

Achs Seguro Laboral incorpora Kyan Health, un asistente de inteligencia artificial que promueve el bienestar emocional de trabajadores

El estrés, la ansiedad y el desgaste emocional forman parte del día a día de millones de trabajadores en Chile. Según la última edición del Termómetro de Salud Mental Achs-UC, una de cada ocho personas reporta sintomatología asociada a problemas de salud mental, cifra que reafirma la necesidad urgente de ampliar el acceso a herramientas de apoyo y autocuidado.

Para responder a este desafío, Achs Seguro Laboral incorporó Kyan Health: una aplicación digital que entrega una ruta personalizada para el bienestar emocional. Esta innovadora herramienta ya cuenta con más de 250.000 usuarios en 87 países y es utilizada por organizaciones globales como Deutsche Bank e Hitachi Energy.

Lilian Padilla, subgerente de prevención de Achs Seguro Laboral, menciona que "si tomamos como ejemplo el sector educativo, contar con herramientas como Kyan Health pueden marcar una diferencia. El personal educacional enfrenta desafíos particulares en términos de salud mental, y este asistente permite un acompañamiento diario

La aplicación gratuita para entidades adheridas de la Achs y sus trabajadoras y trabajadoras, ofrece un acompañamiento preventivo y psicoeducativo, y pone herramientas personalizadas de autocuidado al alcance de las personas.

y personalizado, clave para fomentar el autocuidado en comunidades escolares y universitarias".

Uno de los principales atributos de la app es KAI, un asistente digital con inteligencia artificial disponible 24/7 que guía a los usuarios en su experiencia dentro de la aplicación.

A través de un enfoque integral, KAI permite hacer seguimiento de aspectos clave como salud emocional, salud física y conciliación con el trabajo y vida personal. Además, incluye cursos de autocuidado, ejercicios guiados y orientación en tiempo real por texto o voz.

Esta aplicación puede ser especialmente útil en sectores como la educación, donde la sobrecarga laboral, el estrés emocional y la alta demanda relacional generan condiciones de vulnerabilidad. Herramientas como los cursos de manejo de conflictos, técnicas de respira-

ción consciente, meditación guiada y gestión del tiempo, permiten a docentes, asistentes y equipos directivos incorporar hábitos de autocuidado en su rutina diaria, lo que repercute positivamente en su bienestar personal y en la calidad de los espacios educativos.

Si se detectan síntomas que requieren atención la aplicación activa de inmediato una alerta para que el usuario acuda a un profesional de salud mental y entrega información para acceder a los canales de ayuda, siempre bajo un esquema seguro y confidencial.

Para las organizaciones empleadoras, este asistente proporciona un panel de datos agregados y anónimos que permite visualizar tendencias de bienestar dentro de sus equipos. Gracias a este panel, podrán identificar áreas de mejora y riesgos emergentes, tomar decisio-

nes informadas para implementar acciones concretas, medir el impacto de sus estrategias de bienestar laboral y fortalecer la cultura organizacional desde la evidencia.

El contenido de Kyan Health ha sido desarrollado por expertos en salud mental y neurociencia, y está pensado para acompañar de forma preventiva entregando herramientas y desarrollando capacidades, pero en ningún caso reemplaza un diagnóstico ni la atención psicológica, clínica, ni psiquiátrica. Su propósito es ayudar a generar hábitos saludables y entregar recursos prácticos para enfrentar los desafíos emocionales del día a día.

Seguridad de datos y privacidad garantizadas

Uno de los pilares de Kyan Health es su robusto estándar de protección



de datos. Toda la información que las personas ingresan está cifrada de extremo a extremo, sin posibilidad de ser compartida con terceros. También se puede proteger el acceso a la app mediante clave personal.

Una herramienta concreta dentro de una estrategia más amplia

La incorporación de Kyan se suma a una serie de acciones que Achs Seguro Laboral ha impulsado para prevenir y promover el bienestar laboral y desarrollar hábitos saludables

en el trabajo. Entre ellas se cuentan evaluaciones de riesgos psicosociales, capacitaciones, talleres, campañas de sensibilización y atención psicológica temprana. Todo esto forma parte de una estrategia integral orientada a cuidar el bienestar de las personas trabajadoras en todas sus dimensiones.

Kyan Health ya está disponible para todas las entidades adheridas a Achs Seguro Laboral. Para conocer más detalles y comenzar a usar la aplicación, se debe solicitar el acceso en <https://www.achs.cl/kyan>.