

# PROGRAMA WELLNESS EXITOSO 8 CLAVES ESENCIALES

**Body**  
Systems  
CorporateWellness





# 8 claves para el éxito

Para que un programa wellness sea exitoso, es fundamental combinar liderazgo, estrategia y ejecución. No olvides que la persistencia es clave. Puede que no lo logres a la primera, pero con constancia conseguirás el apoyo de la dirección y el compromiso de los colaboradores para alcanzar tus metas de bienestar.

Te compartimos las 8 claves estratégicas para implementar o fortalecer 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

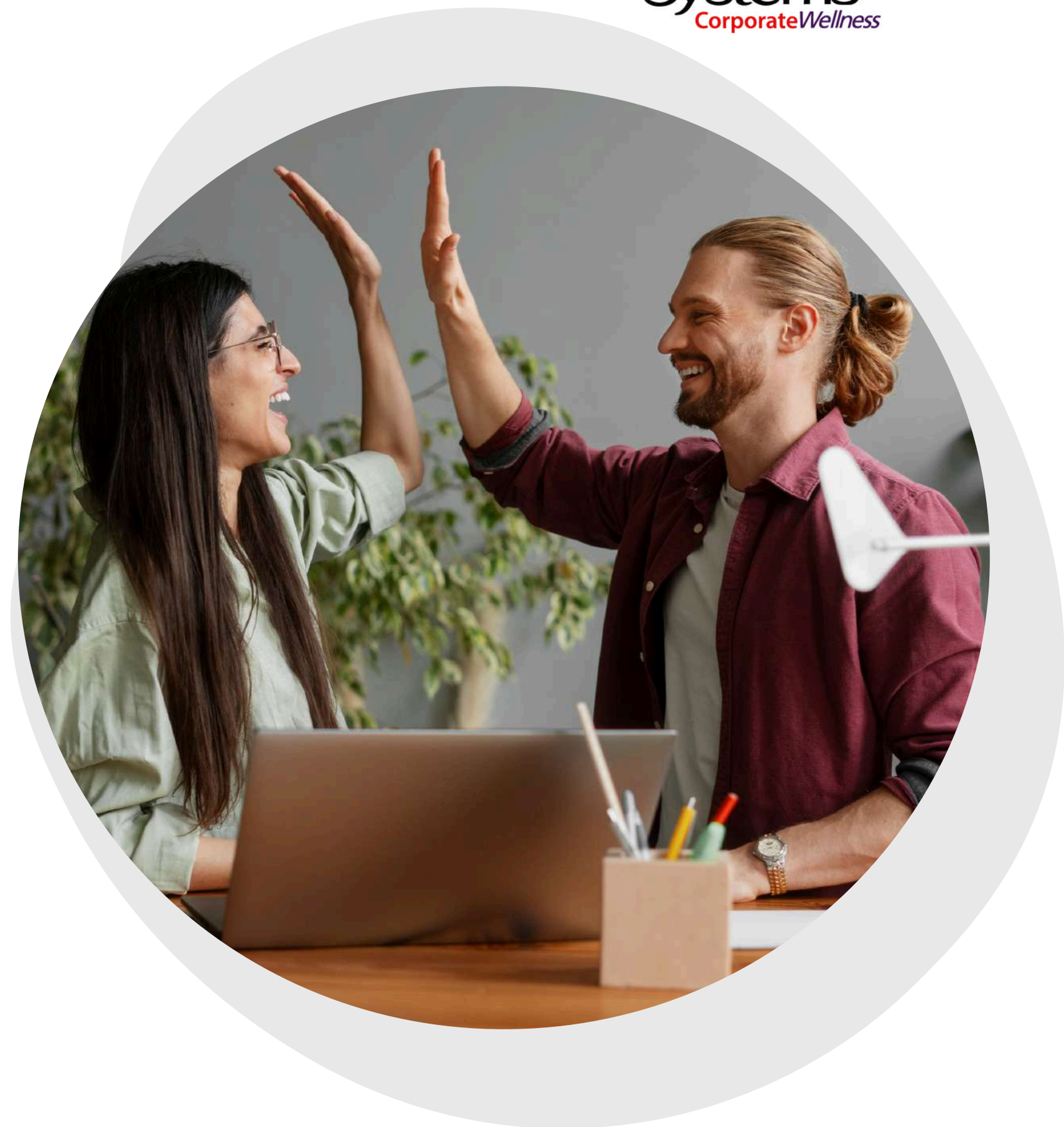
**08** Presupuesto optimizado

## Primero lo primero: Implicación de los líderes

Primero, lo esencial: la participación de los líderes. Para que cualquier iniciativa de bienestar tenga éxito, es crucial contar con el apoyo de los líderes. Si quieres que el cambio se dé de manera efectiva, lo primero es involucrar a la alta dirección y luego extenderlo a toda la organización.

Julie Wilkes, experta en personas, cultura y bienestar en Accenture, señala que el éxito se logra al conseguir el compromiso de los líderes, mostrándoles cómo el bienestar no solo beneficia a la empresa, sino también a sus colaboradores.

[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 te 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 Wellness](#)



# 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 tu 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 Wellness](#)



# 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](#)



## Conclusión

- **El compromiso de los líderes es esencial para el éxito de cualquier programa wellness.** Comenzar desde arriba y demostrar cómo el bienestar impacta positivamente en la empresa es clave para asegurar la aceptación de la iniciativa. Con un enfoque centrado en los objetivos organizacionales y un respaldo sólido basado en datos, el programa wellness puede integrarse de manera eficaz y generar resultados significativos.
- **Un programa wellness efectivo requiere una planificación estratégica y un enfoque integral.** Desde los pilares fundamentales (físico, mental, nutricional y financiero) hasta la modalidad Omniwellness, es crucial adaptar la oferta a las necesidades de los colaboradores y mantener una comunicación constante. Además, la implicación de embajadores dentro de la organización refuerza la cultura de bienestar y asegura la participación activa.
- **La evaluación continua y una correcta gestión del presupuesto son esenciales para el éxito a largo plazo.** Realizar mediciones periódicas permite ajustar estrategias y mantener la relevancia del programa. No se trata de grandes presupuestos, sino de optimizar recursos y ofrecer soluciones adecuadas a las necesidades de los colaboradores, asegurando así el retorno de inversión y el impacto positivo en la organización.





# 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

