

Salud Mental

El desafío de la industria tecnológica

Universidad Panamericana Campus Bonaterra
Maestría en Inteligencia Artificial y Ciencia de Datos
Visualización y Narración de Historias

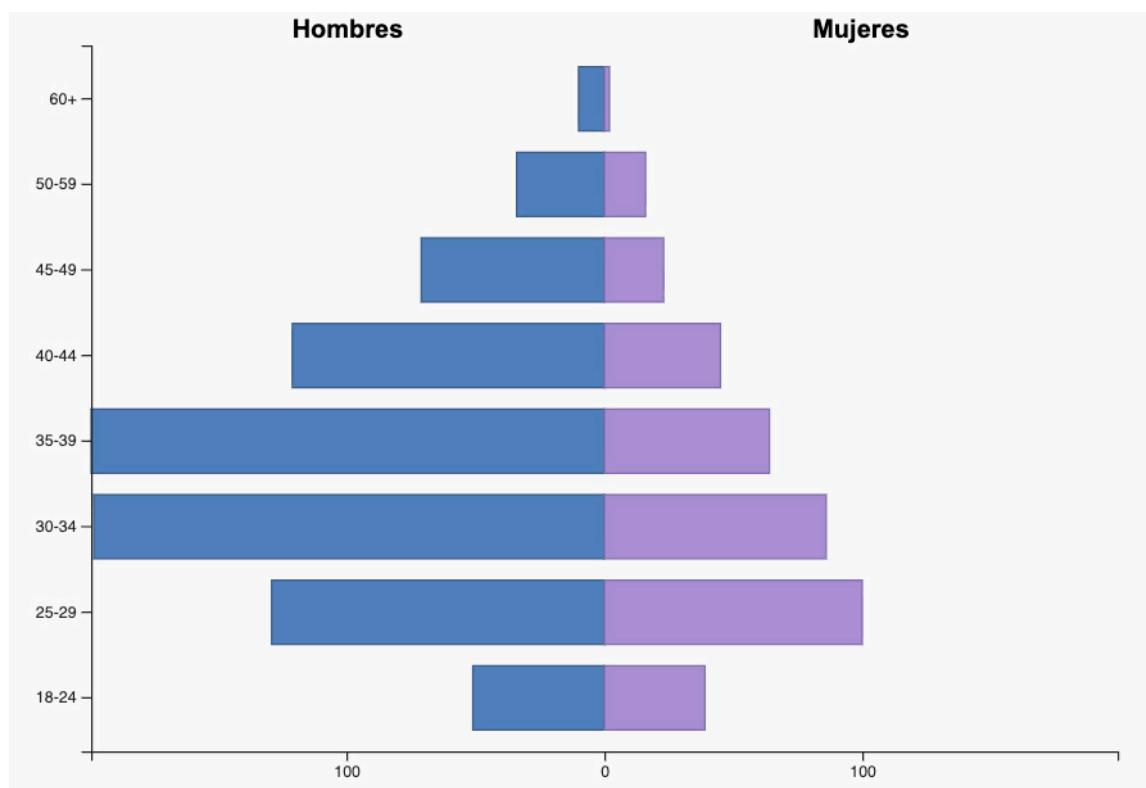
Manuel Alejandro Serrano Macías

La brecha invisible en la salud mental

La **salud mental** se ha convertido en uno de los retos más relevantes para la industria tecnológica. Aunque existen beneficios, políticas y discursos de bienestar, la realidad que viven muchas personas no coincide con lo que se comunica en las organizaciones.

Este análisis utiliza los datos del Open Sourcing Mental Health in Tech Survey (OSMI) para revelar patrones, brechas y barreras que afectan directamente al talento tecnológico.

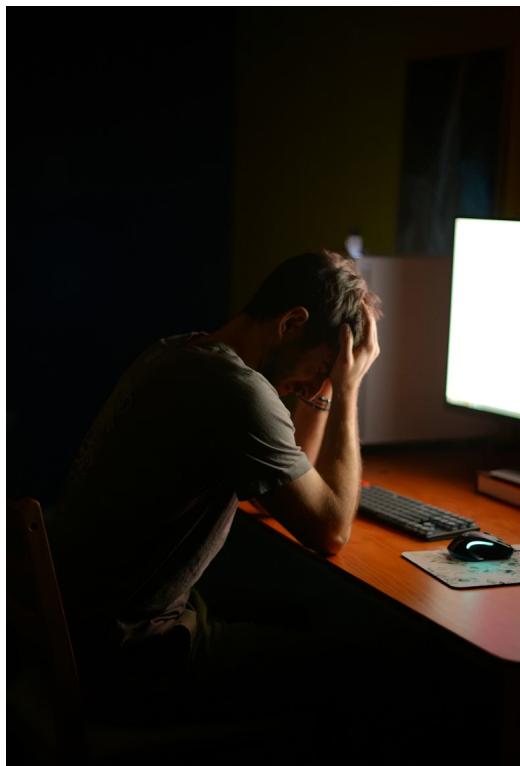
¿Quienes son las voces detrás de los datos?



Aquí vemos una pirámide poblacional donde predominan personas entre 25 y 40 años, principalmente hombres, con una creciente participación de mujeres también.

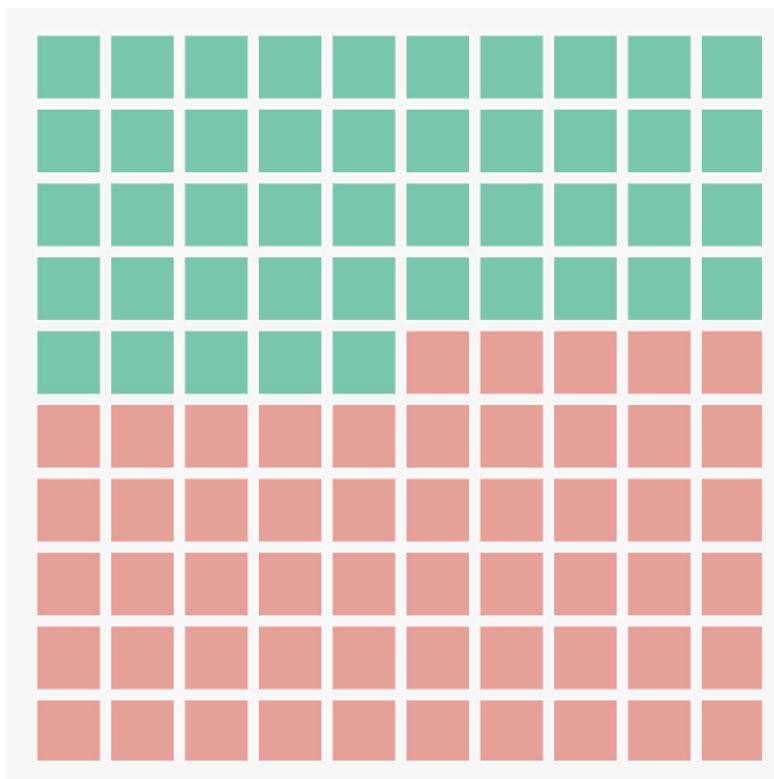
Es una población joven, productiva y en pleno desarrollo profesional justo la etapa donde la presión laboral y personal es más intensa.

Un problema más común de lo que creemos



La industria tecnológica si bien es una de las mejores remuneradas y con mayor flexibilidad en la actualidad para las personas que desarrollan su talento ahí, esconde una crisis que no se muestran en los dashboards del día a día.

El porcentaje de personas que han externado crisis de ansiedad, depresión, burnout, repercusiones físicas y psicológicas debido a la presión laboral se ha incrementando significativamente en los años comprendidos en este estudio 2017 - 2023 .



45.5 %

Salud Mental Positiva

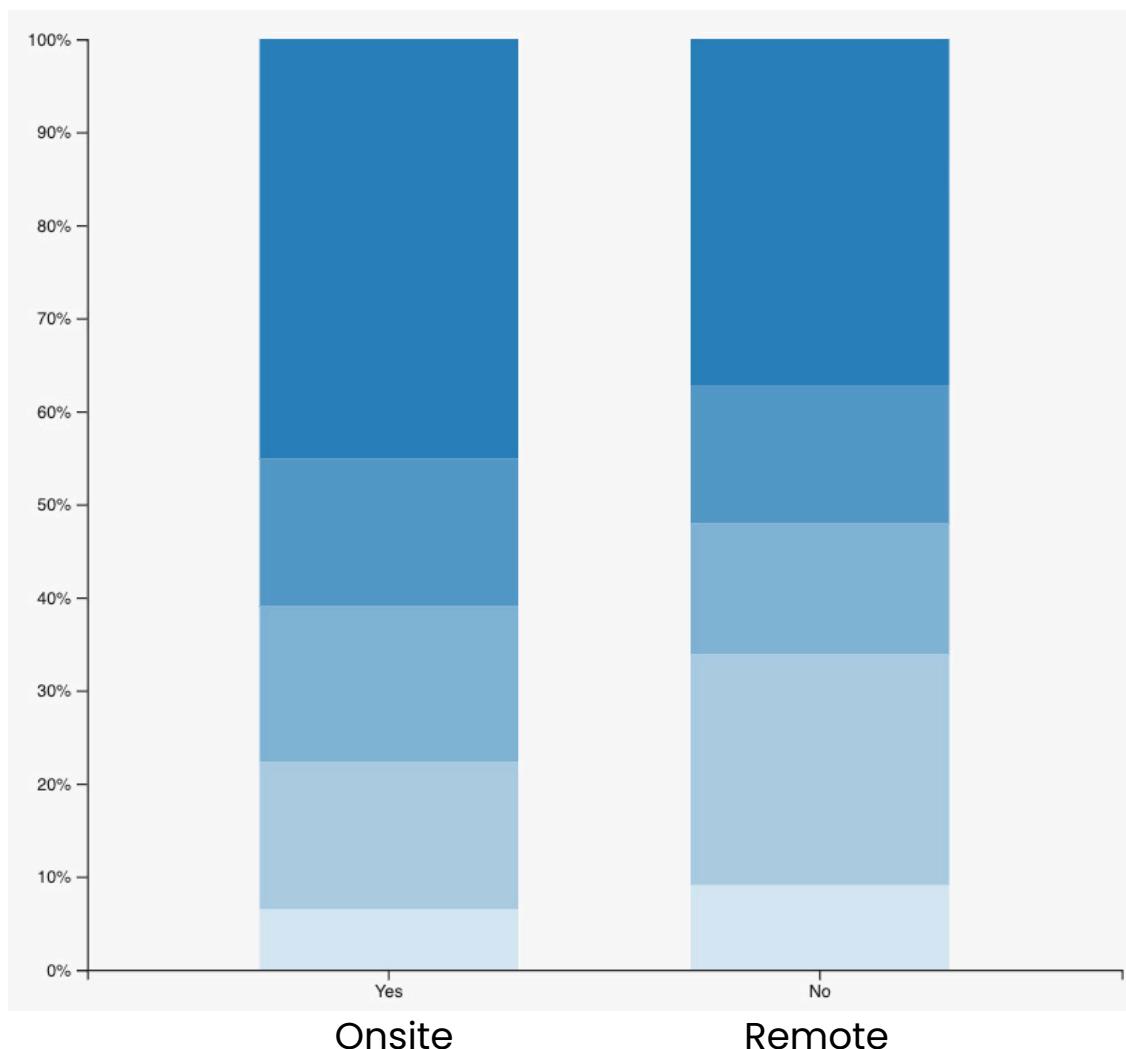
55.5 %

Salud Mental Negativa

¿El entorno importa?

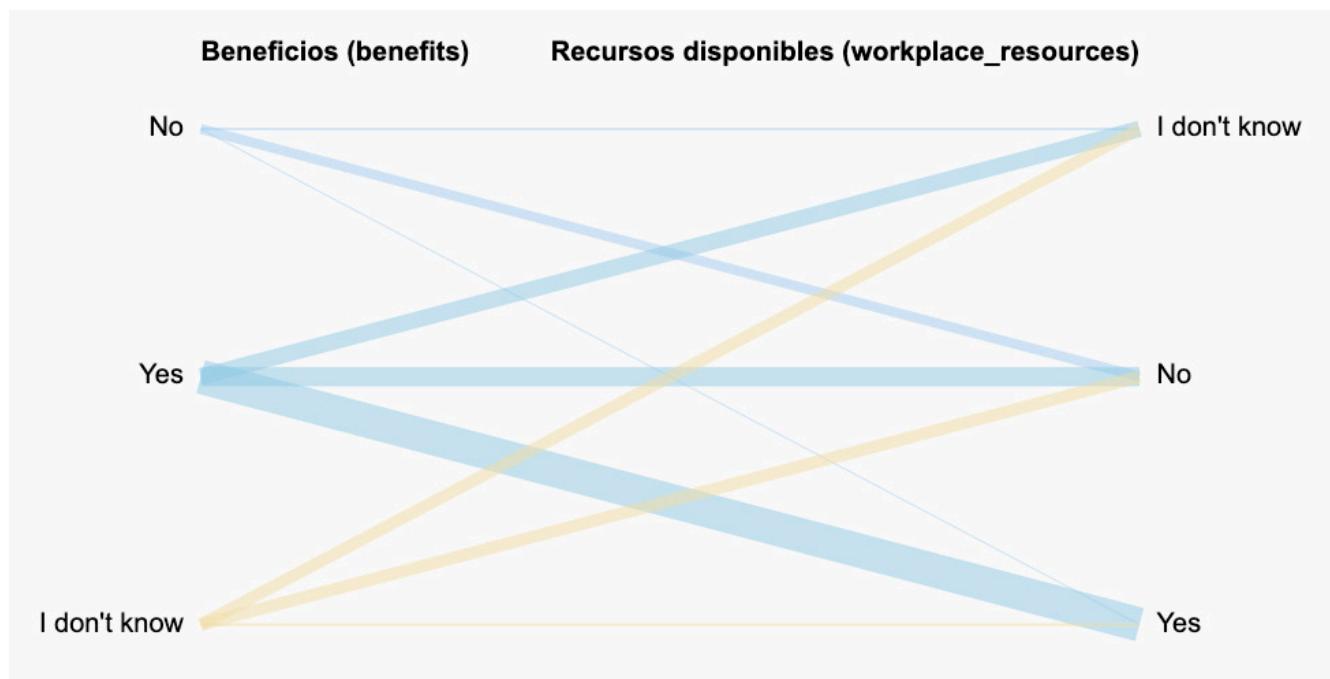
Cuando analizamos cómo la salud mental interfiere con el trabajo dependiendo de la modalidad laboral, observamos que el trabajo remoto no protege completamente, el presencial tampoco, y muchos reportan problemas sin importar el formato.

La salud mental no es un problema de modalidad, es un problema del entorno laboral completo



Cada celda muestra el número de personas que reportan distintos niveles de interferencia en sus labores (1 = mínima, 5 = muy alta) debido a los problemas relacionados con su salud mental.

Descubriendo la falla estructural



A la izquierda se puede observar cuántas personas dicen que su empresa sí ofrece beneficios de salud mental.

A la derecha: cuántas realmente saben cómo usarlos.

Aquí está la brecha.

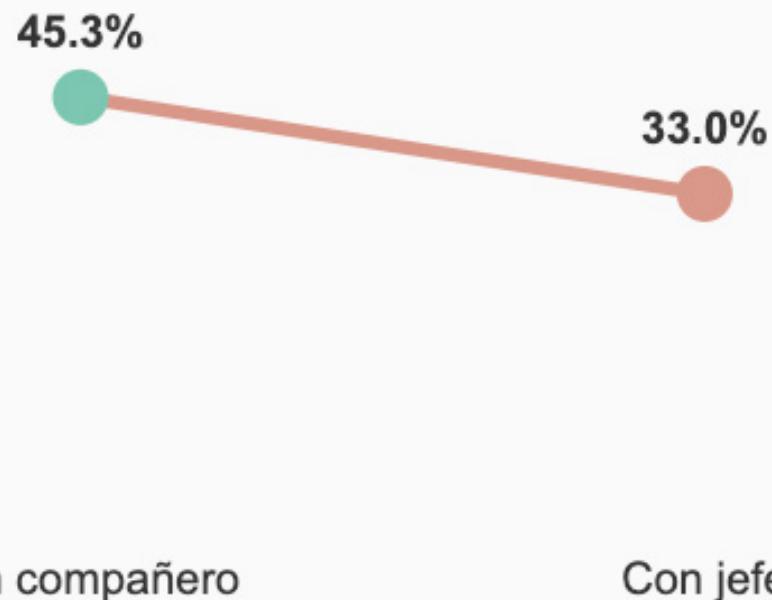
Aquí está el defecto cultural.

Aquí es donde las organizaciones fallan.

No basta con tener beneficios: si no se comunican, no existen.

Existe una desconexión significativa entre la existencia de beneficios y el conocimiento de las personas para acceder a ellos. Esta brecha de comunicación es uno de los factores clave del bajo uso de los recursos disponibles.

El silencio como mecanismo de defensa



De toda la muestra, observamos que muchos estarían dispuestos a hablar con un compañero, pero muy pocos hablarían con un superior.

Esta caída en la línea representa algo más que un número: **representa miedo, estigma, consecuencias laborales, y la sensación de vulnerabilidad.**

La gente prefiere callar antes que parecer débil ante su supervisor.

Y ese silencio es parte de la crisis.

La crisis silenciosa requiere acciones

Los datos hablan claro, la salud mental en la industria más rentable en la actualidad, no es una excepción, no es un caso aislado y no es culpa individual.

Es un problema estructural, cultural y humano.

La pregunta es:

¿Estamos creando entornos donde las personas puedan pedir ayuda sin temor?

La verdadera innovación no se mide en avances tecnológicos sino en la capacidad de construir espacios donde las personas pueda estar bien física y mentalmente.

