

# ¿Qué es el bienestar laboral?



## ¿Qué es el bienestar laboral?

El bienestar laboral es una estrategia empresarial que busca proteger a los empleados frente a situaciones que pueden dañar su salud o su bienestar mental. Se centra en la prevención y no solo en la curación.



Suscríbete a nuestro **Newsletter**

## ¿Para qué sirve en las empresas?

Los programas de bienestar laboral son muy importantes para las empresas porque su objetivo es mantener al trabajador saludable, si los colaboradores se sienten cómodos en el ejercicio de sus funciones, el resultado va a beneficiar los centros de trabajo

## ¿Cómo puede afectar el no fomentar el bienestar laboral en las empresas?

Si no se cuenta con un bienestar laboral en el trabajo, las empresas se pueden ver afectadas, teniendo como consecuencia mayores incidencias de enfermedades referentes a trastornos de depresión, estrés o ansiedad y que van a repercutir en la disminución de horas trabajadas y retrasos en entregas de actividades debido a la ausencia de los trabajadores.



Contáctanos  
para asesorarte

**(33)1267 5281**



## ¿Cómo fomentar el bienestar laboral en las empresas?

- Brindar espacios físicos agradables.
- Mantener un buen clima organizacional.
- Mejorar las condiciones de trabajo.
- Promover la participación activa.
- Fomentar el desarrollo individual.

Se puede crear un programa de bienestar laboral para reafirmar el compromiso de la empresa con la calidad de vida de los colaboradores, en los cuales se podrán abordar diversas temáticas para lograr el bienestar laboral, por ejemplo:

- Mejorar la comunicación con los trabajadores
- Reconocimiento a los colaboradores por su trabajo

- Tener flexibilidad laboral
- Aumentar el desarrollo de las capacidades del trabajador
- Disminuir la rotación de personal
- Trabajar en un clima laboral positivo
- Mejorar la calidad

A través de la NOM-035, se estudian, identifican y analizan los factores de riesgo psicosocial que pueden afectar el ambiente laboral. Así mismo, al cumplir esta norma se fomenta un entorno organizacional favorable en los centros de trabajo.

En Stratego Firma contamos con especialistas que te pueden ayudar a cumplir la NOM-035, a través de plataformas digitales que son altamente confiables y amigables para los trabajadores.