

Freedom and Flow Company llega para impulsar a las empresas a través de la Esalud, el Deporte y el Big Data

Un trabajador feliz aumenta su rendimiento un 33 por ciento, además de mostrarse dos veces más comprometido. Freedom & Flow es una compañía especializada en el tratamiento de datos (Big Data & Data Science) dentro del sector de la Salud y el Bienestar Corporativo que promueve la mejora de la productividad personal y de los equipos a través de un análisis con herramientas y soluciones basadas en nueva tecnología y ejercicio físico

Entre los servicios principales de Freedom and Flow Company se incluye el Asesoramiento estratégico de salud corporativa a empresas (El Pasaporte Digital de Hábitos Saludables) y de forma muy especializada a los equipos directivos (El Observatorio para la Gestión de la Salud del/la Directivo-a). Soluciones que se digitalizan para dar respuesta al entrenamiento de hábitos saludables a medida (deporte, nutrición, coaching/mindfulness, etc.). La metodología es científica y se basa en objetivos individualizados, indicadores de mejora y profesionales altamente cualificados y especializados para traducir la salud corporativa a impacto económico y poner en valor el correcto desarrollo de las personas como motor de cambio en la empresa y en la sociedad.

Cada euro invertido en programas de promoción de la salud y el ejercicio físico, genera un retorno de inversión de entre 4'5 y 6'8 euros en absentismo y de entre 2,8 y 5'9 euros de ahorro en costes de enfermedad; reduce el presentismo (acudir al trabajo pero no rendir) y los costes de Seguridad Social y sanitarios, hasta un 26,1%. Actualmente, el gran reto de las compañías es conocer cuánto impacta económicamente cada acción que promueven en salud. Freedom and Flow Company lo mide y propone soluciones estratégicas en base al estado de salud de las organizaciones.

Freedom and Flow Company llega para revolucionar los RRHH y la Comunicación convirtiendo los hábitos en KPI's gestionables por las compañías, le da valor a los hasta ahora, intangibles hábitos en salud, su fundadora, Beatriz Crespo lo tiene claro: "En 2025, todas las Compañías contarán con Departamentos de Rendimiento Profesional, al mismo nivel que otros Departamentos tradicionales (Marketing, Financiero, etc.) lo que supone un salto cualitativo en la Gestión de Personas".

Empresas socialmente responsables

Ha llegado el momento de dejar de hablar de la inversión en Ejercicio Físico, Nutrición, Coaching/Mindfulness y Salud como meras herramientas para favorecer el bienestar de los empleados de manera abstracta y generar compañías y organizaciones "socialmente más responsables" en términos de Competitividad, Excelencia, Retorno de Inversión (ROI) y Productividad.

Una empresa saludable es aquella que dedica recursos, materiales y humanos, a incrementar la salud física y mental de sus empleados. Freedom and Flow Company, pioneros en incorporar el concepto `Movilización` PMC (People Move Company) al Core de las Compañías, propone aportar valor al hasta

ahora intangible de la salud física y mental de los empleados a través del uso de las tecnologías y herramientas procedentes del alto rendimiento deportivo y la Salud orientados a la mejora y potenciación del rendimiento y las competencias profesionales como valor añadido al concepto de bienestar y salud. Ha llegado el momento de la Digitalización y de las personas.

Big Data en Salud Corporativa: Economistas de la Salud

En el estudio El Small Data en la Gestión de Personas dirigido a directivos de RRHH y Comunicación y publicado por Freedom and Flow Company en el Global Sport Innovation Center de Microsoft el pasado año obtuvieron algunos datos de interés sobre los que trabajar: Un 66,7% de los encuestados estaría dispuesto a introducir dispositivos `wereable` que les permitieran conocer factores como el ratio estrés/recuperación de sus empleados y equipos directivos, entre otras variables, para entrenarlo y mejorarlo, disminuyendo el riesgo de bajas por ansiedad, presentismo o desmotivación etc.

El Big Data llega a los Recursos Humanos y la Gestión de Personas para generar organizaciones más saludables y productivas, a través de la digitalización de la salud y el bienestar corporativo y el entrenamiento, impulsando al mismo tiempo la salud y el bienestar de los empleados ¿Cómo es esto posible? Analizando de partida el estado de salud de la compañía, conociendo el potencial de mejora y entrenando las competencias profesionales asociadas a hábitos de vida saludables. El Big Data permite cribar información relevante relacionada con las 3 dimensiones del empleado: genética, biomarcadores y competencias profesionales, para impulsar el rendimiento profesional de un modo novedoso.

Pioneros en investigación del estrés: InnovaEstrés

Para poder cuantificar de forma real y objetiva el rendimiento de las personas y optimizarlo, Freedom and Flow Company ha desarrollado un programa pionero de investigación del estrés en el ámbito laboral: InnovaEstrés.

A través de la tecnología que utilizan, obtienen el Factor de Rendimiento Profesional Individual (Individual Performance Profesional Indicator - IPPI), que permite medir la relación que existe entre el tiempo que la persona pasa al día reaccionando de forma óptima a situaciones de estrés, frente al tiempo que emplea y la calidad que tiene su recuperación, logrando determinar su habilidad de adaptación al cambio y superación de situaciones inesperadas o de presión.

El IPPI permite adaptar los hábitos de vida de cada empleado o directivo a su rendimiento profesional y estilo de vida, tanto dentro como fuera del horario laboral. El objetivo siempre es positivo: proponer soluciones estratégicas eficientes a nivel corporativo para mejorar con entrenamiento la salud de las personas en general y en concreto, su capacidad para gestionar el estrés de forma saludable.

Beatriz Crespo Ruiz, fundadora de Freedom & Flow Company www.bcesporuiz.com

Beatriz Crespo Ruiz presume de contar en su CV con dos doctorados, Doctora en Medicina (Ph.D) y Doctora en Rendimiento Deportivo (Ph.D) especializada en el ámbito de la Salud. A sus 32 años, ya ha sido varias veces finalista del Top 100 de mujeres influyentes del país en la categoría de revelación y emprendedoras. Su visión multidisciplinar la ha llevado también a ser referente en el campo aplicado de la ciencia, miembro del European Research Group in Disability Sports (ERGiDS) y miembro de

Honor del Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio Físico y la Salud (IICEFS) y en el ámbito divulgativo del deporte como colaboradora en diversos medios como Sport Life o Muy Interesante.

"Nuestra metodología pretende generar una corriente global que consiga mejorar la calidad de la vida de las personas, a través de su movimiento y producir un impacto cuantificable en las organizaciones y en la sociedad. Si lo entiendes, lo aprendes y si lo aprendes, lo aplicas".

Freedom and Flow Company forma parte del clúster de empresas innovadoras del Global Sport Innovation Center de Microsoft, en 2017 ganaron el Premio Empresa Saludable en la Categoría de Buenas Prácticas en RSC para Ilunion Hotels con su metodología de trabajo, recibieron el premio al Talento Digital en 2016 y su fundadora fue elegida Empresaria/Directiva en el Deporte, entre otros reconocimientos.

Twitter: @FreedomFlowESP

Linkedin Fundadora Beatriz Crespo: <https://es.linkedin.com/in/beatriz-crespo-ruiz-2b4b9930>

Web: www.freedomandflowcompany.com

Facebook @freedomandflowcompany

Correos Labs, Calle Sierra de Atapuerca, 13, 28050 Madrid

T: +34 617 41 51 13

Datos de contacto:

Freedom and Flow Company

617 415 113

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Nutrición](#) [Sociedad](#) [Madrid](#) [Entretenimiento](#) [Emprendedores](#) [Medicina alternativa](#) [Otros deportes](#)
[Recursos humanos](#) [Innovación](#) [Tecnológica](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>