

**PROGRAMA DE  
BIENESTAR EMOCIONAL  
Y CALIDAD DE VIDA**

**¿Cómo la salud mental afecta a tu ROI?**



¿Por qué tengo  
que prestar  
atención a la  
**salud mental?**

Según la Constitución de la Organización Mundial de la Salud, “la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.” (Organización Mundial de la Salud, 2022)

Asimismo, define a la salud mental como un **estado de bienestar en el que la persona** tiene la capacidad de reconocer todas sus capacidades y puede de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma **productiva y de contribuir a su comunidad.** (Organización Mundial de la Salud, 2022)

Una mala salud mental puede reducir el **rendimiento de nuestro equipo en hasta un 35%**, según el informe ROI in Workplace Mental Health Programs: Good for People Good for Business.

Esto representa pérdidas millonarias a nivel **regional, debido principalmente a los absentismos y licencias médicas relacionadas a Salud Mental.** (Deloitte,2022)

El escenario actual, tanto a nivel mundial como regional, ha puesto en evidencia que la salud mental necesita una mayor atención y que, en **esto, el bienestar emocional en el punto de trabajo es clave.**







# Algunos datos internacionales



En este momento, al menos **280 millones de personas** están sufriendo un cuadro depresivo a nivel mundial. Y el 75% de las personas afectadas no recibirán ningún tratamiento.

Esto suma una pérdida anual de ingresos brutos iguales a 1 **billón de dólares (OMS, 2019)**.

**75%** de ellas

**No recibirán  
tratamiento**

**24%**

**de trabajadores  
toman tranquilizantes**

**280** millones de personas

**Depresión  
a nivel mundial**

**El estrés laboral provoca casi el 30% de las bajas laborales, que se prolongan durante una media de 83 días; y el 24% de los trabajadores reconoce tomar tranquilizantes de forma habitual, según datos oficiales del Instituto Nacional de la Seguridad Social en España.** (Organización Internacional del Trabajo, 2000)

En Estados Unidos, la depresión clínica resulta en una pérdida de aproximadamente **200 millones de días de** trabajo anuales. Y, en Alemania, los trastornos depresivos son responsables de casi el 7% de **las jubilaciones prematuras.**





LATAM  
En Latinoamérica





Según las cifras compartidas por la Revista Forbes México y la **OMS, el 60% de los trabajadores y trabajadoras que** padecían depresión, no buscaban o no recibían la atención **necesaria.**

En la Organización Internacional de Directivos de Capital Humano (DCH), Sofía Calderón, directora regional de Ventas **en Oracle, señaló que: “El 54% de los colaboradores podrían dejar su trabajo si no tienen la flexibilidad necesaria”.**

Mientras tanto en Colombia, Jorge Alberto Hernández de BBVA mencionó que las áreas de RR. HH. deben trabajar en la nueva forma de liderazgo, apoyando para manejar los nuevos modelos de trabajo y aprender a manejar el estrés adicional que genera la situación actual.

# La retribución económica hoy ya no es lo único que importa

Según el Harvard Business Review, “Sustituir a un empleado puede salirle a tu empresa por el doble de su salario anual”.

Los empleados, especialmente las nuevas generaciones, ya no solo miran la retribución económica. Hoy, esperan que su compañía se preocupe por ellos y les ofrezca otras ventajas que **complementen su salario. Ventajas como actividades y espacios de bienestar emocional. (Willis Towers Watson, 2021)**

Hoy en día, el bienestar es un componente esencial de la experiencia de trabajo y la base de una estrategia de beneficios **eficaz. Entonces, “para que un programa de bienestar tenga éxito, una organización debe situar al empleado como foco principal de los programas”.** (Willis Towers Watson, 2021)

¿Cuánto tardarán los empleados en rechazar ofertas de aquellas empresas que no faciliten el acceso a este tipo de plataformas?





# Programa de bienestar emocional y calidad de vida



El acceso a la terapia online y a recursos de autocuidados hace una enorme labor preventiva, y reduce drásticamente las **renuncias laborales y el absentismo**. En consecuencia, la felicidad de los trabajadores y trabajadoras aumenta drásticamente su productividad.

**En este sentido, nuestra** plataforma ayuda a prevenir y gestionar el día a día en el trabajo. Atendiendo los mayores causantes de trastornos como el estrés, la falta de sueño, el **burnout o incluso la ansiedad**.

**Es decir, con nuestro programa** en práctica, podemos reducir los **niveles de absentismo en un 90,37%**, por lo que el Retorno de la inversión (ROI) en cada **colaborador y colaboradora se vería completamente beneficiado**.





# Psyalive como aliado estratégico

Tu Programa de Bienestar y Calidad de Vida cuenta con los siguientes servicios y beneficios



## Equipo especialista de atención y soporte



Enfocados en resolver dudas y cuestionamientos relacionados al uso del **consultorio online**, y atención directa al usuario final durante toda su **experiencia en la plataforma**.

## Gerente de cuentas

**Especialista y aliado estratégico continuo de la empresa**, enfocado en el bienestar y calidad **de vida del colaborador**, **manteniendo contacto con el** área de RRHH para la creación de estrategias relacionada al uso del **beneficio**, **implementando mejoras y potenciando el** programa de bienestar interno.



# Instrumentos de investigación e indicadores de uso y calidad

Seguimiento interno de la salud mental de los colaboradores, utilizando encuestas que mapeen la ansiedad, el estrés y la depresión.

Plataforma Psyalive de telepsicología para atención por agendamiento con enfoque preventivo y de emergencia. **(cobertura según tipo de convenio).**

Dashboard Report de la Plataforma Psyalive con indicadores claves e inteligente de uso, cantidad de consultas, adhesión, horarios, recurrencia, perfil del colaborador. **(indispensable para generar reportes sobre el bienestar y calidad de vida a la gerencia o directiva de la empresa).**





# Actividades enfocadas en la empresa y sus colaboradores

## Campañas mensuales

direccionadas al colaborador con temas relevantes y actuales, enfoque en incentivar el uso, creación de **campañas personalizadas dependiendo del perfil del colaborador**, ajustado a las necesidades actuales de la empresa con orientación a sus objetivos por periodos (trimestral/anual).

**Capacitación con acompañamiento psicológico de promotores internos** de bienestar y calidad de vida. (continuo).

Capacitación con acompañamiento psicológico al equipo de RRHH **encargado de las contenciones y** abordajes de emergencia. (continuo)

**Canal psicoeducativo de** divulgación y promoción del bienestar y calidad de vida. (continuo).



Talleres, charlas, capacitaciones y conversatorios con especialistas, enfocados en los problemas y objetivos de la empresa, **anteriormente diagnosticados** (contractuales y extracontractuales).

**Análisis de indicadores globales para la dirección estratégica de la empresa** a través de las pruebas aplicadas y el Dashboard Report de la **plataforma Psyalive.**

Análisis de indicadores internos de **situación por sucursal o áreas de la empresa.**





# ¡Conoce Psyalive!

**Psyalive es la Startup más grande de Latino América.**

Nuestra misión consiste en democratizar el acceso a la salud **mental.**

Actualmente, ya estamos trabajando con clientes corporativos y pymes. Y tenemos dentro de nuestro consultorio online un catálogo **de psicólogos y psicólogas expertos en diferentes materias sobre la salud mental.**



# Referencias

Deloitte. (09 de 06 de 2022). Deloitte. Obtenido de Deloitte:  
<https://www2.deloitte.com/co/es/pages/strategy/articles/el-roi-en-l-os-programas-de-salud-mental.html>

Organización Internacional del Trabajo. (10 de 10 de 2000). ilo.org.  
Obtenido de ilo.org:  
[https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS\\_008592/lang--es/index.htm](https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_008592/lang--es/index.htm)

Organización Mundial de la Salud. (10 de 06 de 2022). Who.int.  
Obtenido de Who.int:  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Willis Towers Watson. (2021). Diagnóstico de bienestar organizacional en América Latina. América Latina: Willis Towers Watson.