

Ley Karin

● Con la reciente implementación de la Ley Karin, es crucial integrar la salud mental en la agenda estratégica de las empresas. Esta ley no solo protege derechos laborales, sino que también subraya la importancia del bienestar emocional en el trabajo. Romper el estigma, ofrecer apoyo y fomentar una cultura laboral saludable son pasos clave. Un liderazgo comprometido y políticas claras mejoran la productividad y reducen el absentismo. Implementar capacitaciones, promover el equilibrio trabajo-vida y evaluar continuamente el bienestar de los empleados son prácticas esenciales. Adaptar estrategias a las necesidades específicas de cada empresa asegura el cumplimiento de la ley y promueve un entorno laboral

positivo y productivo.

Es fundamental que las empresas reconozcan que un entorno de trabajo que prioriza la salud mental no solo cumple con la normativa, sino que también crea un lugar donde los empleados se sienten valorados y apoyados. Esto, a su vez, fortalece la moral, mejora el rendimiento y reduce los costos asociados con el estrés y el desgaste.

Los líderes deben ser proactivos en la implementación de estas prácticas, asegurándose de que se conviertan en parte integral de la cultura organizacional. Al hacerlo, las empresas no solo cumplirán con las obligaciones legales, sino que también contribuirán al bienestar general de sus equipos, logrando así un impacto positivo duradero.

Mónica Barrera