los trabajadores de Mercadona S.A y una vez hipotéticamente se acepte la propuesta, el objetivo principal sería que el mayor número posible de todos los integrantes que constituyen la propia empresa quieran cuidar su salud, bienestar y formen parte de este nuevo sistema de salud en la organización, mejorando así su calidad de vida.

En primer lugar, se lanzaría una noticia en la aplicación "Activo 2" en la cual se encuentran todos los trabajadores de la empresa, explicando la implementación del servicio de fisioterapia y la información básica del mismo (Equipo rehabilitador, método de pago, horarios, prestaciones...), así como notificaciones específicas cuando se quiera informar de algo en concreto durante el tiempo. Por otro lado, también habrá folletos informativos en la propia tienda, así poder llegar a más gente en el caso de que no todos estén atentos a la aplicación o móvil, así como una primera "charla" informativa general del servicio para aquellos que estén más interesados o incluso para los que estén dudando en si utilizarlo o no.

Por último, se dará la visibilidad de la implementación del servicio a través de un conjunto de redes sociales, fomentando la salud, la fisioterapia, sus valores y demostrar lo importante que es para la organización cuidar la salud y calidad de vida de sus trabajadores, diferenciándose así de la competencia, mejorando la productividad empresarial e indirectamente concienciar a

la sociedad de que Mercadona apuesta por la modernización, el progreso y el cuidado, con tal de mejorar en todos los ámbitos posibles.

## Política de Comercialización

El servicio es ofrecido de forma totalmente opcional, cada trabajador es libre de escoger formar parte del servicio o no y en función de cada patología, dolencia o problema a abordar, se determinará la elección de un tratamiento u otro, o incluso en algunos casos la derivación del paciente a un fisioterapeuta especialista colaborador. Tendrán la opción de recargar una tarjeta digital especial para la rehabilitación en todo momento, en la cual se registrarán las sesiones, pagos (50€/sesión de 1h aproximadamente, exentos de IRPF), o incluso en un futuro se podría crear fácilmente una aplicación especializada en ello, a parte de la propia página web.

MercaFisio dispondrá de una página web (<https://cmejia476.wixsite.com/mercafisio>), donde se le informará al trabajador de Mercadona todo sobre la fisioterapia que practicaremos, actividades, nuestros objetivos, valores y nuestra preocupación por ellos, donde también podrán directamente solicitar los servicios. Además, la propia aplicación y pagina web de Mercadona, también dispondrán de una sección donde a través del propio usuario y contraseña del trabajador se accede, teniendo información de este y pudiendo también acceder al servicio necesario, como puede ser una primera visita y tratamiento.

Toda rehabilitación se realizará en el/los espacios construidos, instalados y adaptados para la misma, en la tienda piloto en cuestión, o posteriormente en las tiendas situadas estratégicamente por las diferentes zonas que se organiza Mercadona en el territorio condal, así como en los específicos centros o clínicas que se puedan llegar a derivar algunos casos en concreto.

## Presupuesto plan de Marketing

### Trámites burocráticos

1. Licencia Sanitaria (60€)
2. Lic. De apertura y actividad (200€)
3. Lic. De obras e instalaciones (300€)
4. Lic. Ambiental (60€)
5. Inscripción registro mercantil (150€)
6. Taxa Autónomo (300€)
7. Seguridad Social (afiliación)

Total: 1.070€

### Acondicionamiento del local

1. Obras, acondicionamiento interno ( Instalación eléctrica, fontanería, aseos, aire acondicionado, demolición de paredes) y actuaciones previas.
2. Albañilería y Pintura

Total: 15.000€

### Mobiliario

1. Consulta y sala de tratamiento; Mobiliario + decoración (ambiente cálido, agradable, seguro y formal)
2. Recepción y pequeña sala de estar; Manteniendo la armonía y la estética de la empresa. (Sillas, mesa auxiliar, revistero...)

Total: 3.000€

### Instalaciones

1. Pequeña recepción y sala de espera
2. Consulta + sala de tratamiento
3. Gimnasio terapéutico
4. Aseos (material antideslizante y fácil de limpiar)
5. Cuarto de limpieza

## Equipamiento

1. Equipo de Electroterapia (Magnetoterapia, aparatos de diatermia capacitiva y resistiva, ultrasonidos, electroestimuladores y TENS, parafina, presoterapia...)
  - Electroestimulador; <https://www.quirumed.com/es/electroestimulador-tens-y-masaje-de-21-programas.html>
  - Magnetoterapia; <https://www.quirumed.com/es/magnetoterapia-portatil-20-programas.html>
  - Ultrasonidos; <https://www.quirumed.com/es/ultrasonidos-profesional-terapeutico-portatil-sonicstimu-basic-1-3-mhz.html>
  - Calentador de Parafina; <https://www.quirumed.com/es/calentador-de-parafina-y-parafango.html>
  - Diatermia; <https://www.quirumed.com/es/diatermia-facial-y-corporal-rf-ablator.html>
  - Máquina de Presoterapia; <https://www.quirumed.com/es/maquina-de-presoterapia-de-uso-domestico-con-6-modos-de-compresion.html>
  
2. Camillas Específicas; <https://www.quirumed.com/es/camilla-hidraulica-3-cuerpos-y-portarrollos.html>
  
3. Equipamiento del gimnasio (bossus, pesas de diferentes pesos, gomas, fitballs, etc.)
4. Material básico fisioterapéutico (geles, cremas, crioterapia, punción seca, herramientas de medición...)
5. Maquinaria alternativa de fisioterapia ("Ondas de choque", laser... )
  - Ondas de Choque; [https://tienda.fisaude.com/ondas-choque-radial-intelect-rpw-lite-shockwave-dispositivo-portatil-que-garantiza-tratamiento-eficaz-con-minimo-esfuerzo-p-49608.html?gclid=Cj0KCQjwpv2TBhDoARIsALBnVnkEt1OCh53jHnIMNOKAqZ5Tewpa-prNP6hFjjAPV\\_UjfkBu71VmCHoaAlayEALw\\_wcB](https://tienda.fisaude.com/ondas-choque-radial-intelect-rpw-lite-shockwave-dispositivo-portatil-que-garantiza-tratamiento-eficaz-con-minimo-esfuerzo-p-49608.html?gclid=Cj0KCQjwpv2TBhDoARIsALBnVnkEt1OCh53jHnIMNOKAqZ5Tewpa-prNP6hFjjAPV_UjfkBu71VmCHoaAlayEALw_wcB)
6. Aparatos de aire acondicionado y calefacción

Total: 20.000€

**Stock inicial**

1. Material de oficina como archivadora, papel, bolígrafos, etc.

Total: 200€

**Personal**

1. Gerente  
(40.00€ brutos/anuales, 2045,48€ netos/mensuales, 14 pagas y un IRPF del 21%)
2. Fisioterapeuta  
(30.000€ brutos/anuales, 1598,39€ netos/mensuales, 14 pagas y un IRPF del 18%)
3. Limpieza  
(Persona de la limpieza, por horas establecidas, 10€/hora)

**Equipo informático**

1. Ordenadores, impresoras, scanners, etc.

Total: 3.500€

**Seguro de responsabilidad civil** (60€ anuales)

**Seguro de comercio multirriesgo** (400€ anuales)

Tabla 11: Presupuesto Inicial

Trámites Burocráticos	Coste	Equipamiento	Coste	Stock inicial	Coste
Licencia Sanitaria	60 €	Equipo de Electroterapia		Material de Oficina	200 €
Lic. De apertura y actividad	200 €	Electroestimulador TENS	34,99 €	Personal	
Lic. De obras y instalaciones	300 €	Magnetoterapia	179,99 €	Equipo informático	3.500 €
Lic. Ambiental	60 €	Ultrasonidos	898,99 €	Ordenadore:, impresoras scanners, etc.	
Inscripción registro mercantil	150 €	Calentador de Parafina	124,99 €	Sguro de Responsabilidad Civil	60 €
Taxa Autónomo	300 €	Diatermia	6.000 €	Seguro Multirriesgo	400 €
Seguridad Social (Afiliación)		Máquina Presoterapia	289,99 €		
<b>Subtotal</b>	<b>1.070 €</b>	Camillas	3.000 €		
<b>Acondicionamiento del local</b>		Equipamiento del Gimnasio	2.000 €		
Obras y acondicionamiento interno		Material Básico Fisioterapéutico	1.000 €		
Albañilería y Pintura		Maquinaria Alternativa			
<b>Subtotal</b>	<b>15.000 €</b>	Máquina Ondas de Choque	4.360 €		
<b>Mobiliario</b>		Láser	835 €		
Consulta y sala de tratamiento		Aparatos de aire acondicionado y calefacción	235 €		
Recepción y pequeña sala de estar		<b>Subtotal</b>	<b>20.000 €</b>	<b>TOTAL</b>	<b>43.230 €</b>
<b>Subtotal</b>	<b>3.000 €</b>				

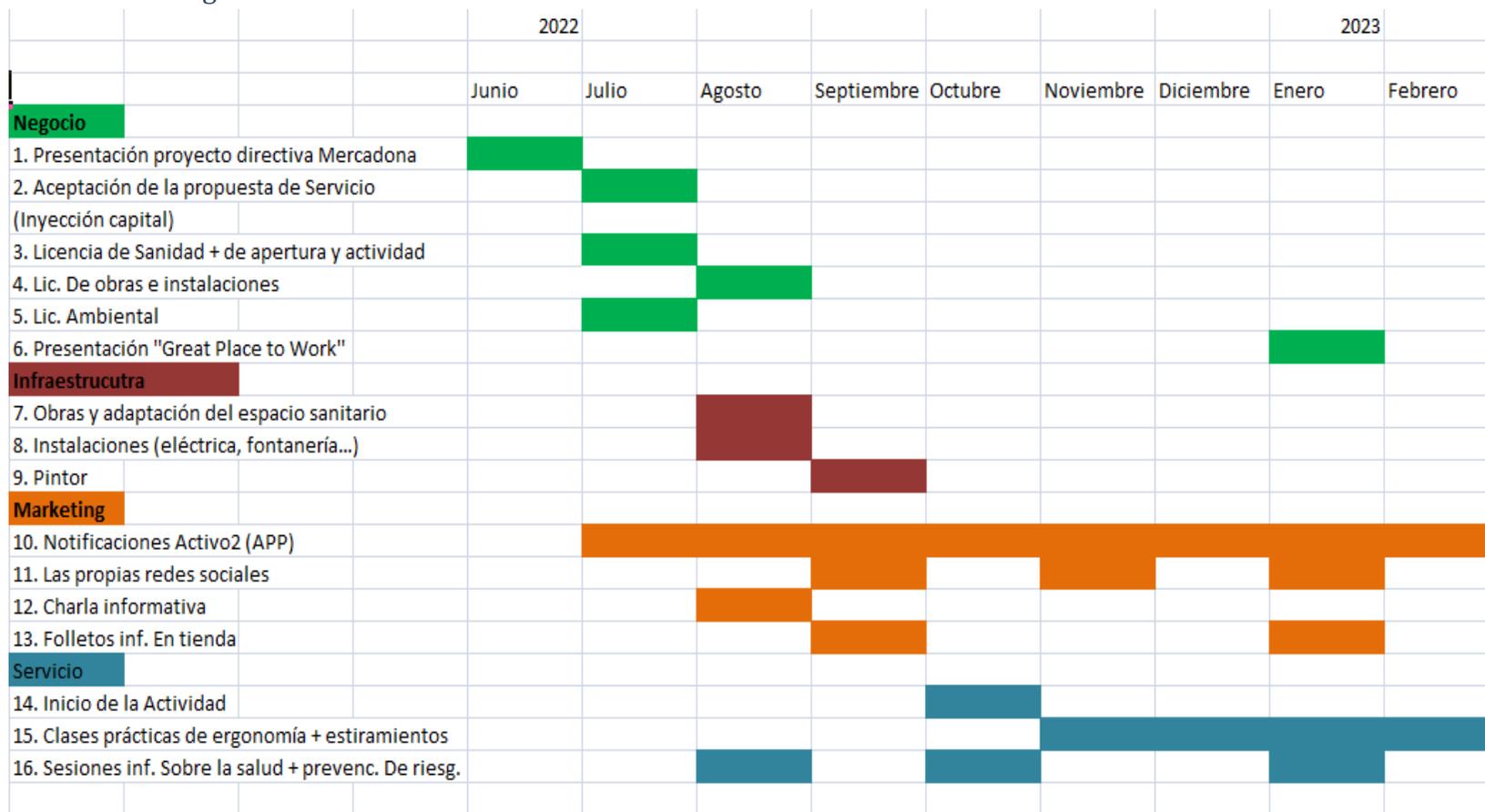
Tabla 12: Inversión Inicial

<b>INVERSIÓN INICIAL (PRESUPUESTO)</b>
TRÁMITES BUROCRÁTICOS → 1.070€
ACONDICIONAMIENTO DEL LOCAL → 15.000€
MOBILIARIO → 3.000€
EQUIPAMIENTO → 20.000€
STOCK INICIAL → 200€
EQUIPO INFORMÁTICO → 3.500€
SEGURO MULTIRRIESGO Y DE RESPONSABILIDAD CIVIL → 460€ (anuales)
<b>TOTAL →→→ 43.230€</b>

En este caso, el personal no se incluiría en el presupuesto de la inversión inicial, pero si se reflejan su remuneración correspondiente en el apartado anterior, a tener en cuenta como gasto anual. Por el cual, Mercadona S.A. sería el encargado de asumir la inversión inicial, puesto que estamos interviniendo en la misma empresa y se deben producir cambios importantes, tanto a nivel constructivo como organizacional al crear e implementar un nuevo servicio interno.

**Cronograma – Diagrama de Gantt**

Tabla 13: Cronograma de Actividades



## 7. Evaluación

En resumen, el servicio será evaluado en función de diversos indicadores estudiados a lo largo del tiempo en el servicio, durante un período trimestral o incluso anual, comparando y evaluando estos durante un determinado período, teniendo en cuenta en determinados indicadores los datos antes de la implementación del servicio fisioterapéutico y posteriores al mismo, identificando ciertos cambios y evoluciones significativas y positivas en la empresa, equipo trabajador y calidad laboral/social de los mismos, así como la comparación entre los resultados de los propios indicadores, y la diferenciación de los resultados obtenidos durante todo el período de análisis de los indicadores representados posteriormente, y así extraer una correcta evaluación del propio servicio como un feedback y unas conclusiones finales.

En cuanto a los indicadores específicos a evaluar serán los siguientes al estudio, con un seguimiento durante todo el tiempo del servicio y registrados en el sistema, como cada actividad realizada por el propio servicio de fisioterapia de la mano de Mercadona:

1. Número de bajas totales laborales
2. Nº de bajas laborales con asistencia a MercaFisio
3. Nº de sesiones totales de Fisioterapia
4. Media de Relación tiempo de Baja laboral/ Rehabilitación (Tener en cuenta diversas patologías y determinadas variables, ya que por ejemplo una persona puede continuar realizando sesiones de fisioterapia a la vez que vuelve al trabajo, sin baja laboral, en este caso, se estudiaría la relación igual del número de actividades, pero no en la media con la baja laboral, sería hasta el momento de su vuelta al trabajo.)
5. Cobertura Asistencia de MercaFisio:  $\text{Número de pacientes} / \text{número de trabajadores} * 100$  (%)
6. Nº de ``Reuniones`` informativas sobre la salud y la prevención de riesgos laborales + asistencia a estas
7. Nº de veces + asistencia a la práctica de las sesiones de Ergonomía y estiramientos
8. Nº Total de derivaciones a otros centros o profesionales

Tabla 14: Tabla de Evaluación

<b>Número de Bajas laborales totales</b>	<b>Nº de bajas laborales con RHB</b>
<b>Nº de Sesiones Totales en Fisioterapia</b>	<b>Media de tiempo en relación baja laboral/RHB</b>
<b>Nº de "Reuniones" Informativas + Asistencia</b>	<b>Nº + asistencia a las sesiones de Ergonomía y Estiramientos</b>
<b>Nº total de Derivaciones</b>	<b>Nº TOTAL de ACTIVIDADES de FISIOMERCA</b>

## 8. Conclusiones

En conclusión, una vez finalizada la creación del proyecto como un servicio de Fisioterapia de calidad, para velar por el bienestar y la calidad de vida de los trabajadores y trabajadoras de Mercadona S.A. así como el estudio de su posible viabilidad de ejecución mediante un conjunto de diferentes metodologías (Análisis de la competencia y de la empresa en cuestión, formulario a los trabajadores, etc.), y valorando el contexto actual (COVID-19, mayores exigencias físicas, bajas por sobreesfuerzo...) reflejado en el contenido del trabajo, proporcionalmente al aumento por la preocupación de la salud de uno mismo, con la consiguiente respuesta a poder crear una solución accesible y de calidad para los mismos.

Finalmente, MercaFisio sería una empresa que trabajaría conjunto e internamente con Mercadona S.A., e intentar entre los dos la resolución de los objetivos planteados al inicio del nuevo proyecto, valorando mutuamente las capacidades y límites a los que podríamos llegar en el abordaje de este, con una alta probabilidad de éxito en referencia al feedback obtenido hasta el momento y al análisis realizado durante este último período de tiempo, ofreciendo un servicio con una amplia variedad de tratamientos, conocimientos y actividades, desarrollando un nuevo sistema de bienestar común en el ámbito laboral de la empresa, con una cohesión e implicación por parte de todos y que posteriormente pueda reflejarse en la vida social de cada trabajador, mejorando aquellos aspectos más relevantes y específicos para cada individuo.

## 9. Referencias Bibliográficas

1. Encuesta Nacional de Salud de España 2017 [Internet]. Gob.es. [citado el 22 de Marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.sanidad.gob.es/estadEstudios/estadisticas/encuestaNacional/encuesta2017.htm>
2. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social - Portal Estadístico del SNS - Informe anual del Sistema Nacional de Salud [Internet]. Gob.es. [citado el 22 de Marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.sanidad.gob.es/estadEstudios/estadisticas/sisInfSanSNS/tablasEstadisticas/InfAnSNS.htm>
3. Constitución [Internet]. Who.int. [citado el 22 de Marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/about/governance/constitution>
4. Marin F y. LJ. Determinantes sociales de la salud en Chile. En la perspectiva de la Equidad. 2005. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/331984362\\_Determinantes\\_Sociales\\_de\\_la\\_Salud\\_en\\_Chile\\_En\\_la\\_Perspectiva\\_de\\_la\\_Equidad](https://www.researchgate.net/publication/331984362_Determinantes_Sociales_de_la_Salud_en_Chile_En_la_Perspectiva_de_la_Equidad)
5. ¿Qué es la salud laboral? [Internet]. Salud Laboral y Discapacidad. 2019 [citado el 23 de Marzo de 2022]. Disponible en: <https://saludlaboralydiscapacidad.org/salud-laboral/que-es/>
6. Observatorio Condiciones de Trabajo Prevención de Riesgos Laborales - Portal INSST - INSST [Internet]. Portal INSST. [Citado el 23 de Marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.insst.es/el-observatorio>
7. Accidentes de trabajo por sobreesfuerzos - Portal INSST - INSST [Internet]. Portal INSST. [Citado el 23 de marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.insst.es/documentacion/catalogo-de-publicaciones/accidentes-de-trabajo-por-sobreesfuerzos?inheritRedirect=true&redirect=%2Fel-observatorio>
8. Merino LR. Insst.es. [citado el 23 de Marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.insst.es/documents/94886/0/Accidentes+de+trabajo+por+sobreesfuerzos+2020.pdf/96eae591-e504-4824-6338-ba10e54e5fee?t=1639866961714>
9. Seat.es. 2019 [citado el 24 de Marzo de 2022]. Disponible en: [https://www.seat.es/content/dam/countries/es/seat-website/sobre-seat/reporte-anual/pdf/others-annual\\_report\\_2019\\_full-NA-NA-NA-march-2020.pdf](https://www.seat.es/content/dam/countries/es/seat-website/sobre-seat/reporte-anual/pdf/others-annual_report_2019_full-NA-NA-NA-march-2020.pdf)
10. CARS, Centre d'Atenció i Rehabilitació Sanitària de SEAT – Projectes infermers a Catalunya [Internet]. Catalanurses.cat. [citado el 24 de Marzo de 2022]. Disponible en: <https://catalanurses.cat/projectes/cars-centre-datencio-i-rehabilitacio-sanitaria-de-seat/>
11. Mercadona Memoria Anual 2020 [citado el 24 de Marzo de 2022]. Disponible en: <https://info.mercadona.es/document/es/memoria-anual-2020.pdf>

12. elEconomista.es. Así son las condiciones de un trabajador de Mercadona: cómo apuntarse a sus más de 200 vacantes [Internet]. 2021 [citado el 24 de Marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.economista.es/actualidad/noticias/11541615/12/21/Asi-son-las-condiciones-de-un-trabajador-de-Mercadona-como-apuntarse-a-sus-mas-de-200-vacantes.html>

13. Idescat. El municipi en xifres [Internet]. Idescat.cat. [citado el 15 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.idescat.cat/emex/?id=080193>

14. El Turó de La Peira [Internet]. Nou Barris. 2018 [citado el 15 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://ajuntament.barcelona.cat/noubarris/es/el-distrito-y-sus-barrios/el-turo-de-la-peira>

15. Turó E, Peira L, Barris N. Barcelona.cat. 2014 [citado el 15 de mayo de 2022]. Disponible en: [https://ajuntament.barcelona.cat/estadistica/castella/Estadistiques\\_per\\_territori/Documents/barris/46\\_NB\\_Turo\\_peira\\_2021.pdf](https://ajuntament.barcelona.cat/estadistica/castella/Estadistiques_per_territori/Documents/barris/46_NB_Turo_peira_2021.pdf)

16. Entidades y equipamientos [Internet]. Nou Barris. [Citado el 15 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://ajuntament.barcelona.cat/noubarris/es/el-distrito-y-sus-barrios/el-turo-de-la-peira/equipamientos>

17. BOE.es - BOE-A-1986-10499 Ley 14/1986, de 25 de abril, General de Sanidad [Internet]. Boe.es. [citado el 15 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-1986-10499>

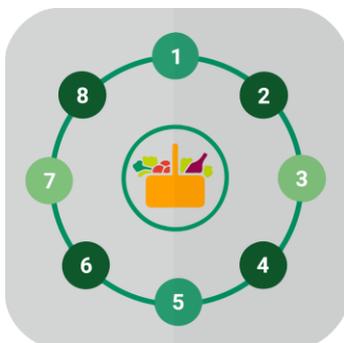
18. BOE.es - BOE-A-2015-11430 Real Decreto Legislativo 2/2015, de 23 de octubre, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores [Internet]. Boe.es. [citado el 15 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2015-11430>

19. BOE.es - BOE-A-2011-15623 Ley 33/2011, de 4 de octubre, General de Salud Pública [Internet]. Boe.es. [citado el 15 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.boe.es/eli/es/l/2011/10/04/33/con>

20. Brines J. Mercadona apuesta por la cantera [Internet]. Expansion. 2019 [citado el 15 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.expansion.com/directivos/2019/08/25/5d62bc61468aeb88368b469a.html>

## 10. Anexos

*Logo de la propia aplicación de Mercadona S.A. (ACTIVO2)*



*Representación Interna de los diferentes subapartados de la App*

