



**MH4HRM**  
Mental Health for Human Resources Managers



Co-funded by  
the European Union

2023-1-ES01-KA220-VET-000154369

NEWSLETTER N. 4

## RESULTADOS FINALES E IMPACTO DURADERO DE MH4HRM

### De la concienciación a la acción: la contribución de MH4HRM a la salud mental en el trabajo

A medida que el proyecto MH4HRM se acerca a su finalización, nos sentimos orgullosos de hacer balance del recorrido, los logros y el impacto generado a lo largo de los últimos 30 meses.

La salud mental se ha convertido en uno de los principales retos en los entornos laborales de toda Europa. Aunque las organizaciones reconocen cada vez más su importancia, muchas siguen careciendo de las herramientas, los conocimientos y los enfoques estructurados necesarios para apoyar de forma eficaz a las personas trabajadoras y responder a los desafíos relacionados con la salud mental. Precisamente esta es la brecha que MH4HRM se propuso abordar.

MH4HRM reunió a socios de España, Portugal, Italia, Grecia y Croacia en el marco del programa Erasmus+ KA220-VET, con el objetivo de empoderar a los profesionales de Recursos Humanos mediante competencias prácticas, conocimientos y herramientas que les permitan gestionar mejor la salud mental en los entornos laborales.

Siguiendo el enfoque Comprender → Empoderar → Dotar de herramientas, el proyecto desarrolló un ecosistema práctico de aprendizaje que incluye:

- Un curso e-learning de 60 horas
- Una plataforma digital de aprendizaje
- Vídeos de microlearning y podcasts
- Comunidades de práctica
- Recursos prácticos orientados al entorno laboral

**Un hito clave del proyecto fue la fase de pilotaje, durante la cual más de 100 profesionales de RRHH probaron la plataforma y los materiales formativos en contextos organizativos reales en todos los países socios.**

Las personas participantes destacaron:

- La facilidad de navegación y accesibilidad
- El carácter práctico y aplicable de los contenidos
- Una mejor comprensión de la salud mental en el trabajo

- Una mayor confianza a la hora de abordar situaciones relacionadas con la salud mental

La formación también contribuyó a promover respuestas más estructuradas desde RRHH, enfoques preventivos más sólidos y la reducción del estigma en torno a la salud mental en el entorno laboral.

### Reuniones finales en Bolonia

Para cerrar las actividades del proyecto, los socios de MH4HRM se reunieron en Bolonia (Italia) el 7 de mayo con motivo de la última Reunión Transnacional del Proyecto, organizada por la Universidad de Bolonia.

El encuentro permitió revisar las fases finales del proyecto, debatir las actividades de difusión y reflexionar sobre el impacto logrado a lo largo de esta colaboración europea.

La conferencia final presentó los principales resultados del proyecto, así como sus herramientas y recursos formativos, y generó un valioso espacio para el intercambio de experiencias, ideas y buenas prácticas relacionadas con el bienestar, el liderazgo y la salud mental en el trabajo.

### Un legado sostenible

Aunque el proyecto llega a su fin, los resultados y el impacto de MH4HRM continuarán más allá de su duración. La plataforma y sus contenidos seguirán disponibles en línea en:

[www.mh4hrm.eu](http://www.mh4hrm.eu)

Las herramientas, metodologías y recursos digitales desarrollados a lo largo del proyecto están diseñados para ser sostenibles, transferibles y escalables entre sectores y países.

### Empoderar a RRHH es empoderar a las personas.

Al fortalecer el papel de los profesionales de RRHH, MH4HRM contribuye a la creación de entornos laborales más saludables, inclusivos y resilientes en toda Europa.

