

There are no translations available.

Circular 2365-2022

Transcribimos a ustedes un artículo muy interesante sobre un tema de actualidad,
“Vacaciones”

El artículo fue escrito por Gerardo Hernández el 12 de diciembre del 2022, publicado en el diario “El Economista”.

Reforma de vacaciones: Ahora el reto es que las personas logren desconectarse del trabajo

“Hay dificultad para descansar y desconectarse, justo el objetivo de las vacaciones”, señala Haydeé Jaime, responsable de Estudios de Mercado Laboral de HolmesHR. De acuerdo con una encuesta de la plataforma, al menos siete de cada 10 trabajadores ha tenido que laborar durante su **período vacacional**, ya sea por temas urgentes o para revisar pendientes.

Para Rosalinda Ballesteros, directora general del Instituto de Ciencias del Bienestar y la Felicidad, esto está vinculado con una [cultura organizacional e individual](#) que impide darse un respiro, lo que se ha acentuado a raíz de la pandemia y su impacto en la disponibilidad de las personas trabajadores por la conexión a medios electrónicos.

“Las áreas de talento deben pedirle a las personas que tomen sus vacaciones, y también está el factor de que a veces las personas piensan que no pueden descansar porque **algo puede pasar en su ausencia**”, expone la especialista. En este sentido, opina, hay retos tanto para las empresas como entre

los propios empleados para que estos días realmente se traduzcan en un descanso.

El **58% de las personas** no consigue una desconexión del trabajo durante sus días de descanso, según la encuesta de HolmesHR. Entre las razones por las que los colaboradores trabajan en vacaciones se encuentra el contacto directo de la empresa para solicitar tareas, pero también el deseo de los empleados por estar al pendiente de lo que ocurre durante el período de ausencia.

“A veces creemos que el buen desempeño tiene que ver con el desgaste de las personas, relacionamos que los resultados están sujetos a estar siempre presentes y estresados, y si tienes días libres, significa que no te estás esforzando lo necesario. Hay una **percepción de los colaboradores**

a quedar mal si se desvinculan y también hay un trabajo pendiente de las empresas en concientizar a los colaboradores de que la desconexión es válida y está bien no estar disponible las 24 horas del día y los siete días de la semana”, apunta Haydeé Jaime.

De acuerdo con el informe *Falta de vacaciones 2022* de Expedia, en México hay **una serie de malos hábitos**

que contribuyen a que las personas laboren en sus días de descanso. Entre los más frecuentes destaca colocar el número telefónico en correos electrónicos mientras se está fuera de la oficina, dedicar el tiempo a un negocio alterno, participar en videollamadas y llevarse la laptop “por si acaso”.

Además de esto, **al 63% de los empleados** en nuestro país le preocupa tener una gran cantidad de trabajo al volver de sus vacaciones, otro 40% siente culpa por los compañeros que cubren el trabajo en su ausencia y un 40% adicional siente la necesidad de disculparse para tomarse un respiro.

En un contexto en el que México avanza en [duplicar el piso mínimo de vacaciones](#) , y después de cinco décadas sin modificar la prestación, las especialistas coinciden en que un gran reto para las empresas es lograr que estos días se conviertan realmente en un momento de descanso y desconexión para la fuerza laboral.

Desde la perspectiva de Rosalinda Ballesteros, la promoción que hagan las áreas de talento

para que las personas tomen vacaciones será un factor clave, pero también los **ejemplos que den los líderes**

. “A veces pensamos que mostrar que trabajamos mucho y todo el tiempo es un buen ejemplo, pero realmente los líderes deben poner el ejemplo de un descanso adecuado. Esta diferencia entre lo que decimos y lo que hacemos es lo que también causa que las personas no quieran descansar durante sus vacaciones”.

“Si estás de vacaciones y sigues trabajando, no haces bien ninguna de las dos cosas”, puntualiza Haydeé Jaime. Para la especialista, algunas de las **acciones que pueden contribuir al descanso** de las personas son: identificar las razones por las cuales las personas no toman los días y establecer una política de vacaciones que contemple desde el proceso para solicitarlas hasta cómo se distribuyen las cargas durante la ausencia.

Días de vacaciones y niveles de agotamiento

El estudio *Global Workforce of the Future* de Adecco Group muestra que la fuerza laboral percibe un deterioro en su bienestar en el último año, el responsable:

las condiciones de trabajo

. Los trabajadores más jóvenes son los que reportan mayor nivel de agotamiento.

En países como México, el **agotamiento de los trabajadores** tiene un mayor impacto debido al rezago en días de vacaciones. “Lapsos tan cortos de vacaciones pueden ser un problema para la competitividad de las empresas y del país. Un mercado laboral ineficiente es muy costoso. Las ineficacias llevan a pérdidas económicas y ahora nos tenemos que enfocar en los colaboradores”, señala Salvador de Antuñano, director de Recursos Humanos de la firma.

En línea con esto, el ejecutivo considera que las empresas tienen que **animar a los trabajadores** a usar sus vacaciones anuales. “Crear una cultura de confianza, estabilidad, y permitir las bajas por salud mental, son tres medidas básicas que las empresas deben aplicar para apoyar el bienestar de los trabajadores”.

El descanso es indispensable para la productividad, agrega Rosalinda Ballesteros. La especialista puntualiza que después de trabajar de manera continua, especialmente en un entorno de alto nivel de estrés o en proyectos complejos, es **necesario tomar un respiro** para

ser más productivos.

“Tenemos una tendencia a pensar que los **períodos de productividad** son infinitos, pero en realidad no es así. El que existan las vacaciones es benéfico tanto para las personas como para las organizaciones”, apunta.

“Unámonos más que nunca en un Gran Acuerdo Por México”