

Fecha: 08-04-2013

Lectoría: 172.212

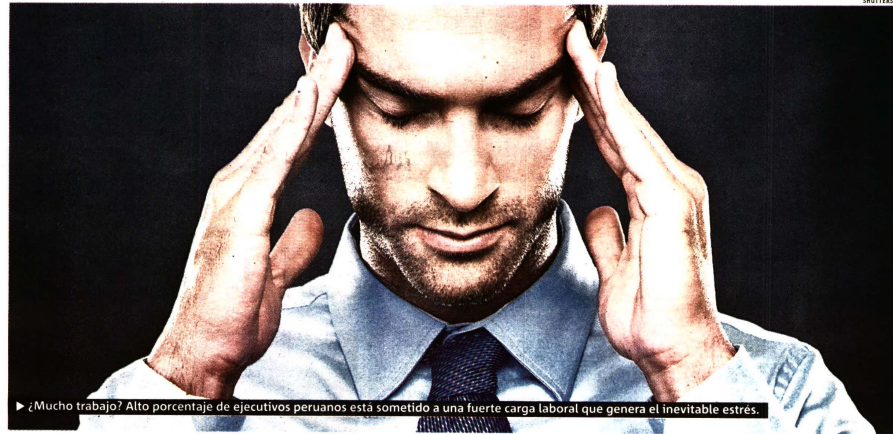
Alto/Ancho(cm) 27.78 x 21.68

Medio: Publimetro

Sección Espectáculos

Página 15

◉ Tres de cada diez ejecutivos peruanos sienten que no pueden pasar tiempo en familia por el trabajo excesivo, según Ipsos Perú ◉ Casi la mitad no tiene tiempo para jugar con sus hijos ◉ Alfredo Torres explica que tanto desgaste termina afectando el éxito profesional



► ¿Mucho trabajo? Alto porcentaje de ejecutivos peruanos está sometido a una fuerte carga laboral que genera el inevitable estrés.

Ejecutivos atrapados por el trabajo

El 30% de los ejecutivos peruanos siente que no disfruta de su vida familiar a plenitud por la alta carga de trabajo, según reciente estudio de Ipsos Perú.

"Estos ejecutivos trabajan en promedio unas 10 horas al día. El desafío para ellos es encontrar un balance entre el éxito laboral y la satisfacción familiar. Están en un entorno muy competitivo, pues sienten que pueden ser superados por otras empresas o por sus propios compañeros", afirma Alfredo Torres, presidente de Ipsos Perú.

Torres explica que la tecnología, en parte, con-



tribuye al estrés laboral. "Con los blackberry, los ejecutivos revisan sus correos incluso al momento de irse a dormir y antes de levantarse", explica.

Las consecuencias de esta adicción al trabajo son diversas. Además de no tener suficiente tiempo para estar con la familia o la pareja, se pueden desarrollar diversas enfermedades.

"Uno no tiene que contestar el celular por temas laborales en las horas de descanso. El trabajo es un medio y no un fin para la felicidad".

ALFREDO TORRES, PRESIDENTE DE IPSOS PERÚ

"El estrés laboral puede ocasionar un bajo desempeño y problemas de salud como surmenage, depresión, presión alta y reacciones psicósomáticas. Hay que saber administrar las prioridades y entender que el propio éxito profesional se dañará si se des-

cuida la salud", comenta.

Torres señala que el manejo del estrés es clave. En ese sentido, indica que hay compañías que aplican el horario de verano -por ejemplo, no se trabaja los viernes por la tarde- para que los ejecutivos pasen más tiempo en familia.

"Además, hay empresas que introducen actividades como baloterapia, masajes y yoga para combatir el estrés entre sus trabajadores. Esto empezó con las transnacionales, pero ya hay empresas peruanas que lo hacen", finaliza.



PIERRE GUTIÉRREZ
PGUTIERREZ@PUBLIMETRO.PE

Workaholics

Un porcentaje considerable de ejecutivos no tiene tiempo para su familia.

