

Información

Fecha

16 y 17 de septiembre de 2026

Hora

de 9:00 a 14:30

Lugar

Salón de Actos del Hospital MAZ Zaragoza

Avda. Academia General Militar 74

Organiza: Mutua MAZ.

Inscripción gratuita

Inscripción gratuita

Presencial (aforo limitado) y Online

Inscripciones Presencial

Inscripciones a través de formulario web:

presencialjornadasculturapreventiva360.maz.es

Inscripciones Online

Inscripciones a través de formulario web:

onlinejornadasculturapreventiva360.maz.es



Personas Sanas, Empresas Fuertes

¿sabes cómo activar el bienestar en tu organización?

www.maz.es

2026 AÑO
DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

MAZ | suma
CULTURA PREVENTIVA



2026, Año de la Seguridad y Salud en el Trabajo

Esta jornadas se suman a esta conmemoración para contribuir al impulso de una cultura preventiva compartida, dentro y fuera de las organizaciones.

Se dirigen a profesionales de PRL y RRHH, médicos de empresa, gerentes, responsables de equipos, pequeños empresarios y otras personas vinculadas a la salud laboral.

MAZ | suma
CULTURA PREVENTIVA

Hospital MAZ

Avda. de la Academia General Militar, 74 · 50015 · Zaragoza
T 976 74 80 00 · W www.maz.es

MAZ MUTUA COLABORADORA CON LA SEGURIDAD SOCIAL Nº 11

 @mutuamaz  /mutua-maz  /mutuaMAZ

 @mutuamaz  @mutuamaz

PERSONAS SANAS, EMPRESAS FUERTES

¿Sabes cómo activar el bienestar en tu organización?

Zaragoza
16 y 17 septiembre 2026

Programa - Hospital MAZ Zaragoza

Miércoles, 16 septiembre

9:00	Recogida de credenciales	11:15	Café	13:40	MESA REDONDA ENTIDADES "Empresa Saludable: ¿utopía o realidad en construcción?" Moderador: Gabriel César Jiménez CEO de GA GROUP. - José de las Morenas De Toro, Secretario de Salud Laboral de UGT Aragón y Coordinador de la Secretaría de Salud Laboral de UGT. - Noelia Carbó Cirac Directora del ISSLA. - Loreto Beltrán Audera Relaciones Laborales y Sostenibilidad CEOE. - Luis Clarimón Torrecillas, Secretario de Salud Laboral, sostenibilidad, Transiciones y Territorio de CCOO Aragón. - María Victoria Pérez-Sierra, Directora del Área de Relaciones Laborales Desarrollo Sostenible de CEPYME Aragón.
9:30	Inauguración y presentación de las jornadas	11:45	CORE. Lo básico funciona Carlos Castillejo López. Docente y entrenador personal.		
9:45	Prevención y control del consumo de alcohol y drogas en el entorno laboral Juan Ignacio Olmos, director Área Laboral en BDO Abogados; Iñaki Insausti, director del Área Salud en Geseme; y Francisco Aguilera, director BU Diagnóstico en Geseme.	12:30	Respiración y soberanía personal Eva Om Gómez. Psicóloga colegiada, profesora de yoga de diferentes linajes.		
10:30	Salud digestiva corporativa: cómo el cortisol, la inflamación y tu intestino sabotean tu energía y tu salud Arantxa Martín Jarauta. Licenciada en Medicina y Técnico Superior en Dietética y Nutrición, especialista en Patología Digestiva y Análisis Clínicos. MAS PREVENCIÓN.	13:10	Riesgos psicosociales y salud mental: prevención y retos Carmen Mombiela Guillén Jefa de Sección de Ergonomía y Psicosociología Aplicada del Instituto Aragonés de Seguridad y Salud Laboral (ISSLA).		

Jueves, 17 septiembre

9:00	Protocolo de actuación en el entorno laboral ante una persona con cáncer Ana Isabel González Nogales. Psicooncóloga y responsable del área de atención a pacientes y usuarios de la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza.	11:15	Café	13:15	EXPOSICIÓN EMPRESAS "Empresa saludable en acción: dos experiencias reales" - Esther Burges Plasencia, Jefe de cultura corporativa y experiencia del empleado en IBERCAJA. - Jose Antonio Villaba Ruete, Responsable salud laboral en BSH.
9:45	Bruxismo en el entorno laboral Ana Benedicto Puyuelo. Fisioterapeuta del departamento Actividades Preventivas de Mutua MAZ.	11:45	Adicción y (des)conexión en el ámbito laboral Itziar Conde Arce. Licenciada en Psicología y Directora del Centro Municipal de Atención y Prevención de las Adicciones.		
10:30	Dieta lumínica tóxica: efectos y cómo corregirla. Pantallas e iluminación interior, el riesgo invisible para la salud y la productividad Nilo García Manchado Founder and CEO Reticare.	12:30	Suelo pélvico y salud laboral. La prevención que no se ve Celia Falo García-Belenguer, fisioterapeuta especializada en suelo pélvico por la Universidad Europea de Madrid.	14:00	JUEGO SALUDABLE. Especial Año SST 2026 Ane Miren Sierra Charola, Técnico de prevención y psicóloga del departamento de Actividades preventivas de Mutua MAZ.
				14:30	Clausura Jornada