

Salud mental: el reto prioritario de las compañías en el mundo laboral actual

- *En un contexto de postpandemia donde la reactivación económica empuja a que todo retorne a la presencialidad, las empresas enfrentan el reto de priorizar la salud de los colaboradores.*
- *Agotamiento, horarios sin límites y estrés, son algunos de los factores que ha traído consigo la modalidad de trabajo virtual, afectando la calidad de vida de los trabajadores.*
- *Según la OMS se estima que, a nivel mundial cada año se pierden 12.000 millones de días de trabajo debido a la depresión y la ansiedad.*
- *Vital Spaces, una iniciativa de Sodexo que prioriza la salud y el bienestar de los trabajadores.*


Con la finalización de la emergencia sanitaria causada por el Covid-19 y la reactivación económica en todos los sectores del país, las empresas enfrentan el desafiante reto de traer a los empleados nuevamente a las oficinas, en un contexto donde sobresale un alto porcentaje de personas que manifiestan resistencia para retornar presencialmente al cien por ciento.

Y es que las cifras no son ajenas a la realidad, múltiples estudios lo demuestran y Sodexo, la multinacional francesa con más de 11mil trabajadores en el país, experta en Integrated Facility Management (IFM) y Alimentación Institucional, lo comprueba a través del estudio que realizó: “*Consumer journeys Usage & Attitude survey*” en el que identifica que, en el mediano plazo, el 61% de los colaboradores encuestados desea volver de 2 a 3 veces por semana a la oficina.

Según **Juan Pablo Castillo RH LatAm / Colombia** y vocero de Sodexo “evidentemente, esto se debe a que, si bien la pandemia quedó atrás, algunos de los cambios que trajo consigo llegaron para quedarse. El modelo virtual hoy permite a miles de personas: dormir hasta un poco más tarde, ahorrarse el tiempo de los trancones y evitar gastos e incomodidades del transporte público, sin embargo, este mismo modelo se ha venido convirtiendo en una verdadera arma de doble filo que viene afectando la calidad de vida de los trabajadores”.

Esto a razón de que, “aspectos como el multitasking hace que las personas se vean obligadas a realizar un sinnúmero de actividades a la vez: quehaceres del hogar, cocinar, estar pendiente de los hijos y de las mascotas, entre otras acciones que terminan mezclándose con la lista de pendientes del trabajo, haciendo que no se distinga la jornada laboral de la rutina privada del hogar. Es por esto que, a finales del año pasado, la Organización Mundial de la Salud y la Organización Internacional del Trabajo, hicieron el llamado a adoptar medidas concretas para abordar los problemas de salud mental en el entorno laboral”, asegura el experto.

Por este motivo, los espacios laborales físicos continúan privilegiando diversas actividades que en casa no se pueden desarrollar como se desearía y que



aportan a la salud de las personas, por ejemplo, el trabajo focalizado, las áreas de silencio o el trabajo colaborativo o de invención, la socialización y el ambiente exterior que permiten generar un espacio distinto al de la casa y que proporciona bienestar.

Es así como, sale a flote la necesidad de implementar políticas flexibles que enfoquen todos sus esfuerzos en transformar los espacios de trabajo para poder hacerle frente a esta situación que aqueja no solo a los grandes empresarios sino también a los pequeños, pues si el trabajador no está bien, los índices de productividad tampoco lo están.

Por ello, “a raíz de este desafío nace *Vital Spaces*, la propuesta de valor de Sodexo que, *se centra en las personas y que consiste en brindarles espacios agradables con una experiencia de bienestar personal, y que a la vez les permita conectarse emocionalmente con su trabajo de una manera diferente, lejos de los tradicionales y rígidos espacios corporativos a los que todos estábamos acostumbrados*”, asegura Catalina Arenas, vocera de Sodexo LatAm / Colombia.

De esta manera, la flexibilidad y la experiencia son las bases de los cinco pilares que componen este nuevo concepto que define el lugar hacia donde las organizaciones pueden evolucionar.

Este nuevo concepto incluye también salas wellness, espacios de entretenimiento para niños, lugares de silencio y concentración, baños inclusivos, cafeterías de confianza y zonas pet friendly. Además de subsidios y programas de alimentación y educación nutricional como “soluciones generadoras de valor donde los servicios no giran alrededor de la infraestructura ni del edificio sino del colaborador”, puntualiza la experta.


Sobre el estudio:

El estudio realizado por la multinacional Sodexo permitió identificar cada una de las variantes que llevaron a la creación de *Vital Spaces*. Este concluye que los espacios de trabajo del futuro implican nuevas formas de habitar el entorno físico, y que, las necesidades y expectativas dependen del tipo de trabajo.

Sin embargo, hay mínimos que se deben cumplir para garantizar un óptimo desempeño, por lo que, los espacios deben ser híbridos, es decir, que incluyan todas las facilidades para desempeñar un trabajo eficiente y colaborativo.

En cuanto al entorno físico se destacan los espacios para la creatividad y la innovación, las áreas de trabajo en equipo en las que se prioriza la comodidad y las zonas de trabajo silencioso donde es posible trabajar con la concentración que muchas veces no se logra en casa.

Detalles como la silla, el escritorio, el buen funcionamiento del internet, la temperatura, la iluminación y el silencio priman en esta iniciativa. Así mismo, las charlas nutricionales son parte de este concepto en el que el colaborador



aprende cómo alimentarse de la manera más saludable tanto en casa como en la oficina.

Principales cifras y hallazgos:

- El 61% de las personas estima que en el mediano plazo desea regresar de dos a tres veces por semana a la oficina, mientras que solo el 1% regresaría todos los días a la oficina. Significa que el modelo híbrido se ajusta al equilibrio entre el trabajo presencial y el home office.
- Las actividades que más se privilegian cuando se trabaja en la oficina son: el trabajo colaborativo, las áreas de concentración y de trabajo informal y las reuniones presenciales.
- Según los encuestados, entre los aspectos considerados como más importantes cuando se trabaja desde las oficinas están: la calidad del aire, el sistema de iluminación, los ruidos de fondo, el entorno del edificio y la luz natural.
- Los servicios que permitirían mejorar el confort y el bienestar en las oficinas al trabajar son: los espacios tranquilos y de concentración, zonas destinadas para el trabajo en equipo, un buen servicio de cafetería, áreas para socializar, la conectividad, el entorno físico y una buena silla ergonómica.
- Los espacios de trabajo del futuro implican nuevas formas de habitar el entorno físico.

Acerca de Sodexo

Fundada en Marsella en 1966 por Pierre Bellon, Sodexo es el líder mundial en servicios que mejoran la calidad de vida, un factor esencial en el desempeño individual y organizacional. Esta compañía opera en 72 países y atiende a 100 millones de consumidores al día a través de su combinación única de servicios en el sitio, servicios de beneficios, recompensas, servicios personales y domésticos.

Sodexo proporciona a sus clientes una oferta integrada que ha desarrollado sobre su experiencia de más de 50 años en servicios que incluyen alimentos, recepción, mantenimiento y limpieza, hasta la gestión de instalaciones y equipos. Así mismo, la compañía se especializa en la prestación de servicios y programas que fomentan el compromiso de los empleados, y soluciones que simplifican y optimizan su movilidad y su gestión de gastos, asistencia en el hogar, guarderías infantiles y conserjería.

El éxito y el rendimiento de Sodexo se basan en su independencia, su modelo de negocio sostenible y su capacidad para desarrollar y comprometer continuamente a sus 460,000 empleados en todo el mundo.

Sodexo en Colombia

25 años en el mercado colombiano

116,4 millones de euros en ventas

Dentro de las **20** grandes empleadoras del país



Más de 10.000 colaboradores en Colombia
Cobertura nacional: Bogotá, Cali, Medellín, B/quilla

140 clientes

Recertificada con el sistema de calidad ISO 9001 y OHSAS

Sodexo alrededor del mundo

20.4 billones de euros en ingresos consolidados

460.000 colaboradores

19th empleador más grande del mundo

72 países

13.5 millones € en capitalización bursátil

100 millones de consumidores atendidos diariamente.