

VOLKSWAGEN

DE MÉXICO

Burnout laboral en la industria automotriz: 3 estrategias de Volkswagen de México para impulsar la salud mental

- *El país es el primer lugar mundial de estrés laboral, donde el 75 por ciento de los trabajadores padecen esta condición; al emplear a casi 100 mil personas y al contar con entornos demandantes y competitivos, la industria automotriz es crítica.*
- *En respuesta, Volkswagen de México adopta estrategias integrales que incluyen el cumplimiento normativo, la práctica de mindfulness y el fomento de un liderazgo empático para mejorar el bienestar físico, emocional y mental de sus equipos.*

Puebla, Pue. a 10 de octubre de 2024. – En los recientes años la salud mental y el bienestar emocional de los colaboradores se posicionó como una de las principales preocupaciones a nivel global, sobre todo después de la pandemia, cuando el confinamiento acrecentó padecimientos como el estrés, la ansiedad y la depresión en la sociedad y el ambiente laboral. Ahora, cada vez es más frecuente el síndrome de *burnout*, también conocido como síndrome del trabajador “quemado”, del desgaste o estrés crónico por trabajo.

Esto es clave en México, posicionado actualmente como el primer país a nivel mundial con mayor estrés laboral, donde al menos el 75 por ciento de los trabajadores padece esta condición, de acuerdo con [datos](#) del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).

Para **Ricardo Guerrero Ayala, Vicepresidente de Recursos Humanos de [Volkswagen de México](#)**, la industria automotriz no está alejada de este contexto, pues al emplear a [casi](#) 100 mil personas y al contar con entornos altamente demandantes y competitivos, la salud mental se vuelve un aspecto crucial. Por ello, las empresas deben impulsar el bienestar integral de sus colaboradores, lo que no sólo mejora la calidad de vida del talento humano, sino que contribuye a tener equipos más productivos y eficientes.

Para abordar este desafío, la armadora alemana desarrolla algunas estrategias:

Evitar y controlar los riesgos psicosociales

Desde 2018, Volkswagen de México cumple con la NOM-035-STPS-2018, una normativa que establece las directrices para identificar, analizar y prevenir los factores de riesgo psicosocial, así como para promover un entorno organizacional favorable en los centros de trabajo. Esta medida no solo protege la salud mental de los colaboradores, sino que también promueve un ambiente laboral mucho más seguro.

Según la [NOM](#), los factores de riesgo psicosocial incluyen aquellos que pueden causar ansiedad, problemas de sueño, estrés grave y dificultades de adaptación. Estos riesgos pueden ser provocados por la naturaleza de las tareas, el tipo de horario laboral y la exposición a eventos traumáticos o situaciones de violencia en el trabajo. Para evitarlos son

claves la atención médica y psicológica profesional, así como evaluaciones periódicas del clima laboral, la información y la protección de la privacidad.

Mindfulness para el bienestar emocional

El *mindfulness* es una actividad o estado mental en el que la persona presta atención consciente e intencionalmente a lo que se hace en el momento, sin juzgar, ni rechazar la experiencia. En los recientes años, se ha comprobado que su incorporación a los entornos laborales mejora el bienestar físico y emocional de los colaboradores, ya que [aumenta](#) significativamente las respuestas efectivas e incrementa la capacidad de la toma de decisiones, lo cual tiene repercusiones positivas en la productividad.

Por ello, Volkswagen de México implementó una plataforma de bienestar emocional que ofrece ejercicios personalizados, lecturas, actividades y video sesiones de psicoterapia. Estas herramientas ayudan a los empleados a gestionar el estrés y mejorar su concentración, promoviendo un equilibrio entre la vida laboral y personal.

Liderazgo y programas específicos

Fomentar la protección y la corresponsabilidad en materia de salud mental es posible a través de programas específicos; por ejemplo, los dirigidos al liderazgo. De hecho, para casi el 70 por ciento de los colaboradores, su *mánager* o director inmediato tiene más impacto en su salud mental que su terapeuta o su médico, y es igual al impacto que tiene en este tema su pareja sentimental, de acuerdo [estudios](#) globales.

En conclusión, atender el bienestar laboral en la industria automotriz es clave para equilibrar la salud mental y la productividad, a través de estrategias como la prevención de riesgos psicosociales, la promoción del *mindfulness* y un liderazgo empático. Un ejemplo del reconocimiento de esto es la [certificación](#) Top Employer 2024 del Top Employers Institute, que fue otorgada este año a Volkswagen de México. Esto subraya la importancia de las buenas prácticas de personal y gestión de capital humano a nivel mundial.

-o0o-

Sobre [Volkswagen de México](#)

Las oficinas corporativas de Volkswagen de México, así como la Planta de vehículos se localizan en el Estado de Puebla, a 120 km al sureste de la Ciudad de México, donde se manufacturan los modelos Jetta, Tiguan (versión larga) y Taos. Esta fábrica, que inició sus operaciones en 1967, es una de las más grandes del Grupo Volkswagen y cuenta con todos los procesos necesarios para la fabricación de vehículos, desde el estampado hasta el ensamble final. En enero de 2013, en Silao, inició operaciones la Planta de Motores Guanajuato. Asentada sobre una superficie de 60 hectáreas, en ella se producen el motor EA211 y la tercera generación de motores EA888 para la producción de vehículos del Grupo Volkswagen en Norteamérica. Como jugador clave en la estrategia de Volkswagen a nivel mundial, en 2023 Volkswagen de México registró una producción de 349,227 vehículos en la planta de Puebla y más de 430 mil motores ensamblados en la de Guanajuato.

Las marcas del Grupo Volkswagen: Volkswagen, Volkswagen Vehículos Comerciales, SEAT, CUPRA, Audi, Bentley y Porsche, comercializaron durante el 2023 un total de 149,936 vehículos en el mercado mexicano.

Como resultado de su compromiso con el bienestar con su comunidad, ha sido reconocida entre “Los Mejores Lugares para Trabajar” por el Great Place to Work Institute (GPTW), “Mejores Lugares para Trabajar LGBTQ+ 2024” por la fundación Human Rights Campaign (HRC) y como Top Employer 2024 por Top Employer Institute por noveno año consecutivo. La Armadora fue distinguida por Merco en 2023 como la empresa con mejor reputación corporativa en el sector automotriz. Entre sus acciones de sostenibilidad, sociales y de gobierno corporativo (ESG) figuran “Way To Zero”, estrategia global que tiene el objetivo de alcanzar la neutralidad de carbono (CO₂) para 2050; “Por amor a México” y “Un día para el Futuro”, enfocados al impulso de la niñez, a

fortalecer los vínculos comunitarios y de biodiversidad a través de proyectos colaborativos con más de 300 fundaciones.

Como parte de su compromiso con las prácticas sostenibles y responsables, Volkswagen de México ha integrado los Diez Principios del Pacto Global de las Naciones Unidas en sus estrategias y operaciones, y se ha comprometido a respetar los derechos humanos y laborales, salvaguardar el medio ambiente y trabajar contra la corrupción en todas sus formas. Para obtener más información sobre el compromiso de Volkswagen de México con la sostenibilidad empresarial visita el siguiente enlace de Integridad y Cumplimiento <https://www.vw.com.mx/es/integridad-cumplimiento.html>

Para conocer más visita: www.vw.com.mx

Síguenos en:

Facebook: <https://www.facebook.com/VolkswagenMX/>

Instagram: <https://www.instagram.com/volkswagenmexico/>

X: https://twitter.com/volkswagen_mx

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/volkswagenmx/>

Contacto para prensa

René Saldaña Cortés

Comunicación Externa | Dirección de Comunicación Corporativa y Asuntos de Gobierno | Presidencia | Volkswagen de México

rene1.saldana@vw.com.mx

another

Michelle de la Torre | Sr. PR Another

Michelle.delatorre@another.co