



Wellness Corporativo: la diferencia corporativa de hoy

Autora: Cristina Ruiz, Consultora

El bienestar integral de la persona es la diferencia corporativa de hoy.

El Wellness Corporativo es un programa creado para promover una cultura de bienestar integral a nivel corporativo. Este programa brinda soluciones que fomentan un clima organizacional favorable, un estilo de vida saludable y una flexibilidad que facilita la integración de la vida laboral, personal y familiar del colaborador. Todo esto tiene como consecuencia una mejora en la productividad y rentabilidad de la empresa.

El Wellness Corporativo es un programa creado para promover una cultura de bienestar integral a nivel corporativo.

La experiencia basada en este tipo de programas demuestra que luego de la implementación:

- La productividad es tres veces mayor.
- La calidad de vida de los colaboradores es tres veces mejor.
- La intención de dejar la empresa por parte de los colaboradores es cinco veces menor.
- La salud de los colaboradores es 50% de mejor calidad.
- El rendimiento de los colaboradores aumenta en un 3%.

Al ser un programa integral, el Wellness Corporativo se enfoca en cinco áreas para lograr los objetivos planteados: área mental, emocional, espiritual, física y familiar. Este programa busca, por medio de distintas actividades:

- Balancear la vida laboral, personal y familiar.
- Recuperar y potencializar la energía de las personas.
- Mejorar la calidad de vida.
- Mejorar hábitos saludables (alimentación y ejercicio físico).
- Reducir el nivel de estrés y ansiedad.
- Aumentar el compromiso con la empresa.
- Incrementar la productividad.

Estas prácticas y políticas por sí solas no son suficientes para crear una cultura que permita a las personas integrar su vida y mejorar su estilo de vida. Datos como que el supervisor inmediato influye en un 48% en la intención de dejar la empresa; y por el contrario, impulsa la motivación en un 58%, nos demuestra la necesidad de impulsar un estilo de liderazgo, una cultura organizacional y políticas formales de flexibilidad que faciliten que los colaboradores integren su vida laboral, personal y familiar.

Y tú, ¿le apostarías al Wellness Corporativo como la diferencia corporativa de hoy?