LITORALPRESS

Fecha: 15-05-2025
Medio: La Prensa de Curicó
Supl. : La Prensa de Curicó
Tipo: Columnas de Opinión
Título: COLUMNAS DE OPINIÓN: El bienestar laboral es más que un beneficio, es una urgencia

Pág. : 8
Cm2: 232,0
VPE: $ 299.997

Tiraje: 4.200
Lectoría: 12.600
Favorabilidad: No Definida

El bienestar laboral es más que un beneficio, es una urgencia

NATALIA ARCAYA
Gerente de Marketing y Comunicaciones
Pluxee Chile

El más reciente estudio "Contexto Pluxee 2025", confirma lo que muchos trabajadores han sentido alguna vez: nuestra salud mental está siendo puesta a prueba por diversos factores y el trabajo, en lugar de ser una actividad gratificante, se ha convertido en una fuente de estrés.

El informe, basado en una muestra representativa de trabajadores chilenos, revela que, aunque el 91% considera "muy importante" su bienestar físico y mental, solo un 14% se declara realmente satisfecho con su salud mental. Esta cifra, alarmante por sí sola, se vuelve aún más crítica cuando se observa que un 42% de los encuestados califica su trabajo como estresante, un alza sostenida respecto del año anterior, donde un 34% tuvo la misma percepción.

Hoy, uno de cada tres trabajadores considera que su trabajo afecta negativamente sus tiempos personales y su salud mental. Esta tensión entre lo laboral y lo personal no es nueva, pero los datos muestran que se está profundizando.

Hoy, uno de cada tres trabajadores considera que su trabajo afecta negativamente sus tiempos personales y su salud mental. Esta tensión entre lo laboral y lo personal no es nueva, pero los datos muestran que se está profundizando.

Las mujeres, por ejemplo, enfrentan una carga emocional más alta, a pesar de reportar mayores niveles de satisfacción en su vida social y salud física. También manifiestan mayores dificultades para conciliar lo laboral con lo familiar, y una caída preocupante en la sensación de estar haciendo lo que les gusta: del 69% en 2023 al 58% en 2024.

Estas cifras demuestran que el bienestar laboral no puede seguir siendo un apéndice del sistema de compensaciones, sino que debe ocupar un rol central en la estrategia de las empresas y en la conversación pública.

Necesitamos hablar de bienestar con responsabilidad y con datos concretos, sistemáticos y serios, que entreguen herramientas a las empresas para convertir al trabajo en una fuente de propósito.

Desde el mundo de los beneficios laborales tenemos la oportunidad de liderar un cambio de paradigma. Se trata de rediseñar las políticas del trabajo para enfrentar de mejor manera problemáticas como la conciliación, la flexibilidad, las oportunidades.

El desafío está sobre la mesa. La pregunta es si las empresas y, más aún, la sociedad está con disposición a asumirlo.