



Consum impulsa un modelo de bienestar integral basado en la salud, la conciliación y el liderazgo saludable para prevenir el absentismo

Consum reúne a expertos para analizar el aumento de las bajas laborales, que suponen un coste de 1.180 millones de euros anuales en la distribución alimentaria

València, 8 de octubre de 2026-. La reducción sostenible del absentismo laboral pasa por reforzar la prevención, promover el bienestar de los trabajadores y actuar sobre los factores que originan las bajas antes de que estas se produzcan. Esta ha sido una de las principales conclusiones del XIV Encuentro #DecirHaciendo, organizado por Consum bajo el título 'Bienestar laboral y absentismo', en el que expertos en salud laboral, prevención y salud mental han coincidido en la necesidad de abordar este fenómeno desde una perspectiva integral. Como señaló la ejecutiva de Prevención de Riesgos Laborales de Consum, Celia Núñez Llinares, «el absentismo no es el problema, sino el síntoma», mientras que el psicólogo clínico Alejandro Pereira defendió la importancia de actuar sobre sus causas y de impulsar entornos laborales que favorezcan la salud mental y el bienestar de las personas.

En el encuentro han participado el director general de ASEDAS, Ignacio García Magarzo; la doctora en Psicología y responsable de proyectos de investigación y gestora de absentismo en Umivale Activa, María Davcheva; el psicólogo clínico y director general de Mentelem, Alejandro Pereira; y la ejecutiva de Prevención de Riesgos Laborales de Consum, Celia Núñez. Durante la jornada se han analizado las causas que explican el incremento de las bajas laborales en España, así como posibles medidas para abordar un fenómeno que afecta tanto a las empresas como a los trabajadores y al conjunto del sistema sanitario y de protección social.

Según los datos presentados por la Asociación Española de Distribuidores, Autoservicios y Supermercados (ASEDAS), el coste de las bajas por contingencias comunes en la distribución alimentaria alcanzó los 1.180 millones de euros en 2025, un 13 % más que el año anterior y un 155 % más que en 2018. Durante ese ejercicio se registraron 386.687 procesos de baja, un 9% más que el año anterior. Además, un 6% de los trabajadores concentró cerca de la mitad de los procesos registrados.

El director general de ASEDAS, Ignacio García Magarzo, ha advertido de que el crecimiento continuado del absentismo supone "un grave perjuicio tanto para la competitividad de las empresas como para los propios trabajadores, que asumen una carga de trabajo extraordinaria en las bajas más cortas".





Asimismo, García Magarzo ha señalado que la diferencia en los tiempos de recuperación de determinadas patologías entre la sanidad pública y las mutuas evidencia la necesidad de adoptar medidas que permitan agilizar la recuperación de la salud de los trabajadores. En este sentido, ha defendido ampliar las competencias de las mutuas y simplificar procesos administrativos relacionados con la incapacidad temporal.

Un fenómeno complejo y multicausal

María Davcheva explicó que el absentismo laboral es un fenómeno complejo en el que confluyen factores sanitarios, organizativos, regulatorios y sociales. La experta destacó que España registra niveles históricos de absentismo por incapacidad temporal, cuya tasa ha pasado del 4,12 % de las jornadas en 2018 al 5,94 % en 2024, según estudios de Umivale Activa y el Ivie.

Entre las principales causas del incremento, señaló el aumento de los problemas de salud mental y los trastornos musculoesqueléticos, el crecimiento de las bajas de larga duración y la repetición de procesos de incapacidad temporal en una parte de la población trabajadora.

Davcheva defendió reforzar la coordinación entre administraciones, sistema sanitario, empresas y mutuas, así como impulsar una gestión más proactiva de la salud laboral. A su juicio, abordar el absentismo exige actuar sobre sus causas y facilitar procesos de recuperación y reincorporación sostenibles.

La salud mental en el entorno laboral

Por su parte, Alejandro Pereira defendió que la reducción sostenible del absentismo pasa por combinar la mejora de las condiciones de trabajo con una atención individualizada a las necesidades de cada persona. Asimismo, recordó que la Comunitat Valenciana presenta la mayor prevalencia de trastornos mentales de España (25,1%), frente al 15% de la media nacional, según el Plan Valenciano de Salud Mental y Adicciones 2024-2027.

El psicólogo clínico subrayó la importancia de crear entornos laborales que favorezcan la escucha, la confianza y la detección temprana de posibles problemas, así como ofrecer apoyo a los trabajadores que atraviesan situaciones de malestar emocional.



conócenos





Además, destacó que las iniciativas de bienestar deben formar parte de una estrategia integral. «Las empresas de la Comunitat Valenciana tienen un papel importante en el cuidado de la salud mental de sus equipos. Si queremos abordar el absentismo relacionado con el malestar psicológico, debemos actuar antes de la baja», afirmó.

El bienestar como estrategia

La ejecutiva de Prevención de Riesgos Laborales de Consum, Celia Núñez Llinares, defendió la necesidad de abordar el absentismo desde una visión más amplia, vinculada a la salud y al bienestar organizacional. Según explicó, este indicador refleja no solo cuestiones médicas, sino también aspectos relacionados con el liderazgo, el clima laboral, la conciliación o la salud emocional de los trabajadores.

Núñez destacó que Consum ha evolucionado hacia un modelo integral de salud y bienestar alineado con su Estrategia de Personas y Bienestar, con iniciativas centradas en la promoción de la salud física y emocional, la conciliación, la formación, el liderazgo saludable y el acompañamiento en los procesos de recuperación.

Asimismo, defendió avanzar desde una gestión reactiva de las bajas hacia un enfoque preventivo basado en la creación de entornos de trabajo saludables. «El absentismo no es el problema, sino el síntoma. No gestionamos el absentismo para mejorar el bienestar; mejoramos el bienestar para que el absentismo deje de ser un problema», concluyó.

Sobre Consum. Consum es la mayor cooperativa de España. Cuenta con más de 1.000 supermercados, entre propios y franquiciados Charter, distribuidos por Cataluña, Comunidad Valenciana, Región de Murcia, Castilla-La Mancha, Andalucía y Aragón. En 2025 facturó 5.163,56 millones de euros, un 9,7% más. Obtuvo un beneficio de 122 millones de euros, un 12,3% más. Con más de 5 millones de socios-clientes y más de 23.000 trabajadores, Consum es la única empresa de distribución con el Certificado de Empresa Familiarmente Responsable (efr). Acumula una reducción del 78% de su huella de carbono en los últimos 10 años. Además, es la primera empresa del sector de la distribución alimentaria que obtuvo el sello "Reduzco" del Ministerio para la Transición Ecológica.

