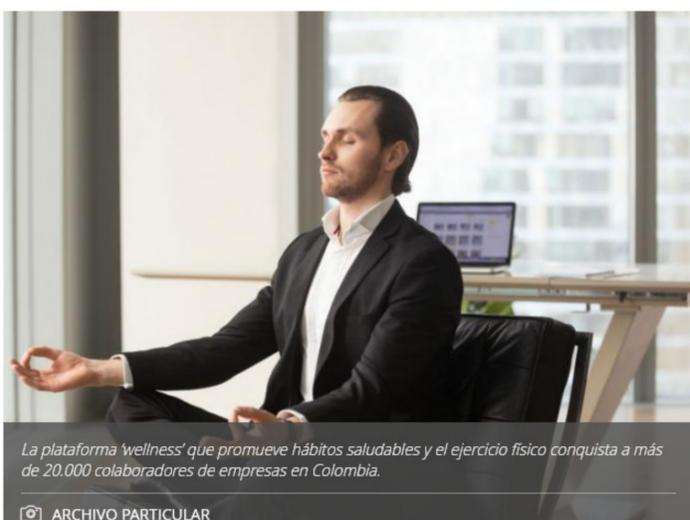


# Plataforma promueve bienestar a empleados para aumentar productividad

Informe de la OMS y la OIT develó que las largas jornadas laborales se vinculan a más de 750 mil fallecimientos al año.



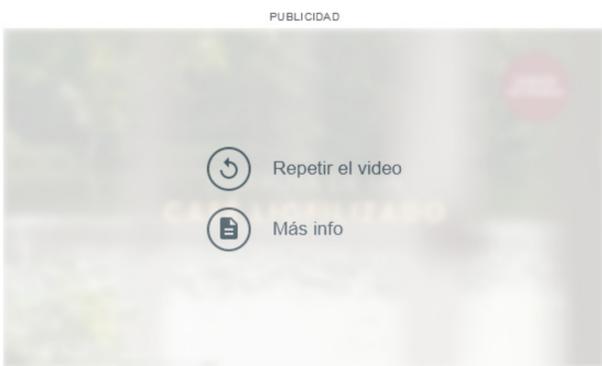
La plataforma 'wellness' que promueve hábitos saludables y el ejercicio físico conquista a más de 20.000 colaboradores de empresas en Colombia.

ARCHIVO PARTICULAR

POR: PORTAFOLIO

Cada día las empresas colombianas tienen nuevos retos en materia económica, de crecimiento, flujo de caja y hasta en el hecho de poder mantener un buen ritmo en la productividad laboral. A esto se le ha sumado **el hecho de que las nuevas modalidades de trabajo generaron que millones de personas empezarán a sentir una mayor carga de estrés, ansiedad y agotamiento.**

([Tips para fortalecer el sistema inmunológico.](#))



Estos son algunos de los tantos factores que tuvo en cuenta la plataforma de 'wellness' Fitpal, para brindar una solución que ha conquistado a más de 20.000 colaboradores de diferentes organizaciones **por medio de hábitos saludables, recomendaciones alimenticias, salud mental y emocional, ejercicio físico,** además de promover un mejor estilo de vida.

Esta iniciativa que nació hace algunos cuantos meses, **busca incrementar las tasas de productividad laboral teniendo en cuenta que sin bienestar y salud no se puede dar el máximo rendimiento en el trabajo.**

Y es que de acuerdo con el Informe Nacional de Competitividad 2020-2021 del Consejo Privado de Competitividad, **se llegó a demostrar que las empresas colombianas requieren cerca de cuatro veces más horas de trabajo para producir el mismo valor agregado que en una hora de trabajo en Estados Unidos.**

([La colombiana que hizo del mercado de cosméticos un negocio global.](#))

Según Juan Sebastián Montejo, CEO de Fitpal, esto se debe en parte a que la falta de prácticas saludables dentro de las organizaciones aumenta el estrés, baja los niveles de bienestar y repercute en la felicidad de los empleados. Como consecuencia se presenta un menor rendimiento laboral, una alta rotación de talento humano y mayores casos de ausentismo que al final afectan a las empresas y economía del país.

*"Decidimos ampliar nuestra oferta y ofrecerle a las empresas bienestar holístico, salud, y Wellness de una manera mucho más integral y consolidada",* señaló Montejo.

De acuerdo con algunos estudios realizados por Delivering Happiness, cuando las compañías adoptan una cultura de **felicidad en el trabajo se percibe un incremento del 300% en materia de innovación, 44% más de retención de empleados, 37% de aumento en las ventas y un 31% más de productividad.**

Es por ello que Fitpal decidió integrar cinco categorías a su oferta de catálogo que parte de la salud mental, salud financiera, higiene del sueño, alimentación saludable y salud física, las cuales son enseñadas a través de diferentes clases en vivo o pregrabadas.

Adicionalmente y como ya ha sido reconocido durante años a esta marca, **los usuarios tienen todavía la opción de poder asistir a espacios físicos como gimnasios, box o centros de estética.**

Gracias a la ampliación de su portafolio esta startup logró alianzas con empresas de renombre como Ecopetrol, Nutresa, Boehringer, Henkel, Colgate, Novonordisk, Allianz, Acsendo y dondoctor, entre otras donde han logrado impulsar un estilo de vida en pro del bienestar y han cautivado a la mayoría de sus trabajadores.

Adicionalmente, para aportar en la estrategia de 'wellness' de estas compañías implementó un servicio especial conocido como: 'Super Usuario', una herramienta digital que le da la posibilidad a las empresas de tener su propio "Dashboard", en el que pueden gestionar espacios para que se realice cualquier tipo de clase dentro de su organización y le permite ver en tiempo real algunos datos importantes sobre las prácticas que realizan sus empleados.

*"También incluimos dos nuevos productos en materia de salud mental, el primero es un chat de SOS donde cualquier trabajador podrá conectarse con una psicóloga de la fundación Santa fe, gracias a la alianza que se tiene con el programa 'Porque Quiero Estar Bien' de la fundación Santo Domingo. Por otro lado, incluimos el EAP (Employee Assistance Program por sus siglas en inglés), un servicio en el que las personas tienen acceso a una línea telefónica a la que pueden llamar cuando se encuentren en un momento de crisis para ser atendidos de forma inmediata",* resaltó el CEO de Fitpal.

Además, incluyeron una solución de salud financiera conocida como Finled, que le permitirá a los usuarios a través de la educación y un análisis económico personal volver más eficientes sus recursos. En ese sentido, **le ofrece la posibilidad a cualquiera que entre a la plataforma de organizar sus ingresos, gastos y deudas de forma consciente.**

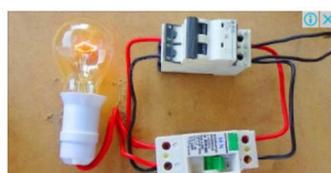
Está demostrado que actualmente uno de los mayores retos de las organizaciones es el de impulsar las prácticas de vida saludable que permitan disminuir los riesgos en la salud de los trabajadores.

Hace algunos días un informe de **la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Internacional del Trabajo (OIT)** develó que las largas jornadas laborales se vinculan a más de 750 mil fallecimientos al año.

Además, la investigación encontró que trabajar 55 horas o más a la semana estaba vinculado en un 35% con los ataques cerebrovasculares y en un 17% con una enfermedad cardíaca, en comparación con una semana laboral de 35 a 40 horas.

Si bien el estudio de la OMS no cubrió el período de la pandemia, los funcionarios de esta entidad resaltaron que el reciente aumento en el trabajo remoto y la desaceleración económica aumentaron los riesgos asociados con las cargas laborales.

De esta manera, expertos de diferentes áreas de la salud de Fitpal recomendaron mantener prácticas positivas como lo son el dormir bien, comer saludable, hacer ejercicio, **no consumir en exceso productos relacionados con el tabaco o el alcohol y en especial para aquellos que trabajan en casa el definir límites entre su vida personal y laboral.**



El dispositivo puede ahorrarte hasta un 90% en tu próximo recibo de luz

VoltBox

Abrir

## Lo más leído

1. Sam Bankman-Fried, el joven de menos de 30 años más rico del mundo
2. Casos activos de coronavirus en el país caen a menos de 14.000
3. Dos niños ganan más de \$113 millones al mes en la criptominería
4. La creciente fortuna de Musk lo aleja cada vez más del resto del mundo
5. Casos activos de covid en Colombia se mantienen por debajo de 15.000
6. Las cuentas de ahorro que no podrán ser embargadas

