



INNOVA

Instituto de la Salud
y el Deporte

INNOVA BUSINESS



INNOVA BUSINESS

**HE OBSERVADO QUE MUCHA
GENTE SE ADELANTA A LOS
DEMÁS... MIENTRAS ÉSTOS
ÚLTIMOS ESTÁN PERDIENDO SU
TIEMPO.**

HENRY FORD


INNOVA



LA SALUD DE TUS TRABAJADORES, EL RENDIMIENTO DE TU EMPRESA

INNOVA BUSINESS

Los puestos de trabajo en oficina/escritorio están reconocidos como entornos sedentarios que favorecen un estado de baja salud y propensión a la enfermedad o bajo rendimiento.

Es por ello que desde INNOVA instituto de salud y deporte queremos ayudarles, brindándoles nuestros conocimientos y experiencia en distintas áreas de la salud y creando para ustedes un portfolio de servicios relacionados con el entrenamiento y la salud para que sus trabajadores puedan llevar un estilo de vida saludable que mejore su calidad de vida y por tanto su rendimiento laboral.

Pero, ¿es realmente necesaria la promoción de la salud en una empresa? ¿realmente el coste/beneficio es favorable?. Veamos:

INNOVA

46%

DEL TOTAL DE LOS DÍAS
DE ABSENTISMO
LABORAL SE DEBE A
PROBLEMAS
MUSCULOESQUELÉTICOS

DE ÉSTOS, EL

45%

ACABARÁ RECAYENDO.

*Y SI AÑADIÉRAMOS LAS BAJAS POR PROBLEMAS
RELACIONADOS CON EL ESTRÉS...*

79%

DE LOS TRABAJADORES
SEÑALA SENTIR ALGUNA
MOLESTIA FÍSICA
DERIVADA DEL
TRABAJO.

ENTRE

60-100 MILLONES

DE EUROS GASTA
NUESTRO PAÍS CADA AÑO
SOLO EN INCAPACIDADES
TEMPORALES POR
LUMBALGIAS.

UNA PRÁCTICA TRADICIONAL EN ESTADOS UNIDOS Y JAPÓN ADOPTADA EN LOS ÚLTIMOS AÑOS POR EMPRESAS COMO:

- GRUPO SANTANDER
- BBVA
- AENA
- CANAL DE ISABEL II
- HEWLETT-PACKARD
- PFIZER
- PROCTER & GAMBLE
- INSTITUTO CERVANTES
- AMERICAN EXPRESS
- HEWLETT-PACKARD
- MERCK MSD
- VESTAS
- ACCENTURE
- CINTRA
- MICROSOFT
- DHL
- SHELL

¿QUÉ PODEMOS HACER POR TU EMPRESA?

INNOVA BUSINESS

ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL

Acceso a nuestras instalaciones para entrenamientos guiados de manera individual, con monitorización y valoraciones periódicas.

ACTIVIDADES COLECTIVAS

Actividades grupales dirigidas para tus trabajadores (HIIT, circuitos aeróbicos o de fuerza...) en horarios predeterminados. Acceso libre hasta completar aforo.

FORMACIÓN EN SALUD

Formaciones teórico-prácticas destinadas a promover hábitos y rutinas saludables y preventivas tanto en el puesto de trabajo como en el día a día.

WELLNESS PILLS

Contenidos de interés que facilitamos de manera continua y periódica para tu empresa (artículos, vídeos, tips aplicables al puesto de trabajo).

ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL



ONE TO ONE

Trabajo individualizado bajo la atención y supervisión en todo momento de nuestros encargados del área de preparación física.

CONTROLA TUS PROGRESOS

Llevamos a cabo una valoración inicial y un seguimiento de la condición física y la composición corporal.

TU MOMENTO. TUS METAS

Tú marcas tus objetivos, y el ritmo al que quieres conseguirlo. Nosotros ponemos el "know how" pero aquí tú eres el protagonista.

INNOVA

ACTIVIDADES COLECTIVAS



ENGAGEMENT LABORAL EN ESTADO PURO.

Lo vemos día a día. Grupos de personas desconocidas entre sí que acaban cultivando grandes amistades con sus compañeros de entrenamiento.

Compartir el "sufrimiento" de una sesión de alta intensidad, de trabajo de fuerza o de un día de aeróbico intenso divide el esfuerzo y multiplica el espíritu de equipo. Si tus trabajadores sobreviven juntos a una sesión intensa de burpees, pocos retos se le van a resistir en su día a día.

FORMACIÓN EN SALUD

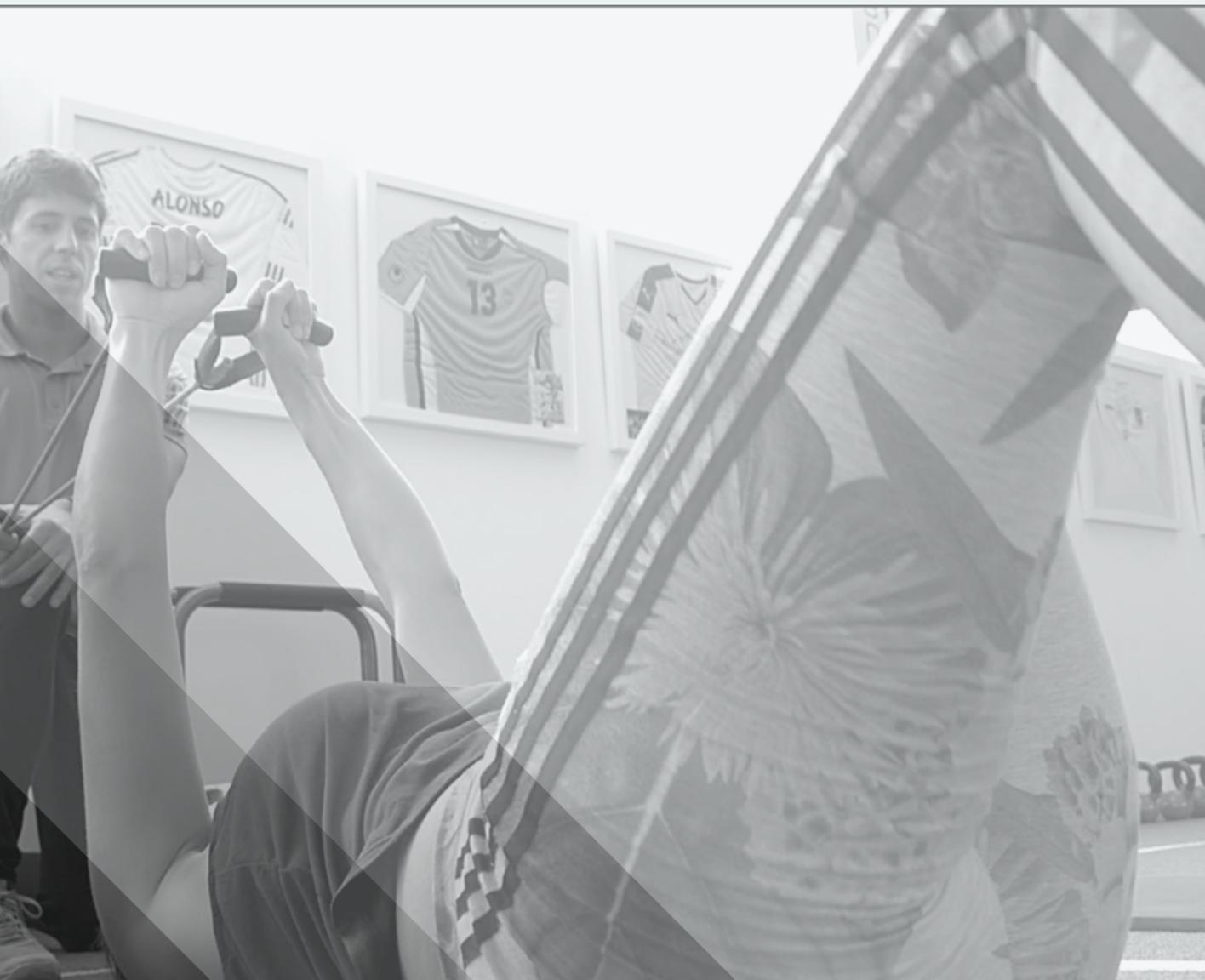


INFORMAR ES LA MEJOR MANERA DE EMPODERAR

En nuestra experiencia cada vez prima más una buena comunicación, en la que nuestros clientes y/o pacientes tengan toda la información para tomar las mejores decisiones por sí mismo.

En la era de la sobreexposición a la información, y en una sociedad con tendencia a la fragilización y sobre-medicalización de los problemas musculoesqueléticos, buscamos promover mediante charlas divulgativas basadas en nuestra experiencia y la evidencia científica, hábitos de vida saludables, huyendo de tópicos y mitos potencialmente nocivos para la salud pública.

WELLNESS PILLS



EL PODER DE LAS PEQUEÑAS COSAS.

Alineado con nuestra propuesta de formación en salud, nuestras Wellness Pills son microcontenidos con los que buscamos romper la rutina diaria (un artículo por email, un vídeo corto con tips para promover conductas saludables, una rutina de 5 minutos para llevar a cabo en el puesto de trabajo...), con los que pretendemos educar a los integrantes de tu empresa en una cultura de vida más activa y hacerlos los responsables y protagonistas a la hora de llevar a cabo medidas de prevención para su salud.

Y UNA COSA MÁS...



**INNOVA BUSINESS VA A
TUS INSTALACIONES.**

**SIEMPRE BAJO UN ENFOQUE
MULTIDISCIPLINAR, EN SINERGIA
CON TU EQUIPO DE TRABAJO.
DESDE INNOVA SUPERVISAMOS Y
GESTIONAMOS TODOS LOS
ASPECTOS RELACIONADOS CON
EL ENTRENAMIENTO, LA
FORMACIÓN Y GESTIÓN DE
RECURSOS EN TUS PROPIAS
INSTALACIONES.**

¿ESTÁS LISTO? COMENZAMOS

INNOVA BUSINESS

DREAMS DON'T WORK UNLESS YOU DO



institutoinnova.net



[@instituto_innova](https://www.instagram.com/instituto_innova)



institutoinnovamurcia@gmail.com

