

## **Alianza para la Depresión enseña a directivos españoles a combatir el estrés de los trabajadores**

MADRID, 2 Dic. (EUROPA PRESS) - La Alianza para la Depresión, junto con la Fundación Humanae y Lundbeck España, han debatido esta mañana con un grupo de directivos expertos en Recursos Humanos y gestión empresarial, sobre el estado de ánimo en el trabajo, la salud laboral en las empresas y los aspectos que conviene cuidar para evitar que la el estrés y la depresión siga aumentando y perjudique aún más la situación económica. "En el estrés, lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario; y esto puede y debe aprenderse", asegura el presidente de la Alianza para la Depresión, Jaime Smith, para quien el control y el conocimiento de las emociones constituyen elementos necesarios para hacerse resistente en el ámbito laboral. "Equipo sano puede superar casi cualquier dificultad", afirma Smith, quien ha pues ejemplos donde la fuerza de la solidaridad, el compañerismo y el afecto entre seres humanos han permitido el crecimiento y la superación de grandes dificultades. La gerente de Fundación Humanae, Reyes Rite, ha señalado que "estamos en un momento de innovación y cambio de paradigma a nivel general". "Las cuatro P'S del mapa que enmarcan este cambio, también en el área de la salud, las tenemos implantadas e integradas en los servicios que prestamos en la Fundación Humanae" señala Reyes. Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en Recursos Humanos de importantes empresas como Lundbeck, Grupo DIA, Laboratorios Rovi, Idealista, Adams, Seguros Pelayo, Monster, J&A; Garrigues, entre otros, y Asociación de Empresarias de Madrid (ASEME). El desayuno informativo ha contado con la colaboración de la compañía farmacéutica danesa Lundbeck ([www.lundbeck.com](http://www.lundbeck.com)), dedicada exclusivamente a investigar y desarrollar fármacos para las enfermedades del Sistema Nervioso Central (SNS), entre las que destacan la depresión, la ansiedad, el trastorno obsesivo compulsivo, la Enfermedad de Alzheimer y la Enfermedad de Parkinson.

03.12.10

---

## Directivos y expertos en RRHH debaten sobre el ánimo empresarial

**Recursos Humanos Digital.** Alianza para la Depresión, junto con la **Fundación Humanae y Lundbeck España**, han debatido esta mañana con un grupo de directivos expertos en **Recursos Humanos** y gestión empresarial, sobre el estado de ánimo en el trabajo, la salud laboral en las empresas y los aspectos que conviene cuidar para evitar que la depresión siga aumentando y perjudique aún más la situación económica. La depresión es la enfermedad que más crece, a un ritmo preocupante, según la OMS.

¿Cómo favorecer una personalidad resistente frente a las dificultades y el estrés? ¿Qué hacer cuando la depresión ha entrado en la plantilla de una empresa? ¿Cómo gestionarlo internamente con el equipo, para evitar que la enfermedad se alargue y contribuir a la recuperación de los afectados? Los datos son escandalosos: la depresión crece a un ritmo preocupante en los últimos años, y se sabe que esta crisis económica ha hecho que la situación se agrave, también en España.

La Fundación Humanae y Alianza para la Depresión ([www.fundacionhumanae.org](http://www.fundacionhumanae.org))-galardonada en 2004 con el prestigioso premio Ashoka, por su labor humanitaria en importantes empresas españolas y la puesta en marcha de grupos de autoayuda para combatir la ansiedad, el estrés y la depresión- han debatido esta mañana sobre estos importantes asuntos que minan la competitividad y el ánimo actualmente en España. Lo han hecho con líderes empresariales, preocupados y sensibles en cuestiones de empleo y salud.

La ONG Alianza para la Depresión, fundada y presidida por Jaime Smith, ha contribuido en los últimos años a salvar situaciones difíciles en grandes compañías y cuenta con larga experiencia clínica en materia de depresión: "En el estrés, lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario", asegura Jaime Smith, "y esto puede y debe aprenderse", asegura.

El control y el conocimiento de las emociones constituyen elementos necesarios para hacerse resistente en el ámbito laboral, para saber gestionar los sentimientos que favorecen o perjudican los ambientes laborales. "Existen emociones positivas y negativas; las empresas tienen la necesidad de eliminar estas últimas y de impulsar las primeras" para salir adelante y crecer aseguran desde la Fundación Humanae.



Jaime Smith, autor del bestseller *El Dolor de Alma* (Alianza editorial) considera que un "equipo sano puede superar casi cualquier dificultad" y pone ejemplos históricos, donde la fuerza de la solidaridad, el compañerismo y el afecto entre seres humanos han permitido el crecimiento y la superación de grandes dificultades.

"¿Con qué se cura el dolor del alma?", se pregunta Jaime Smith, "el cuerpo está muy bien organizado, pero es cierto el dicho de Blaise Pascal: el corazón tiene razones que la razón ignora; por eso las soluciones han de ser personalizadas", señala Reyes Rite, gerente de la Fundación Humanae y experta en coaching empresarial.

Reyes Rite comenta asimismo, que en la Fundación Humanae trabajan coordinadamente un equipo de profesionales expertos en distintas áreas del desarrollo humano y de la neurociencia, poniendo al servicio de la organización los recursos clínicos de la psiquiatría y de la psicología humanista-positiva, junto con los recursos del coaching con PNL personal y ejecutivo. Esta forma de trabajar permite alcanzar resultados óptimos.

"Estamos en un momento de innovación y cambio de paradigma a nivel general. Las cuatro P'S del mapa que enmarcan este cambio, también en el área de la salud, las tenemos implantadas e integradas en los servicios que prestamos en la Fundación Humanae" señala Reyes. "Nuestro trabajo en las organizaciones es: personalizado, predictivo, preventivo y participativo".

Desde la Fundación Humanae, promotora junto con Alianza para la Depresión de este encuentro de debate e intercambio de opiniones, aseguran que existen técnicas muy eficaces para fomentar los factores positivos, y que son precisamente ahora, más necesarias que nunca.

El Gobierno francés ha dado recientemente un ultimátum a las empresas de más de mil empleados para que presenten un plan contra la ansiedad, el estrés y la depresión en el trabajo. En España, asegura Jaime Smith, la incertidumbre empresarial, la pérdida de empleo y la situación de deterioro económico constituyen un problema a tener muy en cuenta.

El desayuno informativo ha contado con la colaboración de la compañía farmacéutica danesa Lundbeck. Es la única compañía farmacéutica del mundo dedicada exclusivamente a investigar y desarrollar fármacos para las enfermedades del Sistema Nervioso Central, entre las que destacan la depresión, la ansiedad, el trastorno obsesivo compulsivo, la Enfermedad de Alzheimer y la Enfermedad de Parkinson.

El 70 por ciento de la compañía está en manos de la Fundación Lundbeck –que gestiona la empresa y la dota de fondos económicos para I+D-. La Fundación además tiene como objetivo el desarrollo de programas de formación y divulgación sobre las enfermedades del SNC, de manera independiente a las acciones comerciales de la compañía.

Por tanto, Lundbeck realiza acciones de divulgación con el fin de mejorar el nivel de conocimiento social sobre las enfermedades del Sistema Nervioso Central y el diagnóstico de las mismas, y evitar los estereotipos, prejuicios y discriminación que tienen algunas de estas patologías.

Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en **Recursos Humanos** de importantes empresas como **Lundbeck, Grupo DIA, Laboratorios Rovi, Idealista, Adams, Seguros Pelayo, Monster, J&A Garrigues, entre otros, y ASEME (Asociación de Empresarias de Madrid).**



<http://www.rrhhdigital.com/ampliada.php?sec=45&id=73378>

03.12.10

## Por la crisis en Europa aumenta la depresión en el lugar del trabajo

**Alianza para la Depresión**, junto con la **Fundación Humanae** y **Lundbeck España**, han debatido esta mañana con un grupo de directivos expertos en Recursos Humanos y gestión empresarial, sobre el estado de ánimo en el trabajo, la salud laboral en las empresas y los aspectos que conviene cuidar para evitar que la depresión siga aumentando y perjudique aún más la situación económica. La depresión es la enfermedad que más crece, a un ritmo preocupante, según la OMS.

**¿Cómo favorecer una personalidad resistente frente a las dificultades y el estrés? ¿Qué hacer cuando la depresión ha entrado en la plantilla de una empresa? ¿Cómo gestionarlo internamente con el equipo, para evitar que la enfermedad se alargue y contribuir a la recuperación de los afectados?** Los datos son escandalosos: la depresión crece a un ritmo preocupante en los últimos años, y se sabe que esta crisis económica ha hecho que la situación se agrave, también en España.

La [Fundación Humanae](#) y Alianza para la Depresión, (galardonada en 2004 con el prestigioso premio Ashoka, por su labor humanitaria en importantes empresas españolas y la puesta en marcha de grupos de autoayuda para combatir la ansiedad, el estrés y la depresión) han debatido esta mañana sobre estos temas que minan la competitividad en España. Lo han hecho con líderes empresariales, preocupados y sensibles en cuestiones de empleo y salud.



La ONG Alianza para la Depresión, fundada y presidida por Jaime Smith, ha contribuido en los últimos años a salvar situaciones difíciles en grandes compañías y cuenta con larga experiencia clínica en materia de depresión: "En el estrés, lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario", asegura Jaime Smith, "y esto puede y debe aprenderse", asegura.

El control y el conocimiento de las emociones constituyen elementos necesarios para hacerse resistente en el ámbito laboral, para saber gestionar los sentimientos que favorecen o perjudican los ambientes laborales. "Existen emociones positivas y negativas; las empresas tienen la necesidad de eliminar estas últimas y de impulsar las primeras" para salir adelante y crecer aseguran desde la Fundación Humanae.

Jaime Smith, autor del bestseller *El Dolor de Alma* (Alianza editorial) considera que un "equipo sano puede superar casi cualquier dificultad" y pone ejemplos históricos, donde la fuerza de la solidaridad, el compañerismo y el afecto entre seres humanos han permitido el crecimiento y la superación de grandes dificultades.

“El cuerpo está muy bien organizado, pero es cierto el dicho de Blaise Pascal: el corazón tiene razones que la razón ignora; por eso las soluciones han de ser personalizadas”, señala Reyes Rite, gerente de la Fundación Humanae y experta en coaching empresarial.

Reyes Rite comenta asimismo, que en la Fundación Humanae trabajan coordinadamente un equipo de profesionales expertos en distintas áreas del desarrollo humano y de la neurociencia, poniendo al servicio de la organización los recursos clínicos de la psiquiatría y de la psicología humanista-positiva, junto con los recursos del coaching con PNL personal y ejecutivo. Esta forma de trabajar permite alcanzar resultados óptimos.

“Estamos en un momento de innovación y cambio de paradigma a nivel general. Las cuatro P del mapa que enmarcan este cambio, también en el área de la salud, las tenemos implantadas e integradas en los servicios que prestamos en la Fundación Humanae” señala Reyes. “Nuestro trabajo en las organizaciones es: **personalizado, predictivo, preventivo y participativo**”.

Desde la Fundación Humanae, promotora junto con Alianza para la Depresión de este encuentro de debate e intercambio de opiniones, aseguran que existen técnicas muy eficaces para fomentar los factores positivos, y que son precisamente ahora, más necesarias que nunca.

El Gobierno francés ha dado recientemente un ultimátum a las empresas de más de mil empleados para que presenten un plan contra la ansiedad, el estrés y la depresión en el trabajo. En España, asegura Jaime Smith, la incertidumbre empresarial, la pérdida de empleo y la situación de deterioro económico constituyen un problema a tener muy en cuenta.

El desayuno informativo ha contado con la colaboración de la compañía farmacéutica danesa [Lundbeck](#). Es la única compañía farmacéutica del mundo dedicada exclusivamente a investigar y desarrollar fármacos para las enfermedades del Sistema Nervioso Central, entre las que destacan la depresión, la ansiedad, el trastorno obsesivo compulsivo, la Enfermedad de Alzheimer y la Enfermedad de Parkinson.

El 70 por ciento de la compañía está en manos de la Fundación Lundbeck –que gestiona la empresa y la dota de fondos económicos para I+D-. La Fundación además tiene como objetivo el desarrollo de programas de formación y divulgación sobre las enfermedades del SNC, de manera independiente a las acciones comerciales de la compañía.

Por tanto, Lundbeck realiza acciones de divulgación con el fin de mejorar el nivel de conocimiento social sobre las enfermedades del Sistema Nervioso Central y el diagnóstico de las mismas, y evitar los estereotipos, prejuicios y discriminación que tienen algunas de estas patologías.

Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en Recursos Humanos de importantes empresas como Lundbeck, Grupo DIA, Laboratorios Rovi, Idealista, Adams, Seguros Pelayo, Monster, J&A Garrigues, entre otros, y ASEME (Asociación de Empresarias de Madrid).

<http://www.losrecursoshumanos.com/contenidos/7636-por-la-crisis-en-europa-aumenta-la-depresion-en-el-lugar-del-trabajo-.html>



03.12.10

---

### **Alianza para la Depresión y Fundación Humanae ‘El ánimo empresarial’**

Alianza para la Depresión, junto con la Fundación Humanae y Lundbeck España, debatieron ayer por la mañana con un grupo de directivos expertos en Recursos Humanos y gestión empresarial, sobre el estado de ánimo en el trabajo, la salud laboral en las empresas y los aspectos que conviene cuidar para evitar que la depresión siga aumentando y perjudique aún más la situación económica. La depresión es la enfermedad que más crece, a un ritmo preocupante, según la OMS.

¿Cómo favorecer una personalidad resistente frente a las dificultades y el estrés? ¿Qué hacer cuando la depresión ha entrado en la plantilla de una empresa? ¿Cómo gestionarlo internamente con el equipo, para evitar que la enfermedad se alargue y contribuir a la recuperación de los afectados? Los datos son escandalosos: la depresión crece a un ritmo preocupante en los últimos años, y se sabe que esta crisis económica ha hecho que la situación se agrave, también en España.

La Fundación Humanae y Alianza para la Depresión ([www.fundacionhumanae.org](http://www.fundacionhumanae.org))-galardonada en 2004 con el prestigioso premio Ashoka, por su labor humanitaria en importantes empresas españolas y la puesta en marcha de grupos de autoayuda para combatir la ansiedad, el estrés y la depresión- han debatido esta mañana sobre estos importantes asuntos que minan la competitividad y el ánimo actualmente en España. Lo han hecho con líderes empresariales, preocupados y sensibles en cuestiones de empleo y salud.

La ONG Alianza para la Depresión, fundada y presidida por Jaime Smith, ha contribuido en los últimos años a salvar situaciones difíciles en grandes compañías y cuenta con larga experiencia clínica en materia de depresión: “En el estrés, lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario”, asegura Jaime Smith, “y esto puede y debe aprenderse”, asegura.

El control y el conocimiento de las emociones constituyen elementos necesarios para hacerse resistente en el ámbito laboral, para saber gestionar los sentimientos que favorecen o perjudican los ambientes laborales. “Existen emociones positivas y negativas; las empresas tienen la necesidad de eliminar estas últimas y de impulsar las primeras” para salir adelante y crecer aseguran desde la Fundación Humanae.

Jaime Smith, autor del bestseller *El Dolor de Alma* (Alianza editorial) considera que un “equipo sano puede superar casi cualquier dificultad” y pone ejemplos históricos, donde la fuerza de la solidaridad, el compañerismo y el afecto entre seres humanos han permitido el crecimiento y la superación de grandes dificultades.

“¿Con qué se cura el dolor del alma?”, se pregunta Jaime Smith, “el cuerpo está muy bien organizado, pero es cierto el dicho de Blaise Pascal: el corazón tiene razones que la razón ignora; por eso las soluciones han de ser personalizadas”, señala Reyes Rite, gerente de la Fundación Humanae y experta en coaching empresarial.

Reyes Rite comenta asimismo, que en la Fundación Humanae trabajan coordinadamente un equipo de profesionales expertos en distintas áreas del desarrollo humano y de la neurociencia, poniendo al servicio de la organización los recursos clínicos de la psiquiatría y de la psicología humanista-positiva, junto con los recursos del coaching con PNL personal y ejecutivo. Esta forma de trabajar permite alcanzar resultados óptimos.

“Estamos en un momento de innovación y cambio de paradigma a nivel general. Las cuatro P’S del mapa que enmarcan este cambio, también en el área de la salud, las tenemos implantadas e integradas en los servicios que prestamos en la Fundación Humanae” señala Reyes. “Nuestro trabajo en las organizaciones es: personalizado, predictivo, preventivo y participativo”.

Desde la Fundación Humanae, promotora junto con Alianza para la Depresión de este encuentro de debate e intercambio de opiniones, aseguran que existen técnicas muy eficaces para fomentar los factores positivos, y que son precisamente ahora, más necesarias que nunca.

El Gobierno francés ha dado recientemente un ultimátum a las empresas de más de mil empleados para que presenten un plan contra la ansiedad, el estrés y la depresión en el trabajo. En España, asegura Jaime Smith, la incertidumbre empresarial, la pérdida de empleo y la situación de deterioro económico constituyen un problema a tener muy en cuenta.

El desayuno informativo ha contado con la colaboración de la compañía farmacéutica danesa Lundbeck ([www.lundbeck.com](http://www.lundbeck.com)). Es la única compañía farmacéutica del mundo dedicada exclusivamente a investigar y desarrollar fármacos para las enfermedades del Sistema Nervioso Central, entre las que destacan la depresión, la ansiedad, el trastorno obsesivo compulsivo, la Enfermedad de Alzheimer y la Enfermedad de Parkinson.

El 70 por ciento de la compañía está en manos de la Fundación Lundbeck –que gestiona la empresa y la dota de fondos económicos para I+D-. La Fundación además tiene como objetivo el desarrollo de programas de formación y divulgación sobre las enfermedades del SNC, de manera independiente a las acciones comerciales de la compañía.

Por tanto, Lundbeck realiza acciones de divulgación con el fin de mejorar el nivel de conocimiento social sobre las enfermedades del Sistema Nervioso Central y el diagnóstico de las mismas, y evitar los estereotipos, prejuicios y discriminación que tienen algunas de estas patologías.

Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en Recursos Humanos de importantes empresas como Lundbeck, Grupo DIA, Laboratorios Rovi, Idealista, Adams, Seguros Pelayo, Monster, J&A Garrigues, entre otros, y ASEME (Asociación de Empresarias de Madrid).

[http://www.humanaia.tv/noticia\\_el\\_animo\\_empresarial](http://www.humanaia.tv/noticia_el_animo_empresarial)

03.12.10

---

## ¿Cómo combatir el estrés y la ansiedad en el trabajo?



Alianza para la Depresión, junto con la Fundación Humanae y Lundbeck España, han debatido esta mañana con un grupo de directivos expertos en Recursos Humanos y gestión empresarial, sobre el **estado** de ánimo en el trabajo, la salud laboral en las empresas y los aspectos que conviene cuidar para evitar que la depresión siga aumentando y perjudique aún más la situación económica. La depresión es la enfermedad que más crece, a un ritmo preocupante, según la OMS. ¿Cómo favorecer una personalidad resistente frente a las dificultades y el estrés? ¿Qué hacer cuando la depresión ha entrado en la plantilla de una empresa? ¿Cómo gestionarlo internamente con el equipo, para evitar que la enfermedad se alargue y contribuir a la recuperación de los afectados? Los datos son escandalosos: la depresión crece a un ritmo preocupante en los últimos años, y se sabe que esta crisis económica ha hecho que la situación se agrave, también en España. La Fundación Humanae y Alianza para la Depresión ([www.fundacionhumanae.org](http://www.fundacionhumanae.org))-galardonada en 2004 con el prestigioso premio Ashoka, por su labor humanitaria en importantes empresas españolas y la puesta en marcha de grupos de autoayuda para combatir la ansiedad, el estrés y la depresión- han debatido esta mañana sobre estos importantes asuntos que minan la competitividad y el ánimo actualmente en España. Lo han hecho con líderes empresariales, preocupados y sensibles en cuestiones de empleo y salud. La ONG Alianza para la Depresión, fundada y presidida por Jaime Smith, ha contribuido en los últimos años a salvar situaciones difíciles en grandes compañías y cuenta con larga experiencia clínica en materia de depresión: "En el estrés, lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario", asegura Jaime Smith, "y esto puede y debe aprenderse", asegura. El control y el conocimiento de las emociones constituyen elementos necesarios para hacerse resistente en el ámbito laboral, para saber gestionar los sentimientos que favorecen o perjudican los ambientes laborales. "Existen emociones positivas y negativas; las empresas tienen la necesidad de eliminar estas últimas y de impulsar las primeras" para salir adelante y crecer aseguran desde la Fundación Humanae.

Jaime Smith, autor del bestseller *El Dolor de Alma* (Alianza editorial) considera que un "equipo sano puede superar casi cualquier dificultad" y pone ejemplos históricos,

donde la fuerza de la solidaridad, el compañerismo y el afecto entre seres humanos han permitido el crecimiento y la superación de grandes dificultades. "¿Con qué se cura el dolor del alma?", se pregunta Jaime Smith, "el cuerpo está muy bien organizado, pero es cierto el dicho de Blaise Pascal: el corazón tiene razones que la razón ignora; por eso las soluciones han de ser personalizadas", señala Reyes Rite, gerente de la Fundación Humanae y experta en coaching empresarial.

Reyes Rite comenta asimismo, que en la Fundación Humanae trabajan coordinadamente un equipo de profesionales expertos en distintas áreas del desarrollo humano y de la neurociencia, poniendo al servicio de la organización los recursos clínicos de la psiquiatría y de la psicología humanista-positiva, junto con los recursos del coaching con PNL personal y ejecutivo. Esta forma de trabajar permite alcanzar resultados óptimos.

"Estamos en un momento de innovación y cambio de paradigma a nivel general. Las cuatro P'S del mapa que enmarcan este cambio, también en el área de la salud, las tenemos implantadas e integradas en los servicios que prestamos en la Fundación Humanae" señala Reyes. "Nuestro trabajo en las organizaciones es: personalizado, predictivo, preventivo y participativo".

Desde la Fundación Humanae, promotora junto con Alianza para la Depresión de este encuentro de debate e intercambio de opiniones, aseguran que existen técnicas muy eficaces para fomentar los factores positivos, y que son precisamente ahora, más necesarias que nunca.

El Gobierno francés ha dado recientemente un ultimátum a las empresas de más de mil empleados para que presenten un plan contra la ansiedad, el estrés y la depresión en el trabajo. En España, asegura Jaime Smith, la incertidumbre empresarial, la pérdida de empleo y la situación de deterioro económico constituyen un problema a tener muy en cuenta.

El desayuno informativo ha contado con la colaboración de la compañía farmacéutica danesa Lundbeck ([www.lundbeck.com](http://www.lundbeck.com)). Es la única compañía farmacéutica del mundo dedicada exclusivamente a investigar y desarrollar fármacos para las enfermedades del Sistema Nervioso Central, entre las que destacan la depresión, la ansiedad, el trastorno obsesivo compulsivo, la Enfermedad de Alzheimer y la Enfermedad de Parkinson. El 70 por ciento de la compañía está en manos de la Fundación Lundbeck –que gestiona la empresa y la dota de fondos económicos para I+D-. La Fundación además tiene como objetivo el desarrollo de programas de formación y divulgación sobre las enfermedades del SNC, de manera independiente a las acciones comerciales de la compañía.

Por tanto, Lundbeck realiza acciones de divulgación con el fin de mejorar el nivel de conocimiento social sobre las enfermedades del Sistema Nervioso Central y el diagnóstico de las mismas, y evitar los estereotipos, prejuicios y discriminación que tienen algunas de estas patologías.

Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en Recursos Humanos de importantes empresas como Lundbeck, Grupo DIA, Laboratorios Rovi, Idealista, Adams, Seguros Pelayo, Monster, J&A Garrigues, entre otros, y ASEME (Asociación de Empresarias de Madrid).

\*Ponentes principales y organizadores:

- Jaime Smtih, presidente y fundador de Alianza para la Depresión.
- Rafaela Santos, presidenta de Fundación Humanae.
- Reyes Rite, gerente de Fundación Humanae y experta en Coaching empresarial

\*Directivos asistentes y participantes en el debate:

- Ramón González, Anna M<sup>a</sup> Raya y Carmen Carrasco, LUNDBECK
- Javier Angulo, Laboratorios Rovi
- Marina Gómez Redondo, Grupo DIA
- Javier Villalba, Seguros Pelayo
- Beatriz Alonso, gerente de ASEME (Asociación de Mujeres empresarias de Madrid)
- Paloma Esteban, ADAMS
- Miriam Broncano, Idealista
- Célia Diaz, J & A Garrigues
- Elena Alonso, Medialuna
- Laura Caja, Monster
- Teresa Pascual, escritora experta en nuevas tecnologías y empleo

<http://es.paperblog.com/como-combatir-el-estres-y-la-ansiedad-en-el-trabajo-351632/>

03.12.10

---

## Empresas saludables

Según datos de la OMS, las principales causas de mortalidad en el mundo, en edad laboral y por este orden, son las cardiopatías, la depresión y los accidentes de tráfico. En los próximos años, se preve que una de cada cuatro personas padecerán depresión en el mundo; es decir, un 25%.

Según la OIT, la depresión nos cuesta 745 millones de euros en el año, correspondiendo el 46,5% a costes indirectos y el 53,5% a costes directos.

Según Gallup, el 80% de las personas manifestamos síntomas de estrés, en mayor o menor medida, si bien las bajas por depresión se cifran entre un 15% y un 20%.

Entre otros, son algunos de los datos –tomados a vuela pluma- que esta mañana ha expuesto, en la Asociación de la Prensa, la psiquiatra Rafaela Santos, Presidenta Ejecutiva de la Fundación Humanae, en un desayuno\* de trabajo al que hemos sido concitados un grupo de profesionales, vinculados a la gestión de personas.

De los programas que la Fundación Humanae desarrolla, concretamente el denominado "Alianza para la depresión" está dirigido a servir de ayuda a las empresas en una doble vertiente: por un lado brindar un servicio terapéutico orientado a tratar dicha enfermedad; del otro, ofrecer una metodología, a la medida de las necesidades de la empresa, para prevenirla, contribuir a generar un clima saludable y, en definitiva, ahorrar el coste que esta enfermedad representa.

Sin duda, para mi una propuesta de valor, apoyada en la experiencia clínica, bajo un enfoque multidisciplinar, afianzada en una metodología probada y orientada a un retorno de la inversión que no sólo se puede cuantificar en términos económicos.

No conocía ni este enfoque ni esta propuesta, ambos tangibles y asequibles, con absoluta correspondencia con diferentes posicionamientos en materia de Responsabilidad Social y, en este caso, por partida doble, pues los fondos recaudados vía servicio sirven para financiar esta ONG. ¿Recuerdan ustedes las conclusiones del 45º Congreso Internacional de AEDIPE? "Felicidad en el trabajo: clave de la competitividad y sostenibilidad".

¿Cómo define su marca interna? ¿Cuáles son sus atributos principales? ¿En qué se concreta su propuesta de valor? Cite sus cuatro ejes de posicionamiento responsable, ¿qué hechos los acreditan?

Repasen ustedes sus cifras, hagan balance de sus bajas por enfermedad, discriminándolas en función de su etiología, y realicen el cálculo. Hagan repaso de sus políticas de gestión de personas y anoten su correspondencia con el marco de Responsabilidad Corporativa (RC) que hayan definido. Revisen su cultura de empresa, los resultados de sus encuestas de clima y las anotaciones que puedan extraer del Great Place To Work. Reconsideren su política de beneficios sociales y conceptualícenlos desde una perspectiva RC. Saquen sus propias conclusiones.

A raíz del debate suscitado esta mañana, me planteo numerosas cuestiones.

¿Tienen las empresas alguna responsabilidad sobre las vidas y estados de ánimo de los trabajadores?

Es obvio que cada persona somos responsables de atender y dirigir nuestras vidas sobre la base de lo que nos parezca mejor para los nuestros y para nosotros mismos. Nos educamos, nos formamos y reformamos, intentamos llevar hábitos de vida saludable... Sin duda. Pero ¿Y las empresas? ¿Tienen alguna responsabilidad que asumir de cara a la mejora de la calidad de vida de los profesionales que en ellas trabajan? ¿O no?

En mi opinión, tienen una gran responsabilidad; de hecho algunas se asumen: seguridad e higiene en el trabajo, prevención de riesgos laborales, formación y desarrollo, etcétera.

Si adoptamos un paradigma de gestión de Responsabilidad Social Empresarial, no me cabe duda de que la observancia de medidas encaminadas a mejorar la calidad de vida de los trabajadores es una responsabilidad inherente e irrenunciable, indelegable, que necesariamente han de asumir las empresas como eje de su ética empresarial. No en vano –no me canso de decirlo-, empleados y trabajadores son el principal activo de las empresas y resulta necesario gestionar perfectamente dicho capital si se pretende rentabilizar.

Cuando hablo de empresas me estoy refiriendo a directivos y mandos, pues son éstos quienes orientan el estilo a adoptar, quienes inspiran políticas y toman decisiones; en fin, quienes hacen de la empresa lo que la empresa sea. Es decir, son quienes recrean el ecosistema que se respira en sus dependencias. Los últimos responsables; para bien o para mal.

Es verdad que no todos los profesionales reaccionamos de la misma manera ante situaciones iguales, semejantes o parecidas. Es verdad que nuestra personalidad premórbida, nuestros componentes psicoafectivos, nuestro bagaje experiencial, nuestro perfil competencial... marcan una diferencia. Es cierto que nuestras percepciones, que los grados de resistencia a la frustración y que nuestra capacidad de resiliencia no son los mismos. Somos individuos y de ello surge la diversidad. ¿Podría ser de otro modo?

Pero no deja de ser cierto que existen empresas tóxicas, que todos conocemos ambientes nocivos y que se dan situaciones laborales y profesionales que están en el origen de numerosas disfunciones y desadaptaciones personales que terminan desembocando en variadas patologías y que representan unos costes que trascienden a la nómina de la empresa y a la cuenta de resultados. Alguien ha de asumir la responsabilidad de que esto suceda.

Retomando un extremo, creo que no está tan alejado el caso de France Telecom. ¿Son los trabajadores menos resilientes la causa de su suicidio? Probablemente haya que repartir la responsabilidad, cuando menos, al 50% entre nuestras responsabilidades personales y la de los directivos que ni previenen ni corrigen tales estados de situación.

Las mujeres y los hombres de empresa tenemos que dejar de hablar y empezar a asumir nuestra responsabilidad para construir empresas verdaderamente responsables en las que represente un orgullo trabajar y contribuyan a recrear un mundo mejor.

La crisis de valores en el mundo y el triunfo de los antivalores también han calado en las empresas. Organizaciones en las que seguimos hablando de la crisis como si no nos correspondiera, también, invertir la situación. Por el contrario, pocas son las que han dado el paso de renovarse, muy pocas las que han removido sus cimientos, han archivado los manuales de management de siglos pasados y han dado el paso de redefinir sus modelos de negocio anclados en las viejas y vetustas reglas del mercantilismo. Resulta más fácil dejarse llevar por la inercia y esperar a que otros cambien el marco de relaciones.

Pero ¡Oído! Este marco no está cambiando; ya ha cambiado. Y los trabajadores tienen (tenemos) mucho que aportar para sanear y reinventar las viejas fórmulas para hacer negocios.

Un apunte final. Si están interesados en conocer de primera mano el planteamiento que les ofrece Fundación Humanae, pueden dirigirse a [info@fundacionhumanae.org](mailto:info@fundacionhumanae.org) o telefonar al número 91 154.13.15. Quizá encuentren una nueva manera de empezar a poner distancia con sus competidores.

© jvillalba

- Desayuno promovido por la [Fundación Humanae](#), organizado por Media luna y subvencionado por [Lundbeck](#). Coordinación: Mercedes Pescador, Directora General, [MediaLuna](#).

<http://jvillalba.wordpress.com/2010/12/02/empresas-saludables/>

# NOTICIAS DE SALUD

UN BLOG CON NOTICIAS DE ACTUALIDAD RELACIONADAS CON EL MUNDO DE LA SALUD. NOVEDADES, ENCUESTAS, ESTUDIOS, INFORMES, ENTREVISTAS. CON UN SENCILLO LENGUAJE DIRIGIDO A TODO EL MUNDO. Y ALGUNOS CONSEJOS TURÍSTICOS PARA PASARLO BIEN

03.12.10

## ¿Cómo combatir el estrés y la ansiedad en el trabajo?



Alianza para la Depresión, junto con la Fundación Humanae y Lundbeck España, han debatido esta mañana con un grupo de directivos expertos en Recursos Humanos y gestión empresarial, sobre el **estado** de ánimo en el trabajo, la salud laboral en las empresas y los aspectos que conviene cuidar para evitar que la depresión siga aumentando y perjudique aún más la situación económica. La depresión es la enfermedad que más crece, a un ritmo preocupante, según la OMS. ¿Cómo favorecer una personalidad resistente frente a las dificultades y el estrés? ¿Qué hacer cuando la depresión ha entrado en la plantilla de una empresa? ¿Cómo gestionarlo internamente con el equipo, para evitar que la enfermedad se alargue y contribuir a la recuperación de los afectados? Los datos son escandalosos: la depresión crece a un ritmo preocupante en los últimos años, y se sabe que esta crisis económica ha hecho que la situación se agrave, también en España. La Fundación Humanae y Alianza para la Depresión ([www.fundacionhumanae.org](http://www.fundacionhumanae.org))-galardonada en 2004 con el prestigioso premio Ashoka, por su labor humanitaria en importantes empresas españolas y la puesta en marcha de grupos de autoayuda para combatir la ansiedad, el estrés y la depresión- han debatido esta mañana sobre estos importantes asuntos que minan la competitividad y el ánimo actualmente en España. Lo han hecho con líderes empresariales, preocupados y sensibles en cuestiones de empleo y salud. La ONG Alianza para la Depresión, fundada y presidida por Jaime Smith, ha contribuido en los últimos años a salvar situaciones difíciles en grandes compañías y cuenta con larga experiencia clínica en materia de depresión: "En el estrés, lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario", asegura Jaime Smith, "y esto puede y debe aprenderse", asegura. El control y el conocimiento de las emociones constituyen elementos necesarios para hacerse resistente en el ámbito laboral, para saber gestionar los sentimientos que favorecen o perjudican los ambientes laborales. "Existen emociones positivas y negativas; las empresas tienen la necesidad de eliminar estas últimas y de impulsar las primeras" para salir adelante y crecer aseguran desde la Fundación Humanae.

Jaime Smith, autor del bestseller *El Dolor de Alma* (Alianza editorial) considera que un "equipo sano puede superar casi cualquier dificultad" y pone ejemplos históricos,

donde la fuerza de la solidaridad, el compañerismo y el afecto entre seres humanos han permitido el crecimiento y la superación de grandes dificultades. "¿Con qué se cura el dolor del alma?", se pregunta Jaime Smith, "el cuerpo está muy bien organizado, pero es cierto el dicho de Blaise Pascal: el corazón tiene razones que la razón ignora; por eso las soluciones han de ser personalizadas", señala Reyes Rite, gerente de la Fundación Humanae y experta en coaching empresarial.

Reyes Rite comenta asimismo, que en la Fundación Humanae trabajan coordinadamente un equipo de profesionales expertos en distintas áreas del desarrollo humano y de la neurociencia, poniendo al servicio de la organización los recursos clínicos de la psiquiatría y de la psicología humanista-positiva, junto con los recursos del coaching con PNL personal y ejecutivo. Esta forma de trabajar permite alcanzar resultados óptimos.

"Estamos en un momento de innovación y cambio de paradigma a nivel general. Las cuatro P'S del mapa que enmarcan este cambio, también en el área de la salud, las tenemos implantadas e integradas en los servicios que prestamos en la Fundación Humanae" señala Reyes. "Nuestro trabajo en las organizaciones es: personalizado, predictivo, preventivo y participativo".

Desde la Fundación Humanae, promotora junto con Alianza para la Depresión de este encuentro de debate e intercambio de opiniones, aseguran que existen técnicas muy eficaces para fomentar los factores positivos, y que son precisamente ahora, más necesarias que nunca.

El Gobierno francés ha dado recientemente un ultimátum a las empresas de más de mil empleados para que presenten un plan contra la ansiedad, el estrés y la depresión en el trabajo. En España, asegura Jaime Smith, la incertidumbre empresarial, la pérdida de empleo y la situación de deterioro económico constituyen un problema a tener muy en cuenta.

El desayuno informativo ha contado con la colaboración de la compañía farmacéutica danesa Lundbeck ([www.lundbeck.com](http://www.lundbeck.com)). Es la única compañía farmacéutica del mundo dedicada exclusivamente a investigar y desarrollar fármacos para las enfermedades del Sistema Nervioso Central, entre las que destacan la depresión, la ansiedad, el trastorno obsesivo compulsivo, la Enfermedad de Alzheimer y la Enfermedad de Parkinson. El 70 por ciento de la compañía está en manos de la Fundación Lundbeck –que gestiona la empresa y la dota de fondos económicos para I+D-. La Fundación además tiene como objetivo el desarrollo de programas de formación y divulgación sobre las enfermedades del SNC, de manera independiente a las acciones comerciales de la compañía.

Por tanto, Lundbeck realiza acciones de divulgación con el fin de mejorar el nivel de conocimiento social sobre las enfermedades del Sistema Nervioso Central y el diagnóstico de las mismas, y evitar los estereotipos, prejuicios y discriminación que tienen algunas de estas patologías.

Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en Recursos Humanos de importantes empresas como Lundbeck, Grupo DIA, Laboratorios Rovi, Idealista, Adams, Seguros Pelayo, Monster, J&A Garrigues, entre otros, y ASEME (Asociación de Empresarias de Madrid).

\*Ponentes principales y organizadores:

- Jaime Smtih, presidente y fundador de Alianza para la Depresión.
- Rafaela Santos, presidenta de Fundación Humanae.
- Reyes Rite, gerente de Fundación Humanae y experta en Coaching empresarial

\*Directivos asistentes y participantes en el debate:

- Ramón González, Anna M<sup>a</sup> Raya y Carmen Carrasco, LUNDBECK
- Javier Angulo, Laboratorios Rovi
- Marina Gómez Redondo, Grupo DIA
- Javier Villalba, Seguros Pelayo
- Beatriz Alonso, gerente de ASEME (Asociación de Mujeres empresarias de Madrid)
- Paloma Esteban, ADAMS
- Miriam Broncano, Idealista
- Célia Diaz, J & A Garrigues
- Elena Alonso, Medialuna
- Laura Caja, Monster
- Teresa Pascual, escritora experta en nuevas tecnologías y empleo

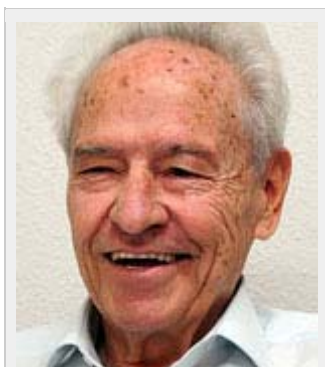
<http://noticiadesalud.blogspot.com/2010/12/como-combatir-el-estres-y-la-ansiedad.html>

ALIANZA PARA LA DEPRESIÓN Y FUNDACIÓN HUMANA E

## Una asociación enseña a directivos a manejar el estrés en las empresas

Insta a los gerentes a actuar antes de que la enfermedad potencie las consecuencias de la crisis

La Alianza para la Depresión, junto con la Fundación Humanae y Lundbeck España, han debatido este jueves con un grupo de directivos expertos en Recursos Humanos y gestión empresarial, sobre el estado de ánimo en el trabajo, la salud laboral en las empresas y los aspectos que conviene cuidar para evitar que el estrés y la depresión siga aumentando y perjudique aún más la situación económica.



**Jaime Smith,**  
**presidente de**  
**Alianza para la**  
**Depresión.**

“En el estrés, lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario; y esto puede y debe aprenderse”, asegura el presidente de la Alianza para la Depresión, Jaime Smith, para quien el control y el conocimiento de las emociones constituyen elementos necesarios para hacerse resistente en el ámbito laboral.

“Equipo sano puede superar casi cualquier dificultad”, afirma Smith, quien ha pues ejemplos donde la fuerza de la solidaridad, el compañerismo y el afecto entre seres humanos han permitido el crecimiento y la superación de grandes dificultades.

La gerente de Fundación Humanae, Reyes Rite, ha señalado que “estamos en un momento de innovación y cambio de paradigma a nivel general”. “Las cuatro “P” del mapa que enmarcan este cambio, también en el área de la salud, las tenemos implantadas e integradas en los servicios que prestamos en la Fundación Humanae” señala Reyes.

Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en Recursos Humanos de importantes empresas como Lundbeck, Grupo DIA, Laboratorios Rovi, Idealista, Adams, Seguros Pelayo, Monster, J & A Garrigues, entre otros, y Asociación de Empresarias de Madrid (Aseme). El desayuno informativo ha contado con la colaboración de la compañía farmacéutica danesa Lundbeck, dedicada en exclusiva a investigar y desarrollar fármacos para las enfermedades del Sistema Nervioso Central (SNS), entre las que destacan la depresión, la ansiedad, el trastorno obsesivo compulsivo, la Enfermedad de Alzheimer y la Enfermedad de Parkinson.

03.12.10

---

### ¿Cómo combatir el estrés y la ansiedad en el trabajo?

Aprender a administrar el tiempo, favorecer la personalidad resistente y fomentar las emociones positivas frente a las negativas, algunas de las necesidades imperiosas, según Alianza para la Depresión y la Fundación La depresión crece a un ritmo preocupante y resulta vital combatirla en el ámbito del trabajo

Alianza para la Depresión, junto con la Fundación Humanae y Lundbeck España, han debatido esta mañana con un grupo de directivos expertos en Recursos Humanos y gestión empresarial, sobre el estado de ánimo en el trabajo, la salud laboral en las empresas y los aspectos que conviene cuidar para evitar que la depresión siga aumentando y perjudique aún más la situación económica. La depresión es la enfermedad que más crece, a un ritmo preocupante, según la OMS.

¿Cómo favorecer una personalidad resistente frente a las dificultades y el estrés? ¿Qué hacer cuando la depresión ha entrado en la plantilla de una empresa? ¿Cómo gestionarlo internamente con el equipo, para evitar que la enfermedad se alargue y contribuir a la recuperación de los afectados? Los datos son escandalosos: la depresión crece a un ritmo preocupante en los últimos años, y se sabe que esta crisis económica ha hecho que la situación se agrave, también en España.

La Fundación Humanae y Alianza para la Depresión ([www.fundacionhumanae.org](http://www.fundacionhumanae.org))- galardonada en 2004 con el prestigioso premio Ashoka, por su labor humanitaria en importantes empresas españolas y la puesta en marcha de grupos de autoayuda para combatir la ansiedad, el estrés y la depresión- han debatido esta mañana sobre estos importantes asuntos que minan la competitividad y el ánimo actualmente en España. Lo han hecho con líderes empresariales, preocupados y sensibles en cuestiones de empleo y salud.

La ONG Alianza para la Depresión, fundada y presidida por Jaime Smith, ha contribuido en los últimos años a salvar situaciones difíciles en grandes compañías y cuenta con larga experiencia clínica en materia de depresión: "En el estrés, lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario", asegura Jaime Smith, "y esto puede y debe aprenderse", asegura.

El control y el conocimiento de las emociones constituyen elementos necesarios para hacerse resistente en el ámbito laboral, para saber gestionar los sentimientos que favorecen o perjudican los ambientes laborales. "Existen emociones positivas y negativas; las empresas tienen la necesidad de eliminar estas últimas y de impulsar las primeras" para salir adelante y crecer aseguran desde la Fundación Humanae.

Jaime Smith, autor del bestseller *El Dolor de Alma* (Alianza editorial) considera que un "equipo sano puede superar casi cualquier dificultad" y pone ejemplos históricos, donde la fuerza de la solidaridad, el compañerismo y el afecto entre seres humanos han permitido el crecimiento y la superación de grandes dificultades.

"¿Con qué se cura el dolor del alma?", se pregunta Jaime Smith, "el cuerpo está muy bien organizado, pero es cierto el dicho de Blaise Pascal: el corazón tiene razones que la razón ignora; por eso las soluciones han de ser personalizadas", señala Reyes Rite, gerente de la Fundación Humanae y experta en coaching empresarial.

Reyes Rite comenta asimismo, que en la Fundación Humanae trabajan coordinadamente un equipo de profesionales expertos en distintas áreas del desarrollo humano y de la neurociencia, poniendo al servicio de la organización los recursos clínicos de la psiquiatría y de la psicología humanista-positiva, junto con los recursos del coaching con PNL personal y ejecutivo. Esta forma de trabajar permite alcanzar resultados óptimos.

“Estamos en un momento de innovación y cambio de paradigma a nivel general. Las cuatro P’S del mapa que enmarcan este cambio, también en el área de la salud, las tenemos implantadas e integradas en los servicios que prestamos en la Fundación Humanae” señala Reyes. “Nuestro trabajo en las organizaciones es: personalizado, predictivo, preventivo y participativo”.

Desde la Fundación Humanae, promotora junto con Alianza para la Depresión de este encuentro de debate e intercambio de opiniones, aseguran que existen técnicas muy eficaces para fomentar los factores positivos, y que son precisamente ahora, más necesarias que nunca.

El Gobierno francés ha dado recientemente un ultimátum a las empresas de más de mil empleados para que presenten un plan contra la ansiedad, el estrés y la depresión en el trabajo. En España, asegura Jaime Smith, la incertidumbre empresarial, la pérdida de empleo y la situación de deterioro económico constituyen un problema a tener muy en cuenta.

El desayuno informativo ha contado con la colaboración de la compañía farmacéutica danesa Lundbeck ([www.lundbeck.com](http://www.lundbeck.com)). Es la única compañía farmacéutica del mundo dedicada exclusivamente a investigar y desarrollar fármacos para las enfermedades del Sistema Nervioso Central, entre las que destacan la depresión, la ansiedad, el trastorno obsesivo compulsivo, la Enfermedad de Alzheimer y la Enfermedad de Parkinson.

El 70 por ciento de la compañía está en manos de la Fundación Lundbeck –que gestiona la empresa y la dota de fondos económicos para I+D-. La Fundación además tiene como objetivo el desarrollo de programas de formación y divulgación sobre las enfermedades del SNC, de manera independiente a las acciones comerciales de la compañía.

Por tanto, Lundbeck realiza acciones de divulgación con el fin de mejorar el nivel de conocimiento social sobre las enfermedades del Sistema Nervioso Central y el diagnóstico de las mismas, y evitar los estereotipos, prejuicios y discriminación que tienen algunas de estas patologías.

Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en Recursos Humanos de importantes empresas como Lundbeck, Grupo DIA, Laboratorios Rovi, Idealista, Adams, Seguros Pelayo, Monster, J&A Garrigues, entre otros, y ASEME (Asociación de Empresarias de Madrid).

<http://www.medicina21.com/doc.php?op=prensa2&id=2441>

03.12.10

## Estrés y Ansiedad, enemigo a batir en el trabajo



La depresión crece a un ritmo preocupante y resulta vital combatirla en el ámbito del trabajo. Esta misma mañana directivos y expertos en Recursos Humanos y gestión empresarial han debatido junto a los responsables de las organizaciones **Alianza para la Depresión**, [Fundación Humanae](#) y [Lundbeck España](#) sobre el **estado de ánimo en el trabajo**, la **salud laboral en las empresas** y los aspectos que conviene cuidar para evitar que la depresión siga aumentando y perjudique aún más la situación económica. La depresión es la enfermedad que más crece, a un ritmo preocupante, según la OMS.

¿Cómo favorecer una personalidad resistente frente a las dificultades y el estrés? ¿Qué hacer cuando la depresión ha entrado en la plantilla de una empresa? ¿Cómo gestionarlo internamente con el equipo, para evitar que la enfermedad se alargue y contribuir a la recuperación de los afectados? Los datos son escandalosos: la depresión crece a un ritmo preocupante en los últimos años, y se sabe que esta crisis económica ha hecho que la situación se agrave, también en España.

La [Fundación Humanae y Alianza para la Depresión](#) (galardonada en 2004 con el prestigioso [premio Ashoka](#), por su labor humanitaria en importantes empresas españolas y la puesta en marcha de grupos de autoayuda para combatir la ansiedad, el estrés y la depresión) han debatido esta mañana sobre estos importantes asuntos que **minan la competitividad** y el ánimo actualmente en España. Lo han hecho con líderes empresariales, preocupados y sensibles en cuestiones de **empleo y salud**.

Jaime Smith, de la ONG Alianza para la Depresión asegura que *“En el estrés, lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario, y esto puede y debe aprenderse”*.

El **control y el conocimiento** de las emociones constituyen elementos necesarios para hacerse resistente en el ámbito laboral, para **saber gestionar los sentimientos** que favorecen o perjudican los ambientes laborales. *“Existen emociones positivas y negativas; las empresas tienen la necesidad de eliminar estas últimas y de impulsar las primeras”* para salir adelante y crecer aseguran desde la **Fundación Humanae**.

**Jaime Smith** considera que un *“equipo sano puede superar casi cualquier dificultad”* y ha puesto ejemplos históricos, donde la **fuerza de la solidaridad**, el compañerismo y el afecto entre seres humanos han permitido el crecimiento y la superación de grandes dificultades.

*“¿Con qué se cura el dolor del alma?”,* se pregunta Jaime Smith, *“el cuerpo está muy bien organizado, pero es cierto el dicho de Blaise Pascal: el corazón tiene razones que la razón ignora; por eso las soluciones han de ser personalizadas”*, señala **Reyes Rite**, gerente de la Fundación Humanae y experta en coaching empresarial.

*“Estamos en un momento de innovación y cambio de paradigma a nivel general. Las cuatro P'S del mapa que enmarcan este cambio, también en el área de la salud, las tenemos implantadas e integradas en los servicios que prestamos en la Fundación Humanae”* señala **Reyes**. *“Nuestro trabajo en las organizaciones es: personalizado, predictivo, preventivo y participativo”*.

Desde la Fundación Humanae, promotora junto con Alianza para la Depresión de este encuentro de debate e intercambio de opiniones, aseguran que existen técnicas muy eficaces para fomentar los factores positivos, y que son precisamente ahora, más necesarias que nunca.

El Gobierno francés ha dado recientemente un ultimátum a las empresas de más de mil empleados para que presenten un plan contra la ansiedad, el estrés y la depresión en el trabajo. En España, asegura Jaime Smith, la incertidumbre empresarial, la pérdida de empleo y la situación de deterioro económico constituyen un problema a tener muy en cuenta.

El desayuno informativo ha contado con la colaboración de la compañía farmacéutica danesa Lundbeck ([www.lundbeck.com](http://www.lundbeck.com)). Es la única compañía farmacéutica del mundo dedicada exclusivamente a investigar y desarrollar fármacos para las enfermedades del Sistema Nervioso Central, entre las que destacan la depresión, la ansiedad, el trastorno obsesivo compulsivo, la Enfermedad de Alzheimer y la Enfermedad de Parkinson.

El 70 por ciento de la compañía está en manos de la Fundación Lundbeck –que gestiona la empresa y la dota de fondos económicos para I+D-. La Fundación además tiene como objetivo el desarrollo de programas de formación y divulgación sobre las enfermedades del SNC, de manera independiente a las acciones comerciales de la compañía.

Por tanto, Lundbeck realiza acciones de divulgación con el fin de mejorar el nivel de conocimiento social sobre las enfermedades del Sistema Nervioso Central y el diagnóstico de las mismas, y evitar los estereotipos, prejuicios y discriminación que tienen algunas de estas patologías.

Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en Recursos Humanos de importantes empresas como Lundbeck, Grupo DIA, Laboratorios Rovi,

Idealista, Adams, Seguros Pelayo, Monster, J&A Garrigues, entre otros, y ASEME (Asociación de Empresarias de Madrid).

Ponentes principales y organizadores:

- Jaime Smtih, presidente y fundador de Alianza para la Depresión.
- Rafaela Santos, presidenta de Fundación Humanae.
- Reyes Rite, gerente de Fundación Humanae y experta en Coaching empresarial

Directivos asistentes y participantes en el debate:

- Ramón González, Anna María Raya y Carmen Carrasco, LUNDBECK
- Javier Angulo, Laboratorios Rovi
- Marina Gómez Redondo, Grupo DIA
- Javier Villalba, Seguros Pelayo
- Beatriz Alonso, gerente de ASEME (Asociación de Mujeres empresarias de Madrid)
- Paloma Esteban, ADAMS
- Miriam Broncano, Idealista
- Célia Díaz, J & A Garrigues
- Elena Alonso, Medialuna
- Laura Caja, Monster
- Teresa Pascual, escritora experta en nuevas tecnologías y empleo

<http://www.reclutando.net/estres-y-ansiedad-enemigo-a-batir-en-el-trabajo/#more-2497>

03.12.10

---

## El estrés y la ansiedad, aspectos a combatir en el trabajo



Alianza para la Depresión, Fundación Humanae y Lundbeck España han debatido esta mañana con un grupo de directivos expertos en RRHH sobre el estado de ánimo en el trabajo y los aspectos a cuidar para evitar la depresión.

Los datos demuestran que la depresión crece a un ritmo preocupante en los últimos años, agravada por la crisis. Por ello, la **Fundación Humanae** y **Alianza para la Depresión** han debatido esta mañana sobre estos asuntos que habitan en la competitividad y el ánimo en **España**.

Por su parte, **Humanae** asegura que el control de las emociones es un elemento necesario para hacerse resistente en el ámbito laboral, eliminando las emociones negativas e impulsando las positivas. Por ello aseguran que existen técnicas muy eficaces para fomentar estos últimos factores positivos.

La ONG **Alianza para la Depresión**, fundada y presidida por **Jaime Smith**, afirma que en el estrés lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario, lo cual debe aprenderse. **Smith** considera que un equipo sano puede superar casi cualquier dificultad.

Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en Recursos Humanos de importantes empresas como **Lundbeck**, **Grupo DIA**, **Laboratorios Rovi**, **Idealista**, **Adams**, **Seguros Pelayo**, **Monster**, **J&A Garrigues**, entre otros, y **ASEME**.



03.12.10

## Directivos y expertos en RRHH debaten sobre el ánimo empresarial

Alianza para la Depresión, junto con la **Fundación Humanae y Lundbeck España**, han debatido esta mañana con un grupo de directivos expertos en **Recursos Humanos** y gestión empresarial, sobre el estado de ánimo en el trabajo, la salud laboral en las empresas y los aspectos que conviene cuidar para evitar que la depresión siga aumentando y perjudique aún más la situación económica. La depresión es la enfermedad que más crece, a un ritmo preocupante, según la OMS.

¿Cómo favorecer una personalidad resistente frente a las dificultades y el estrés? ¿Qué hacer cuando la depresión ha entrado en la plantilla de una empresa? ¿Cómo gestionarlo internamente con el equipo, para evitar que la enfermedad se alargue y contribuir a la recuperación de los afectados? Los datos son escandalosos: la depresión crece a un ritmo preocupante en los últimos años, y se sabe que esta crisis económica ha hecho que la situación se agrave, también en España.

La Fundación Humanae y Alianza para la Depresión ([www.fundacionhumanae.org](http://www.fundacionhumanae.org))-galardonada en 2004 con el prestigioso premio Ashoka, por su labor humanitaria en importantes empresas españolas y la puesta en marcha de grupos de autoayuda para combatir la ansiedad, el estrés y la depresión- han debatido esta mañana sobre estos importantes asuntos que minan la competitividad y el ánimo actualmente en España. Lo han hecho con líderes empresariales, preocupados y sensibles en cuestiones de empleo y salud.



La ONG Alianza para la Depresión, fundada y presidida por Jaime Smith, ha contribuido en los últimos años a salvar situaciones difíciles en grandes compañías y cuenta con larga experiencia clínica en materia de depresión: “En el estrés, lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario”, asegura Jaime Smith, “y esto puede y debe aprenderse”, asegura.

El control y el conocimiento de las emociones constituyen elementos necesarios para hacerse resistente en el ámbito laboral, para saber gestionar los sentimientos que favorecen o perjudican los ambientes laborales. “Existen emociones positivas y negativas; las empresas tienen la necesidad de eliminar estas últimas y de impulsar las primeras” para salir adelante y crecer aseguran desde la Fundación Humanae.

Jaime Smith, autor del bestseller *El Dolor de Alma* (Alianza editorial) considera que un “equipo sano puede superar casi cualquier dificultad” y pone ejemplos históricos, donde la fuerza de la solidaridad, el compañerismo y el afecto entre seres humanos han permitido el crecimiento y la superación de grandes dificultades.

“¿Con qué se cura el dolor del alma?”, se pregunta Jaime Smith, “el cuerpo está muy bien organizado, pero es cierto el dicho de Blaise Pascal: el corazón tiene razones que la razón ignora; por eso las soluciones han de ser personalizadas”, señala Reyes Rite, gerente de la Fundación Humanae y experta en coaching empresarial.

Reyes Rite comenta asimismo, que en la Fundación Humanae trabajan coordinadamente un equipo de profesionales expertos en distintas áreas del desarrollo humano y de la neurociencia, poniendo al servicio de la organización los recursos clínicos de la psiquiatría y de la psicología humanista-positiva, junto con los recursos del coaching con PNL personal y ejecutivo. Esta forma de trabajar permite alcanzar resultados óptimos.

“Estamos en un momento de innovación y cambio de paradigma a nivel general. Las cuatro P'S del mapa que enmarcan este cambio, también en el área de la salud, las tenemos implantadas e integradas en los servicios que prestamos en la Fundación Humanae” señala Reyes. “Nuestro trabajo en las organizaciones es: personalizado, predictivo, preventivo y participativo”.

Desde la Fundación Humanae, promotora junto con Alianza para la Depresión de este encuentro de debate e intercambio de opiniones, aseguran que existen técnicas muy eficaces para fomentar los factores positivos, y que son precisamente ahora, más necesarias que nunca.

El Gobierno francés ha dado recientemente un ultimátum a las empresas de más de mil empleados para que presenten un plan contra la ansiedad, el estrés y la depresión en el trabajo. En España, asegura Jaime Smith, la incertidumbre empresarial, la pérdida de empleo y la situación de deterioro económico constituyen un problema a tener muy en cuenta.

El desayuno informativo ha contado con la colaboración de la compañía farmacéutica danesa [Lundbeck](#). Es la única compañía farmacéutica del mundo dedicada exclusivamente a investigar y desarrollar fármacos para las enfermedades del Sistema Nervioso Central, entre las que destacan la depresión, la ansiedad, el trastorno obsesivo compulsivo, la Enfermedad de Alzheimer y la Enfermedad de Parkinson.

El 70 por ciento de la compañía está en manos de la Fundación Lundbeck –que gestiona la empresa y la dota de fondos económicos para I+D-. La Fundación además tiene como objetivo el desarrollo de programas de formación y divulgación sobre las enfermedades del SNC, de manera independiente a las acciones comerciales de la compañía.

Por tanto, Lundbeck realiza acciones de divulgación con el fin de mejorar el nivel de conocimiento social sobre las enfermedades del Sistema Nervioso Central y el diagnóstico de las mismas, y evitar los estereotipos, prejuicios y discriminación que tienen algunas de estas patologías.

Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en **Recursos Humanos** de importantes empresas como **Lundbeck, Grupo DIA, Laboratorios Rovi, Idealista, Adams, Seguros Pelayo, Monster, J&A Garrigues, entre otros, y ASEME (Asociación de Empresarias de Madrid)**.

<http://elnuevoparquet.com/redsocial/pruebas/2010/12/03/directivos-y-expertos-en-rrhh-debaten-sobre-el-animo-empresarial/>



03.12.10

## Directivos y expertos en RRHH debaten sobre el ánimo empresarial

Alianza para la Depresión, junto con la **Fundación Humanae y Lundbeck España**, han debatido esta mañana con un grupo de directivos expertos en **Recursos Humanos** y gestión empresarial, sobre el estado de ánimo en el trabajo, la salud laboral en las empresas y los aspectos que conviene cuidar para evitar que la depresión siga aumentando y perjudique aún más la situación económica. La depresión es la enfermedad que más crece, a un ritmo preocupante, según la OMS.

¿Cómo favorecer una personalidad resistente frente a las dificultades y el estrés? ¿Qué hacer cuando la depresión ha entrado en la plantilla de una empresa? ¿Cómo gestionarlo internamente con el equipo, para evitar que la enfermedad se alargue y contribuir a la recuperación de los afectados? Los datos son escandalosos: la depresión crece a un ritmo preocupante en los últimos años, y se sabe que esta crisis económica ha hecho que la situación se agrave, también en España.

La Fundación Humanae y Alianza para la Depresión ([www.fundacionhumanae.org](http://www.fundacionhumanae.org))-galardonada en 2004 con el prestigioso premio Ashoka, por su labor humanitaria en importantes empresas españolas y la puesta en marcha de grupos de autoayuda para combatir la ansiedad, el estrés y la depresión- han debatido esta mañana sobre estos importantes asuntos que minan la competitividad y el ánimo actualmente en España. Lo han hecho con líderes empresariales, preocupados y sensibles en cuestiones de empleo y salud.



La ONG Alianza para la Depresión, fundada y presidida por Jaime Smith, ha contribuido en los últimos años a salvar situaciones difíciles en grandes compañías y cuenta con larga experiencia clínica en materia de depresión: "En el estrés, lo que cuenta es la administración del tiempo, saber distinguir lo urgente, de lo importante y lo prioritario", asegura Jaime Smith, "y esto puede y debe aprenderse", asegura.

El control y el conocimiento de las emociones constituyen elementos necesarios para hacerse resistente en el ámbito laboral, para saber gestionar los sentimientos que favorecen o perjudican los ambientes laborales. "Existen emociones positivas y negativas; las empresas tienen la necesidad de eliminar estas últimas y de impulsar las primeras" para salir adelante y crecer aseguran desde la Fundación Humanae.

Jaime Smith, autor del bestseller *El Dolor de Alma* (Alianza editorial) considera que un "equipo sano puede superar casi cualquier dificultad" y pone ejemplos históricos, donde la fuerza de la solidaridad, el compañerismo y el afecto entre seres humanos han permitido el crecimiento y la superación de grandes dificultades.

“¿Con qué se cura el dolor del alma?”, se pregunta Jaime Smith, “el cuerpo está muy bien organizado, pero es cierto el dicho de Blaise Pascal: el corazón tiene razones que la razón ignora; por eso las soluciones han de ser personalizadas”, señala Reyes Rite, gerente de la Fundación Humanae y experta en coaching empresarial.

Reyes Rite comenta asimismo, que en la Fundación Humanae trabajan coordinadamente un equipo de profesionales expertos en distintas áreas del desarrollo humano y de la neurociencia, poniendo al servicio de la organización los recursos clínicos de la psiquiatría y de la psicología humanista-positiva, junto con los recursos del coaching con PNL personal y ejecutivo. Esta forma de trabajar permite alcanzar resultados óptimos.

“Estamos en un momento de innovación y cambio de paradigma a nivel general. Las cuatro P'S del mapa que enmarcan este cambio, también en el área de la salud, las tenemos implantadas e integradas en los servicios que prestamos en la Fundación Humanae” señala Reyes. “Nuestro trabajo en las organizaciones es: personalizado, predictivo, preventivo y participativo”.

Desde la Fundación Humanae, promotora junto con Alianza para la Depresión de este encuentro de debate e intercambio de opiniones, aseguran que existen técnicas muy eficaces para fomentar los factores positivos, y que son precisamente ahora, más necesarias que nunca.

El Gobierno francés ha dado recientemente un ultimátum a las empresas de más de mil empleados para que presenten un plan contra la ansiedad, el estrés y la depresión en el trabajo. En España, asegura Jaime Smith, la incertidumbre empresarial, la pérdida de empleo y la situación de deterioro económico constituyen un problema a tener muy en cuenta.

El desayuno informativo ha contado con la colaboración de la compañía farmacéutica danesa [Lundbeck](#). Es la única compañía farmacéutica del mundo dedicada exclusivamente a investigar y desarrollar fármacos para las enfermedades del Sistema Nervioso Central, entre las que destacan la depresión, la ansiedad, el trastorno obsesivo compulsivo, la Enfermedad de Alzheimer y la Enfermedad de Parkinson.

El 70 por ciento de la compañía está en manos de la Fundación Lundbeck –que gestiona la empresa y la dota de fondos económicos para I+D-. La Fundación además tiene como objetivo el desarrollo de programas de formación y divulgación sobre las enfermedades del SNC, de manera independiente a las acciones comerciales de la compañía.

Por tanto, Lundbeck realiza acciones de divulgación con el fin de mejorar el nivel de conocimiento social sobre las enfermedades del Sistema Nervioso Central y el diagnóstico de las mismas, y evitar los estereotipos, prejuicios y discriminación que tienen algunas de estas patologías.

Entre los participantes del debate destacan directivos expertos en **Recursos Humanos** de importantes empresas como **Lundbeck, Grupo DIA, Laboratorios Rovi, Idealista, Adams, Seguros Pelayo, Monster, J&A Garrigues, entre otros, y ASEME (Asociación de Empresarias de Madrid)**.

<http://www.empresuchas.com/directivos-y-expertos-en-rrhh-debaten-sobre-el-animo-empresarial/>