



MANTENER BAJO CONTROL EL ESTRÉS LABORAL MEJORA LA SALUD DE LOS COLABORADORES Y LA PRODUCTIVIDAD DE LAS EMPRESAS

- *El Síndrome de Burnout o Desgaste Profesional es un padecimiento derivado del estrés laboral que causa baja productividad, insatisfacción y pérdida de motivación.*
- *El estrés laboral puede causar pérdidas de entre 0.5% y 3.5% del PIB de los países.*
- *Las personas que viven con estrés presentan mayor riesgo de presentar enfermedades cardiovasculares, trastornos digestivos e incluso la obesidad.*

México DF a 27 de abril del 2015. El agotamiento crónico, la falta de motivación y confianza sobre la capacidad de llevar a cabo alguna tarea y finalmente un bajo rendimiento personal y profesional que se traduce en la incapacidad de lograr cualquier objetivo son algunos de los síntomas del llamado Síndrome de Desgaste Profesional o Síndrome del *Burnout*, un padecimiento derivado del estrés que cada vez afecta a un mayor número de personas en todo el mundo.

De acuerdo con la Organización Internacional del Trabajo, el estrés laboral constituye un serio problema a nivel social y económico, ya que perjudica la salud del trabajador y disminuye la productividad de las empresas, haciéndolas menos rentables y competitivas. Esto se traduce en un impacto económica que se estima puede causar pérdidas de entre el 0.5% y el 3.5% del PIB de los países.

Por otro lado, la Secretaria de Salud menciona que el estrés laboral también tiene serias afectaciones en la salud de las personas tanto a nivel físico como emocional, permeando de manera negativa en el desempeño de sus funciones y en su relación familiar.

En el contexto del Día del Trabajo, GNP Seguros fomenta la reflexión sobre la importancia de equilibrar el desempeño laboral y familiar, con el objetivo de mantener la salud física y emocional de las familias mexicanas.

“Fomentar una cultura de bienestar y equilibrio profesional y personal debe ser un tema prioritario de responsabilidad social para las empresas, ya que esto se verá reflejado en el estado de salud de los colaboradores, permitiendo que tengan un mejor desempeño en todos los aspectos de su vida y disminuyendo el riesgo de padecer enfermedades derivadas del estrés” mencionó el Dr. Alejandro Chías, Subdirector Médico de GNP.



Entre los principales problemas de salud derivados del estrés laboral se encuentran:

Físicos

- Dolor de cabeza intenso y constante
- Trastornos estomacales como gastritis y colitis
- Enfermedades cardiovasculares
- Obesidad que a su vez puede provocar enfermedades crónicas como la diabetes

Emocionales

- Trastornos del sueño y dificultad para concentrarse.
- Mal humor, Bajo estado de ánimo, depresión y/o ansiedad.
- Insatisfacción e incapacidad laboral.

“En GNP estamos conscientes de que la salud es un pilar fundamental de la sociedad, tanto en el aspecto individual y familiar como en el laboral, por lo que es nuestra prioridad como empresa impulsar acciones de prevención que lleven a los empleados a un mejor estado de salud físico y emocional” recordó el Dr. Chías.

Entre las principales acciones que GNP Seguros promueve para sus más de 5 mil empleados se encuentran:

- El programa GNP Cuida tu Salud, cuyo principal objetivo es la prevención, detección y atención oportuna de riesgos de salud.
- Áreas deportivas específicas para que los colaboradores puedan realizar actividades deportivas de manera constante.
- Juegos Bal: Competencias deportivas en las que los colaboradores pueden participar con otras empresas del Grupo Bal.
- Laberinto Espiritual: Espacio de reflexión que permite lograr un equilibrio físico y mental.

GNP también ha impactado otras organizaciones a través de su programa GNP Cuida tu Salud ya que desde hace más de dos años se ha enfocado en identificar a tiempo los riesgos de salud a los que están expuestos los mexicanos, permitiendo tomar acciones inmediatas para disminuir enfermedades graves y mejorando la calidad de vida logrando un impacto positivo a favor de la salud en México en más de 18 mil personas.

Más información sobre GNP Cuida tu salud también está disponible en: Facebook GNP Seguros y GNP Cuida tu Salud; Twitter @GNPSeguros, y www.gnpcuidatusalud.com



Acerca de GNP

GNP Seguros es la empresa aseguradora multirrama con 113 años de experiencia que la respaldan, además forma parte de uno de los conglomerados empresariales más importantes de México GRUPO BAL, el cual está constituido por instituciones de gran prestigio y destacadas en cada uno de sus sectores: seguros, pensiones, financiero, comercial, industrial y educativo.

Atención a Medios

Mónica Mejía Aguirre

monica.mejia@gnp.com.mx

gnpprensa@gnp.com.mx

Tel.- 58092589

Juan Manuel Anguiano

manguiano@zimat.com.mx

Tel. 5540582759