

# Mitad de trabajadores en América Latina sufre burnout

Aproximadamente la mitad de los trabajadores en América Latina sufre burnout (agotamiento), impactando de manera significativa en la productividad y puede generar una crisis laboral, reveló la analista de investigación de la plataforma laboral Buk, Valeria Vázquez. De acuerdo con información de su estudio "Barómetro Laboral 2025", esto es un síndrome de estrés ocupacional crónico, el cual se manifiesta a través de tres síntomas principales: agotamiento persistente, despersonalización hacia el trabajo y disminución en el rendimiento. "Alrededor de 46 por ciento de los colaboradores encuestados dicen que tienen o que han sentido burnout al menos una vez en el último año". En este sentido, refirió que los colaboradores que presentan esta condición se encuentran cansados durante la mayor parte del tiempo, comienzan a perder productividad y dejan de involucrarse en la empresa. "Cuando hablamos de productividad, nos referimos a la capacidad de planificar y entregar a tiempo sus actividades, por lo que 81 por ciento de los colaboradores que reportan bajo nivel de burnout dice que cumple en tiempo y forma; pero cuando el burnout es frecuente, ese número baja a 72 por ciento, es una caída de nueve puntos porcentuales", indicó. Vázquez mencionó que en relación a

los síntomas fisiológicos y emocionales, los colaboradores que viven con burnout presentan: dolores de cabeza, problemas gastrointestinales, sueño no reparador, tristeza, desmotivación y, en consecuencia, una caída en la eficiencia del trabajo diario.

"En los casos frecuentes 40 por ciento de los empleados considera renunciar o busca activamente otro empleo, mientras que en los casos donde no hay burnout o se presenta de manera baja, sólo 19 por ciento considera irse", apuntó.

Además resaltó que las empresas que cuentan con jornadas extensas, poca flexibilidad o políticas de reconocimiento débiles, tienden a generar más esta condición, la cual es más común en maestros o personal de salud.

También subrayó que esta problemática debe escalar a los equipos directivos y a las áreas de recursos humanos, a fin de que los colaboradores sientan una mayor confianza y bienestar en su trabajo.

La analista destaca algunas recomendaciones como el fomento de un entorno con seguridad psicológica para hablar abiertamente de salud mental y realizar mediciones constantes del estado emocional de los equipos, ya que "lo que no se mide prácticamente no existe".



## 96 de cada 100 mexicanos no tienen planes funerarios

Algo es casi tan seguro como la vida: todos vamos a morir. Sin embargo, a los mexicanos no nos gusta pensar mucho en eso, de acuerdo con cifras reveladas por un reciente estudio. Se calcula que sólo cuatro de cada 100 mexicanos contrata con anticipación servicios funerarios, dejando en la indefensión y a la merced de comerciantes sin escrúpulos que se aprovechan de la necesidad de las personas. Las desgracias no avisan y lo cierto es que, en el momento de una tragedia como lo es la pérdida de un ser querido, poca gente puede afrontar con entereza tanto los gastos como los trámites necesarios para la velación.

Precisamente ese momento de vulnerabilidad hace que exista una compleja red de personas que se aprovechan de la situación, elevando varias veces más el costo de los últimos servicios rendidos a las personas. El problema no termina allí. Los trámites necesarios ante las autoridades, los permisos de inhumación y otra serie de requisitos son usados para elevar aún más las cuentas. Por esta razón, el experto recomienda ver como una inversión un plan de previsión funeraria, pues no sólo se reduce el gasto, sino que ayuda a dar paz a los deudos que lidian con el dolor que causa la pérdida.

