Vacaciones y productividad

Unos días de descanso implican no sólo un beneficio para la salud y el bienestar del empleado, sino que mejoran la productividad y el clima laboral.
De allí la importancia de que las empresas puedan organizarse lo suficiente para garantizar a sus empleados este derecho y de que éstos cuenten con las herramientas suficientes para aprovechar el descanso y reflejarlo en un mejor rendimiento al reintegrarse a sus tareas.

La mayoría de las empresas prefiere que sus empleados se tomen sus días libres en el verano y de una sola vez (47%). Otro tanto apuesta por incentivar los períodos de descanso parcelados durante los doce meses (39%) o sólo en días festivos (12%).

Para los jefes cuadrar las vacaciones de sus subordinados no es tarea fácil, pues son muchos los que desean salir en las mismas fechas. En este caso algunos factores a considerar por los superiores pueden ser la antigüedad que tiene el trabajador en el área o en la empresa, el desempeño que tuvo durante el año o los períodos libres de los que gozó anteriormente.

Las vacaciones son buenas para los empleados y para las empresas, diferentes estudios lo confirman. Uno recientemente presentado por *University of the Rockies*, una institución especializada en estudios de postgrado y doctorado en las áreas de psicología, confirma que los beneficios de las vacaciones encuentran su pico cuando son de 10 días corridos.

Dena Ann Dries, encargada del análisis realizado entre 143 empleados a tiempo completo (no incluye personal a destajo o autónomo) entre 21 y 62 años de edad, encontró que disponer de tiempo de vacaciones pagas promueve la salud mental de los empleados, incrementa la satisfacción por el trabajo y contribuye a promover la estabilidad laboral.
"Las vacaciones pagas o tiempo libre personal influye directamente en la satisfacción del empleado con su trabajo, lo que aumenta la retención y reduce los costos de entrenamiento de nuevos trabajadores a causa de la rotación laboral", dice Dries en su informe. La satisfacción del trabajador con su empleo se traduce en menos costos para el empleador.

Según este estudio, el tiempo de vacaciones ideal en el que se obtienen los mayores beneficios tanto para los trabajadores como para las empresas, es de 10 días. En este estudio no se observa que quienes disponían de más tiempo, tres semanas o más, obtuvieran un mayor beneficio palpable.

En una entrevista realizada por la BBC Mundo sobre el estudio que realizó el psicólogo Christian Jarett**,** miembro de la Sociedad Psicológica Británica, acerca del impacto que tienen las vacaciones en un trabajador promedio, se comprobó que las vacaciones en efecto resultan ser benéficas para la salud física, mental y emocional de un individuo. ¿No te ha pasado que llegas a tu oficina de unas vacaciones y te sientes renovado, saludable y con mucha energía? Esto se debe a que tu cerebro se despejó de la cotidianeidad de la rutina diaria, entre ellas**,** el trabajo**.** Investigaciones recientes demuestran que los japoneses son los que más enfermedades padecen debido a la presión con la que trabajan y a las pocas vacaciones que toman.

El estudio también arrojó datos importantes de cómo la cantidad y calidad del descanso afecta en la euforia generada posterior al mismo. Jarett comentó que el rendimiento es mayor cuando se toman una serie de vacaciones continuas, así sean cortas pero varias durante el año, en vez de una sola y de larga duración debido a que la persona tiene ese espacio continuo para reinventarse cada vez que cae de nuevo en la rutina diaria.

Los especialistas coinciden en que algunos de los aspectos que mejoran notablemente en la mayoría de los trabajadores después de que se toman unos días de descanso son:

- **Creatividad**
- **Concentración**
- **Motivación**
- **Proactividad**
- **Mayor nivel de compromiso**

Además del beneficio que las vacaciones implican para las personas, este período puede ser un buen momento para que la empresa pueda capitalizar y aprovechar para hacer hincapié en distintos temas, sobre todo desde el punto de vista de la comunicación interna, por ejemplo:

-Puede fortalecer la integración del núcleo familiar del personal con la vida de la empresa a través de campañas relacionadas con la seguridad vial, los cuidados de salud en verano, etc.
También se abre la posibilidad de estar presentes en una situación placentera como las vacaciones, con una publicación especial para niños o con distintos regalos para utilizar en la playa.

-Salir de la vorágine y del bombardeo cotidiano que hay durante el resto del año, permite hacer foco en temas relacionados con el desarrollo personal que requieren un mayor nivel de atención.
Esta situación se puede aprovechar para publicar cursos de verano, oportunidades de movilidad interna, programas de desempeño, etc.

-Se pueden tocar temas más livianos que no tienen una relación directa con los objetivos estratégicos de la empresa pero que permiten ordenar el trabajo de cara al año que se viene. En esta categoría pueden entrar el housekeeping, la actualización de los datos personales, relevamiento de materiales de trabajo, planificación, etc.

-El verano es un buen momento para medir, ya que el personal está mejor predispuesto y con tiempo para contestar una encuesta o participar de un focus.
La percepción de los canales internos o el conocimiento sobre distintos temas pueden ser tópicos a medir, y una posterior medición hacia fines de año permitirá comparar y establecer la eficacia de la gestión de comunicación.

Fuentes

- http://empleo.universiablogs.net/2012/02/03/vacaciones-un-tiempo-necesario-para-los-trabajadores-y-las-empresas/
- http://www.ciospain.es/archive/las-vacaciones-contribuyen-a-mejorar-la-productividad-empresarial
- http://www.elmostrador.cl/opinion/2013/02/09/epoca-de-vacaciones-no-es-sinonimo-demenos-trabajo-y-baja-productividad