

# PROGRAMA WELLNESS EXITOSO

## 8 CLAVES ESENCIALES

**Body**  
Systems  
CorporateWellness



# 8 claves para el éxito

Para que un programa wellness sea exitoso, es necesario combinar **liderazgo, estrategia y ejecución**. No olvides ser persistente, puede que no lo consigas a la primera, pero con constancia lograrás la aceptación de la dirección y el compromiso de los colaboradores para alcanzar tus metas de bienestar.

Esperamos que estas 8 claves estratégicas te ayuden en la implementación y/o fortalecimiento de tu programa wellness empresarial:

01 Objetivos claros

02 Indicadores

03 Pilares esenciales del programa

04 Omniwellness

05 Embajadores del programa

06 Cronograma bien estructurado

07 Evaluación constante

08 Presupuesto optimizado

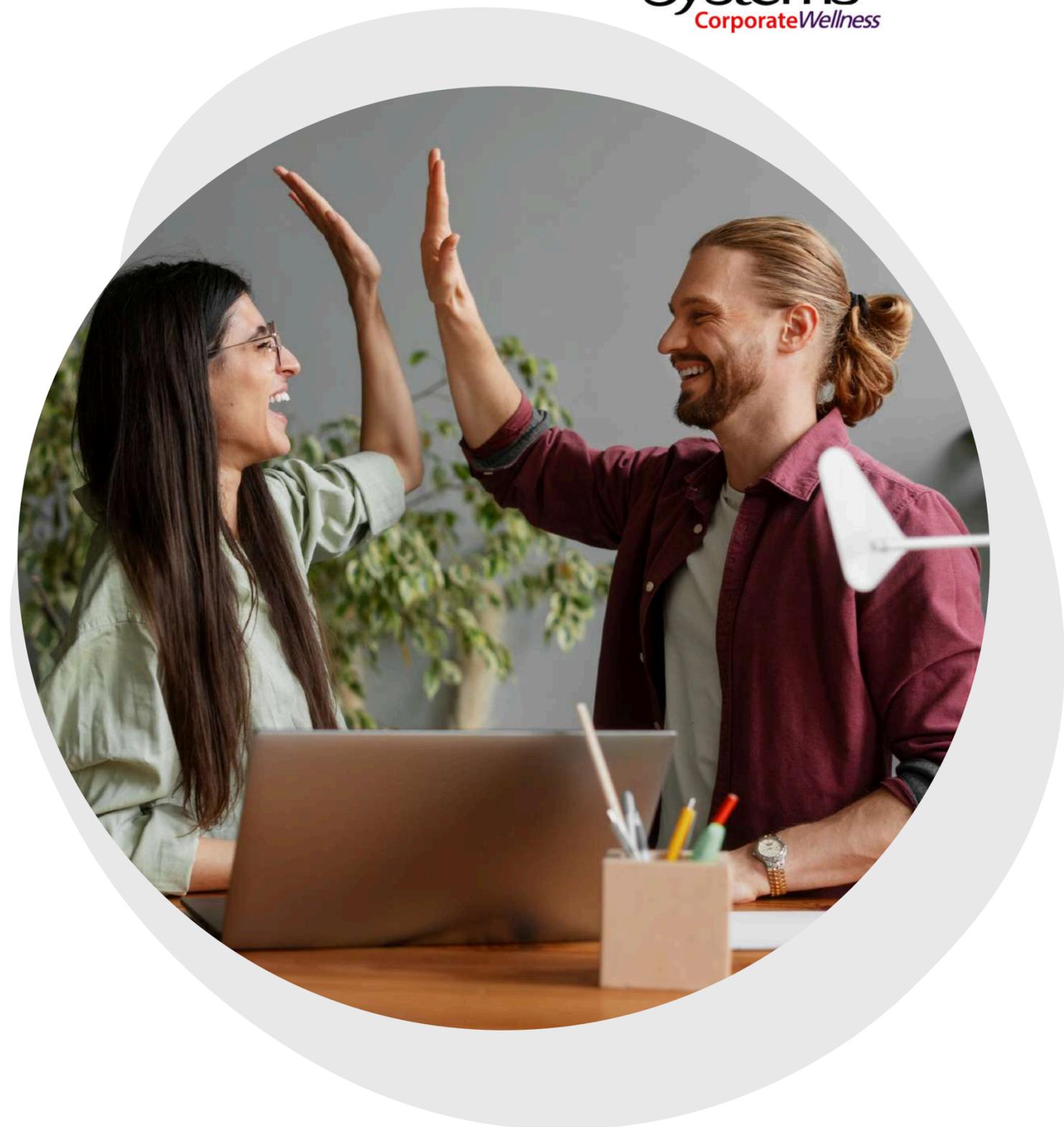
## Primero lo primero: Implicación de los líderes

La implicación de los líderes es crucial para cualquier iniciativa wellness. Si deseas generar un cambio de arriba hacia abajo, es necesario empezar por los líderes y descender en el organigrama.

Según Julie Wilkes, líder de personas, cultura y bienestar en Accenture, la clave está en conseguir la aceptación de los líderes a través de estrategias que les demuestren cómo el wellness impacta positivamente en la empresa y los colaboradores.

La implicación de los líderes es el compromiso y el apoyo de los directivos dentro de la organización para abogar y defender una nueva iniciativa. Este proceso busca impulsar la aceptación e integración dentro de la empresa, generando una mayor participación y compromiso entre los primeros colaboradores interesados.

[Habla con un Experto Wellness](#)



01

## Usa tus objetivos organizacionales como ancla

Es excelente querer influir positivamente en el bienestar de los colaboradores pero, ¿cómo se relaciona este cambio con los objetivos y resultados de la empresa? ¿Por qué la dirección debería dar el "sí"?

Piensa en los objetivos organizacionales y en **cómo el wellness impacta directamente en ellos**. ¿Quieres mejorar la cultura de la empresa, la retención de colaboradores, los resultados o los ingresos?

Es fundamental que el programa wellness tenga **metas específicas desde el inicio**. Definir objetivos claros permitirá alinear el programa con los intereses y necesidades de la organización, incluyendo metas como mejorar la salud mental, física, financiera y nutricional, reducir el ausentismo o aumentar la productividad.



# 02

## Respalda tu programa con datos

Demuestra el valor del programa wellness con **datos sólidos**, como evaluaciones comparativas del sector, para evidenciar cómo esta inversión en wellness será un éxito.

Considera:

- Datos internos y externos sobre tu población, comparados con benchmarks del sector.
- Evaluar el riesgo versus la ganancia de implementar o no el programa.
- Cómo medir el éxito (KPI) para demostrar el ROI y el valor del programa.

La medición es clave para el éxito. Establece KPIs que evalúen el progreso en la reducción del estrés, la mejora en la productividad, la disminución del ausentismo y el retorno de inversión (ROI).



**03**

## Los pilares esenciales del programa wellness

Las personas tienden a resistirse al cambio. Del mismo modo, las organizaciones no buscan cambios “innecesarios”, tendrás que explicar por qué este cambio es fundamental.

Para tener un programa wellness exitoso, es esencial que esté basado en cuatro pilares: **físico, mental, nutricional y financiero**. Estos pilares aseguran un enfoque integral, abordando las diversas áreas que afectan el desempeño de los colaboradores en el trabajo.

Además, es vital mostrar apoyo dentro de la empresa desde el principio. Demuestra que cuentas con el respaldo de los colaboradores entusiasmados y comprometidos para que los líderes vean el impacto desde el inicio.

[Hablar con un Experto](#)



# 04

## Omniwellness: La modalidad se adapta al colaborador

Una implementación efectiva requiere una comunicación constante y en varios canales. El enfoque de Omniwellness consiste en un enfoque holístico que ofrece bienestar a través de tres modalidades:

- Presencial
- Digital
- On Demand

Esto aumenta la participación y el compromiso de los colaboradores.



05

## Embajadores del programa: Catalizadores del cambio

Todos los líderes aspiran a dejar una huella duradera en su organización, y sus colaboradores los ven como modelos a seguir. Para maximizar el impacto de su programa wellness, es esencial seleccionar **embajadores dentro de la empresa** que actúen como verdaderos agentes de cambio.

Estos embajadores no solo representarán la cara visible del programa wellness, sino que también jugarán un papel crucial en fomentar una cultura de bienestar en toda la organización.

Al involucrar a los embajadores, no solo fortaleces la aceptación del programa, sino que también fomentas un entorno donde el bienestar se convierte en una prioridad compartida, impulsando así una transformación positiva en la cultura organizacional.

[Habla con un Experto Wellness](#)



06

## Cronograma bien estructurado

Un cronograma bien estructurado es fundamental para **maximizar la participación en tu programa wellness**. Organiza el año en fases que aborden cada uno de los pilares del bienestar.

Por ejemplo, enero puede enfocarse en la actividad física, febrero en la salud financiera, marzo en la nutrición y abril en la salud mental.

Un calendario atractivo y dinámico mantendrá un flujo constante de eventos, fomentando así el compromiso de los colaboradores. Además, este enfoque permitirá que los **colaboradores se sientan constantemente motivados y conectados con el programa**, promoviendo una cultura de bienestar integral en toda la organización.



# 07

## Evaluación constante

Realizar evaluaciones periódicas a corto y largo plazo es esencial para asegurar que el programa wellness cumpla sus objetivos. Estas evaluaciones permiten **medir el progreso y ajustar estrategias** en tiempo real.

Utiliza herramientas como encuestas de satisfacción y mediciones de asistencia para recopilar datos cualitativos y cuantitativos sobre la experiencia de los colaboradores.

El seguimiento de la participación ofrece una visión clara de lo que funciona y lo que necesita mejoras.

Indicadores como el Net Promoter Score (NPS) y el retorno de inversión (ROI), junto con el valor de la inversión (VOI), son clave para medir el impacto del programa. Esto garantiza que se mantenga relevante y efectivo, promoviendo una evolución continua del bienestar organizacional.

[Hablar con un Experto](#)



# 08

## Presupuesto adecuado

Uno de los mitos más comunes es que los programas wellness requieren grandes presupuestos. En realidad, se pueden implementar programas, eventos y retos wellness efectivos sin grandes inversiones, **priorizando las necesidades de la organización.**

Es posible ajustar la duración de las actividades, optar por opciones en línea o presenciales, y aprovechar asociaciones estratégicas. El éxito no radica en un gran presupuesto, sino en una **correcta planificación y optimización de recursos.**

[Habla con un Experto Wellness](#)





# BODY SYSTEMS CORPORATE WELLNESS

Pioneros y líderes en Programas de Wellness Corporativo desde 2007, logrando resultados como: disminución del estrés, aumento de productividad y mayor engagement de los equipos de trabajo, a través de los mejores Wellness Coaches. Contamos con una cobertura a nivel nacional.

[Habla con un Experto Wellness](#)

**Body**  
Systems  
Corporate Wellness

