

En una encuesta de Beneficios de Salud de Empleadores que se hizo en 2021, por KFF (Kaiser Family Foundation) se descubrió que muchos empleadores han aumentado los beneficios de salud mental, y otros, están ofreciendo apoyo a sus trabajadores en tiempos de incertidumbre.

Muchos empleadores informaron que desde que comenzó la pandemia han realizado cambios en sus beneficios de salud mental. En empresas de al menos 50 trabajadores, el 39% ha hecho cambios en:

- 31% aumentó el acceso a servicios de salud mental, como la telemedicina para empleados
- 16% ofreció programas de asistencia de salud mental para empleados
- 6% amplió el acceso a proveedores de salud mental dentro de la red.
- 4% redujo el costo compartido de estas visitas.
- 3% aumentó la cobertura de los servicios fuera de la red.

La pandemia también cambió la forma en que muchas empresas manejan sus programas de bienestar. Más de la mitad de los que tenían al menos 50 trabajadores expandieron estos programas durante la pandemia. ¿El cambio más común? Ampliación de los servicios de asesoramiento online, reportado por el 38% de las empresas con 50 a 199 trabajadores y el 58% de las empresas con 200 o más trabajadores.

Reforzar los servicios de telemedicina fue una forma popular para que los empleadores facilitaran el acceso a los servicios para los trabajadores, los que pueden haber estado trabajando de forma remota o cuyos médicos, incluidos los profesionales de salud mental, pueden no haber atendido a los pacientes en persona.

En 2021, las primas promedio para cobertura familiar e individual aumentaron un 4%, a \$22,221 para familias y \$7,739 para cobertura individual. Los trabajadores con cobertura familiar contribuyen con \$5,969 a su cobertura, en promedio, mientras que aquéllos con cobertura individual pagan en promedio \$1,299. Más o menos los trabajadores pagan el 17% de la prima por cobertura individual y el 28% de la prima por cobertura familiar. El empleador paga el resto.

Los trabajos en restaurantes han tenido unos años muy difíciles, respecto al estrés mental que tuvieron que manejar. La salud mental durante la pandemia ha empeorado debido a que muchos cerraron o redujeron horarios, o se convirtieron en el campo de batalla del uso de máscaras.

La licenciada Qiana Torres, consejera profesional, asumió un nuevo e inusual papel. Su título es “directora de bienestar”. Anteriormente había trabajado de manera individual con clientes y en salud mental comunitaria. Dijo que aprovechó la oportunidad de desarrollar una profesión dentro del mundo de los restaurantes.

Torres ha dirigido sesiones grupales y ha mediado en conflictos entre empleados. Ha enseñado a 400 empleados técnicas para lidiar con el estrés y ha organizado talleres de salud mental para ayudar con la tristeza y el duelo relacionados con la pandemia. También ha brindado asesoramiento individual y referido a empleados que necesiten otros tipos de terapia, más específicas.

Los propietarios dicen que su presencia les da una ventaja competitiva y esperan que les ayude a retener a sus empleados.

El personal del restaurante a menudo trabaja horas difíciles y pueden ser propensos a problemas de adicciones: una mentalidad de trabajo duro es parte de la cultura laboral. Muchos trabajadores no piden ayuda o no siempre consideran importante el autocuidado mental.