

EDITORIAL

Recesión emocional

La “recesión emocional” que afecta a los entornos laborales no es solo una metáfora; es una realidad que está generando un impacto tangible en la productividad, la salud y las relaciones humanas en Chile y el mundo. Según el último reporte de Laborum.com, el 89% de los trabajadores chilenos experimenta síntomas de “burnout” o desgaste profesional, un alarmante indicador que pone en evidencia la urgencia de repensar cómo gestionamos el trabajo y el bienestar en nuestra sociedad.

Este fenómeno no es exclusivo de Chile. A nivel global, el reporte State of the Heart 2024 muestra que el bienestar emocional ha alcanzado mínimos históricos en los últimos cuatro años. Factores como la inseguridad económica, los conflictos geopolíticos, la aceleración tecnológica y el estrés laboral se combinan para crear una crisis multifacética que repercute pro-

fundamente en la salud mental de los trabajadores.

En Chile, esta realidad se refleja en datos contundentes: los trastornos de salud mental lideran las licencias médicas con un



El reporte State of the Heart 2024 muestra que el bienestar emocional ha alcanzado mínimos históricos”.

32%, concentrando más del 61% del gasto por incapacidad laboral. Además, la reciente reducción de la jornada laboral a 40 horas no ha sido suficiente para contrarrestar una cultura laboral centrada en la productividad y el sobreesfuerzo, dejando en segundo

plano el trabajo inteligente y el bienestar de los equipos.

Es imperativo que las organizaciones adopten una visión integral, priorizando la salud mental como un pilar estratégico. Esto incluye programas de bienestar, promoción de habilidades blandas y la creación de espacios que permitan a los trabajadores encontrar un equilibrio entre sus responsabilidades laborales y personales.

La “recesión emocional” puede parecer un fenómeno intangible, pero sus consecuencias son reales. El desafío es grande, pero no insuperable. Chile tiene la oportunidad de liderar un cambio cultural que coloque al bienestar en el centro de las dinámicas laborales, promoviendo no solo la productividad, sino también la calidad de vida. Porque, al final del día, un trabajador feliz y saludable es el mejor activo que cualquier organización puede tener.