



¿Qué tan estresado está usted? ¿Cómo afecta sus negocios?

Comenta en:

La relación entre el estrés y el PIB

Directivos de países donde se esperan altas tasas de crecimiento y aquellos de naciones con complejas situaciones económicas presentan altos niveles de estrés.

Escrito por: Altonivel

Un estudio realizado por International Business Report (IBR) de Grant Thornton sondeó las opiniones de más de siete mil 400 dueños de negocios en 36 economías del mundo y concluyó que los niveles de estrés en el sector privado se han incrementado considerablemente respecto al año pasado.

El informe detalla que más de la mitad de los líderes empresariales (56%) tiene esta sensación y lo notable es que este hecho podría relacionarse directamente con el Producto Interno Bruto (PIB) de los países.

Así, el primer lugar de líderes estresados es para China, con 76%. Sigue México con 74%, luego Turquía (72%), Vietnam (72%) y Grecia (68%).

En tanto, aquellos directivos que sienten menos estrés se ubican en Suecia (23%), Dinamarca (25%), Finlandia (33%) y Australia (35%).

Números y tensión

Los resultados sugieren que podría haber una relación entre los niveles de estrés y el PIB. Los dueños de negocios en China continental, Vietnam, México, India y Turquía exhiben altos niveles de estrés, al tiempo que trabajan en ambientes en los que se espera un alto nivel de crecimiento.

Pero los niveles de estrés no sólo son altos en países que esperan un crecimiento importante. En el otro extremo de la escala de crecimiento, Irlanda, España y Grecia muestran también altos niveles de estrés.

Héctor Pérez, socio director de Salles Sainz - Grant Thornton, SC, dice al respecto que "las empresas de ambos extremos de la escala de crecimiento del PIB experimentan altos niveles de estrés por razones muy diferentes. En China hay una gran presión por mantener el ritmo de la expansión, mientras que en Irlanda, por ejemplo, la economía se está contrayendo, y los dueños de negocios están preocupados por determinar el modo en el que podrán salvaguardar su negocio".

Sobre México, señala que el año pasado fue uno de los peores de los que se tenga registro, por lo que no sorprende que este año los empresarios tengan el segundo lugar de estrés a nivel mundial: tres de cuatro empresarios mexicanos se sienten estresados.

Factores estresantes

El sondeo consultó a los directivos respecto a cuáles son los principales factores que generan estrés laboral.

El más mencionado fue el clima económico, citado por 38% de los encuestados. Siguió en la lista el flujo de efectivo (26%), las actividades de la competencia (21%) y la excesiva carga laboral (19%).

Ante esto, IBR agrupó las causas del estrés en tres categorías: económicas, laborales y personales. Si bien los empleados suelen asignar una mayor importancia a factores personales tales como el balance entre el trabajo y la vida personal, los dueños de empresas suelen enfrentar presiones de todos estos factores.

En el caso específico de México, 73% de los consultados aludió a la presión sobre el flujo de efectivo como el principal factor de estrés. Luego, 65% mencionó el impacto a la riqueza personal en el futuro, 63% dijo el clima económico y 56% señaló las actividades de la competencia.

La importancia de las vacaciones

La encuesta también mostró una correlación entre los niveles de estrés y los días de vacaciones que un individuo puede tomarse a lo largo del año. Los países que encabezan el ranking de estrés son aquéllos donde, en promedio, los ejecutivos toman un menor número de días de vacaciones.

Por ejemplo, México tiene un promedio de sólo siete días de vacaciones al año, resultados parecidos a los de China y Vietnam.

En la vereda opuesta están los dueños de empresas de países como Holanda, Suecia, Dinamarca y Finlandia, quienes toman mayores períodos de vacaciones en el año (entre 22 y 24 días) y quienes muestran los menores niveles de estrés.

"Nuestra experiencia trabajando con empresas del sector privado en todo el mundo indica que el tomarse un tiempo para alejarse del negocio, reflexionar y recargar energías puede ayudar a los dueños de empresas a incorporar una nueva perspectiva a su proceso de toma de decisiones", concluye Héctor Pérez.

www.altonivel.com.mx

SILENCIO
DISEÑADO PARA
LOS QUE SABEN DE AUTOS



BUICK® LACROSSE®

Anúciate en altonivel.com.mx

Las más leídas

- 8 ideas que resultaron grandes negocios
- Thaba Ya Batswana: el hotel en disputa
- Estudia el mercado y gana online

De la revista

- Nueve verdades y mentiras de BI
- El CEO que salió de la crisis
- ¿Subes a mi jardín?: Torre HSBC



PRENDAMEX 2010

Premio Telmex y Premio Nacional de la Franquicia 09, AMF

- Mayor Crecimiento en su categoría
- Responsabilidad Social



Anúciate en altonivel.com.mx

Encuesta

¿Cuánto crees que afectan los fenómenos físicos (sismos, huracanes, volcanes) a la economía?

- Mucho
- Poco
- Nada

[Vota](#) [Resultados](#)

Eco-sustentable

- Empresas verdes más que moda, necesidad
- Tecnología verde: ¿en qué consiste?
- La arquitectura verde del futuro



Rankings

- Los 10 hackers más famosos del mundo
- Las 10 empresas más valiosas del mundo
- Los mejores CEO de 2009 según Insead

GALERÍA



NOTAS RELACIONADAS

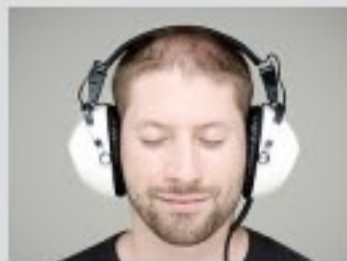
Ejercicio logra calmar la ansiedad
Especialistas comprobaron que el ejercicio físico calma la ansiedad y mejora el estado de ánimo de personas con una patología crónica.



Ojo con los expertos, pueden errar
'No olvide que es su empresa, no de ellos', subraya Adam Hanft para recordar que muchos directivos pueden equivocarse y tomar una mala decisión.



Sonoroterapia: melodías que curan
Esta técnica sirve para relajar, disminuir dolores, mejorar la concentración, desinflamar, agudizar el sentido de la audición, entre otras cosas. Te invitamos a conocerla.



Business Coaching para directivos
La mejor opción para formar gerentes capaces de afrontar los nuevos desafíos que impone la empresa del siglo XXI. Implementélo en su empresa.

