



PROGRAMA DE APOYO AL EMPLEADO



En la actualidad, la dinámica del trabajo está cambiando constantemente a nivel mundial. La globalización de mercados, la urbanización y los adelantos en la información tecnológica han modificado la naturaleza del trabajo pero también han alterado la salud física y mental de los empleados.



• Por Lic. Deborah Loffler
Directora ICAS México
dlaffler@icasmexico.com

La creciente competencia, las acciones para mejorar la productividad y la calidad, las innovaciones tecnológicas y de organización del mercado, las exigencias ambientales y los cambios estructurales de la población activa (como el envejecimiento, una sociedad multicultural y la participación de las mujeres), son factores que requieren flexibilidad y adaptabilidad.



Una gran cantidad de trabajadores se sienten amenazados porque sus conocimientos se tornan obsoletos muy pronto y se hace obligada la renovación de cualificaciones. Por otra parte, los avances en la información y comunicación tecnológica, en contraposición a las expectativas de hace 20 años, no han dado lugar a semanas laborables más cortas, ni han disminuido niveles de estrés, ni mucho menos han aumentado las actividades recreacionales. En cambio, se ha elevado el número de empleados que trabajan cada vez más.

Todos estos factores han hecho que el estrés se convierta en un trastorno cada día más común, con repercusiones significativas en el bienestar físico y psicológico de las personas (como depresión y ansiedad), perjudicando el funcionamiento de las corporaciones.

Se sabe que en las personas con depresión se reduce en 40% su productividad laboral y no asisten a los centros de trabajo. En las grandes ciudades como el Distrito Federal, Guadalajara, Monterrey, y algunas entidades del centro y este del país, se presenta el mayor porcentaje de personas depresivas (José Juan Reyes, *El Economista*, 7 de mayo de 2007).

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud ha informado que la depresión ocupa el cuarto

lugar como enfermedad mundial y se estima que para el 2020 se ubicará en el segundo sitio.

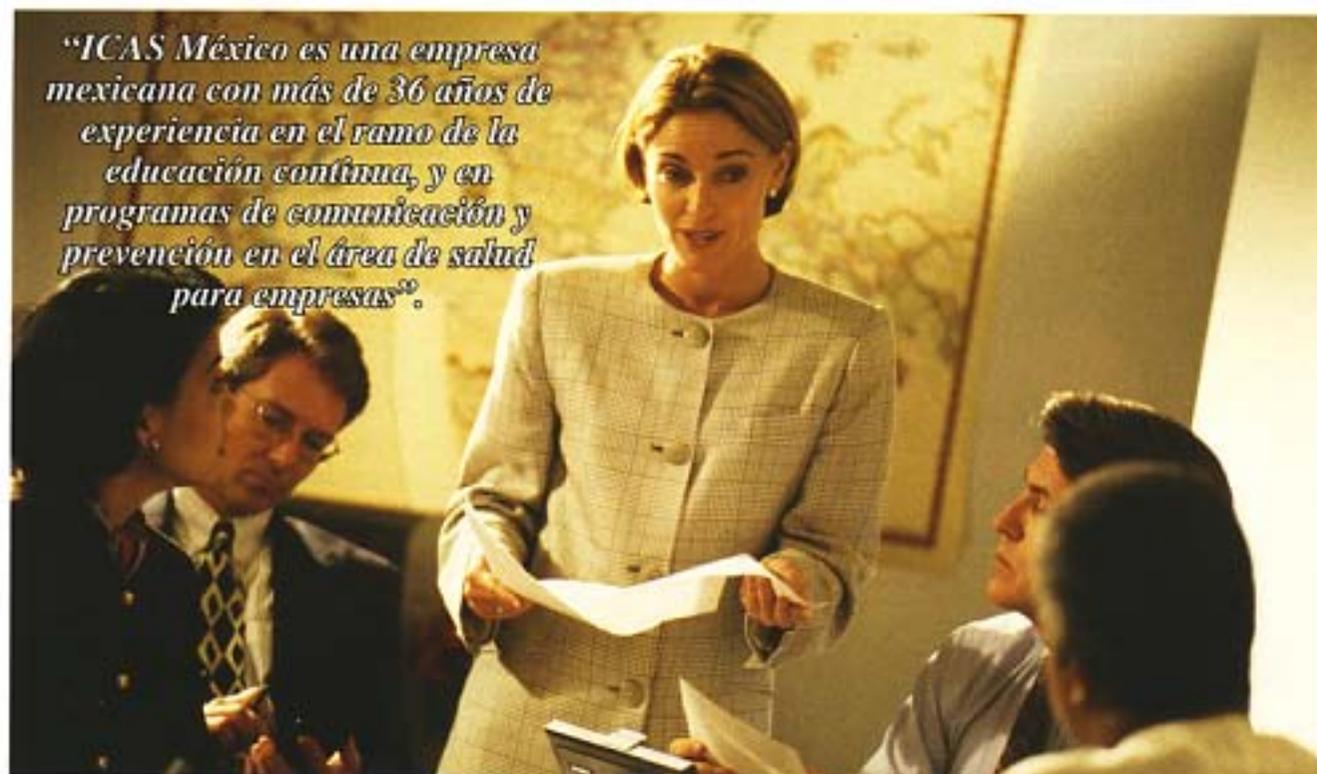
Los pequeños síntomas de estrés causados por presiones laborales, o por el trauma de sufrir un accidente de trabajo, una discordante relación de dos compañeros obligados a trabajar lado a lado, o bien de un empleado que al llegar a casa debe cuidar a un familiar enfermo... esas dificultades que impiden al trabajador (y en última instancia a la empresa) rendir a 100% son el terreno de máximo interés en el que se desenvuelve **ICAS México**.

Se estima que cerca de 10 millones de mexicanos padecen depresión y que entre 14 y 15 millones manifiestan ansiedad. La Secretaría de Salud advierte que las afectaciones de este tipo anteceden al abuso de drogas.

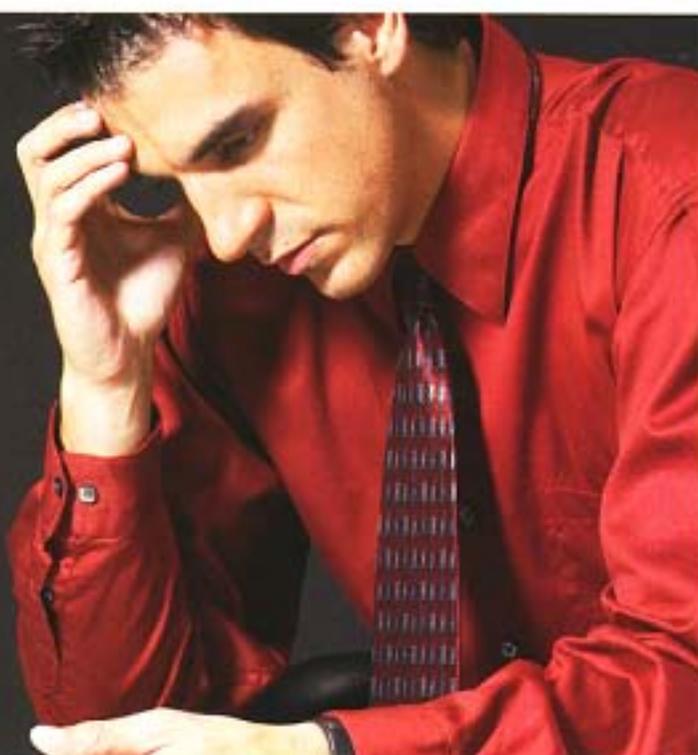
Por eso, **ICAS México** ofrece su Programa de Apoyo al Empleado (PAE). **ICAS** es una empresa internacional fundada en Inglaterra en 1987, e inicia operaciones en México a partir de enero de 2006 al asociarse con **INTER SISTEMAS, S. A. de C. V.**, una empresa mexicana con más de 36 años de experiencia en el ramo de la educación continua, y en programas de comunicación y prevención en el área de salud para empresas.

Un Programa de Apoyo al Empleado es esencialmente un recurso organizacional para

"ICAS México es una empresa mexicana con más de 36 años de experiencia en el ramo de la educación continua, y en programas de comunicación y prevención en el área de salud para empresas".



“Se sabe que en personas con depresión, se reduce en un 40% su productividad laboral y no asisten a los centros de trabajo”.



identificar y dar asistencia sanitaria en las áreas laborales. Este tipo de programa suele incluir una línea de consulta que funciona las 24 horas, con la opción de tener acceso a sesiones de asesoría cara a cara con un profesional.

Los Programas de Apoyo al Empleado enfatizan en el manejo adecuado del estrés pero también se extienden a servicios de asesoría de tipo emocional, legal, financiera y otros aspectos personales relacionados con el trabajo. Esta clase de programas se creó en Estados Unidos después de la Segunda Guerra Mundial, fueron diseñados por personal de producción en línea con el fin de organizar foros para abordar el manejo de problemas de alcoholismo y abuso de sustancias relacionados en el ámbito laboral.

Los empresarios al percatarse que este tipo de programas no sólo ayudaban a reducir el ausentismo, sino también a elevar la productividad, decidieron invertir en estos proyectos. Ellos cimentaron la base de un programa enfocado al empleado que decenios después extendió su cobertura hacia un gran número de problemas e incorpora aspectos de alcoholismo, farmacodependencia, estrés, dificultades en el cuidado de menores, depresión y cuestiones legales, entre otros temas.

ICAS es experta en gestión de riesgos psicosociales, que ha desarrollado programas que facilitan la conciliación de la vida personal

y laboral de empleados en diferentes ámbitos geográficos. Su función primordial es ayudar a solucionar todos los problemas (en particular emocionales de tipo personal y/o laboral, así como situaciones habituales que afectan el estado de ánimo, la atención, la concentración y el estado físico de las personas) que pueden impedir a los ejecutivos de todos los niveles rendir a plenitud. Indirectamente este tipo de programas ayuda, en términos prácticos, a evitar la rotación laboral no deseada y disminuir el ausentismo.

En **ICAS** se puede consultar con los expertos cualquier problema de la vida personal que preocupe a empleados y familiares directos, claro, están incluidos el estrés, la ansiedad y la depresión.

El fracaso por no saber manejar el estrés es una amenaza muy seria en el futuro para la salud en el ámbito laboral. Como se sabe, no existen legislaciones o leyes específicas que “regulen las dosificaciones de estrés” en las empresas. Quizás éstas deberían preocuparse más por la nefasta incidencia de este enemigo de la productividad.

Gran cantidad de personas se ausentan de los centros laborales por motivos de estrés y las que se esfuerzan por asistir a su trabajo parecen “muertos vivientes”, es decir, están presentes pero no desempeñándose con eficiencia. La clave de la solución, es detectar de forma temprana las señales de advertencia del estrés. En una



compañía, los síntomas de estrés a veces se manifiestan con claridad por un aumento en el nivel de ausentismo, pero también pueden derivar en problemas graves de salud, incluyendo migrañas, úlceras gastroduodenales y fatiga general. Las interrelaciones deficientes con clientes internos y externos así como la declinación general en la productividad, son también señales indicativas de la existencia de estrés.

Los directivos deben crear una cultura de trabajo más "inteligente" al fijar metas claras para cada miembro del personal y ofrecer apoyo y entrenamiento para asegurarse que estos puedan alcanzarlas dentro de la fecha límite. Con tanta investigación preocupante que se ha publicado, sería sorprendente que los empleadores empezaran a sentirse estresados por el problema del estrés.

Los altos ejecutivos no sufren tanto de estrés porque suelen tener control de situaciones, dirigen su agenda y deciden sus plazos. En cambio los ejecutivos medios, los dirigentes sándwich que intentan sobrevivir en medio de todas las presiones, son los más agobiados. De hecho son los que más recurren invariablemente a los Programas de Apoyo al Empleado, ya que no disponen siempre de los recursos y contactos con que cuentan los altos ejecutivos.

Ni siquiera un amigo de gran capacidad y amplia confianza puede llegar a suplir la asesoría que

brinda el Programa de Apoyo al Empleado. Los empleados y/o familiares directos que han recurrido a la ayuda profesional de **ICAS México** recalcan que "cuando enfrentamos un problema serio, todos preferimos hablar con un experto, aunque no lo conozcamos".

Cuando sobrevienen las dificultades, la vergüenza sobra; evitar que un simple problema se convierta en enfermedad bien merece pedir ayuda a expertos en la "locura" de la rutina laboral y personal.

ICAS México suministra una amplia variedad de servicios de apoyo al empleado y sus familiares. Los programas de **ICAS México** poseen características únicas que hacen sentir seguridad a las empresas y sus empleados. Sus protocolos y procedimientos siguen normas rigurosas, las cuales garantizan que los empleados estén siempre protegidos, en especial en momentos de crisis personal.

No importa el tamaño de la empresa, toda organización necesita proteger a sus empleados, quienes pueden estar enfrentando dificultades que afectan su desempeño laboral. Si estas dificultades no son manejadas de forma adecuada y a tiempo, pueden derivar en altos costos debido al ausentismo y, sobre todo, a improductividad.



“Los ejecutivos medios son los que más recurren a los Programas de Apoyo al Empleado, debido a que no disponen siempre de los recursos y contactos con que cuentan los altos ejecutivos”.