



MindCare program

SALUD MENTAL PARA COLABORADORES | TALLERES, ATENCIÓN Y CAPACITACIÓN



UN EQUIPO CON BIENESTAR PSICOLÓGICO, TRABAJA MEJOR,
CONECTA CON LA EMPRESA Y CRECEN AMBOS.

Contexto

- Los programas de salud mental corporativa reducen significativamente el **ausentismo y rotación** (WHO, 2022).
- La evidencia muestra que el **bienestar emocional** está directamente relacionado con la **productividad laboral** (Harter et al., 2020).
- Empleados emocionalmente equilibrados generan un **mejor servicio al cliente**, impactando en las ventas y la lealtad de marca (Robertson & Cooper, 2011).
- Según la National Safety Council (2021), cada dólar **invertido** en salud mental genera un **retorno de \$4** por reducción de costos médicos y aumento de la productividad.
- De acuerdo con el American Institute of Stress (2022), el **70% de los empleados** reporta que el **estrés laboral impacta tanto su vida personal como su desempeño**.



Hoy sabemos más sobre salud mental que nunca.
Pero seguimos haciendo **menos** de lo necesario.

Las organizaciones están llenas de charlas, campañas y mensajes sobre bienestar. Sin embargo, el verdadero cambio no ocurre cuando entendemos el problema, sino cuando intervenimos en él.

El Bienestar psicológico funciona como una herida: identificarla no es suficiente. Si no se limpia, protege y trata, solo empeora.

En el entorno laboral ocurre igual: **la conciencia sin intervención no transforma la cultura organizacional.**



Un colaborador agotado, ansioso o sin recursos emocionales difícilmente puede conectar genuinamente con el cliente. Por el contrario, cuando el equipo se siente **equilibrado, motivado y escuchado**, la productividad aumenta y la relación con el cliente se fortalece.

Por eso nace MindCare Empresas, un plan diseñado para potenciar las habilidades emocionales de los equipos de ventas y atención, con el **objetivo de convertir bienestar en resultados comerciales sostenibles**.

Objetivos del programa

- Fortalecer la **resiliencia emocional** en vendedores y cajeros.
- Mejorar la **regulación del estrés** en horarios de alta demanda.
- Desarrollar habilidades de **comunicación empática con clientes**.
- **Prevenir** desgaste, rotación y ausentismo por malestar psicológico.
- **Transformar el bienestar** en mejores indicadores de ventas y servicio.



Nivel I - Cuida y Ama

Objetivo general:

Dar respuesta inmediata al caso actual + sembrar la relación.

Desde \$800.00

- 10 sesiones de psicoterapia
- 1 Asesoría virtual o presencial de 1 hora con RRHH sobre salud mental laboral y prevención. "Kit digital básico (infografía, políticas de la empresa y manual de crisis)
- 1 video de 60seg, para educar y/o anunciar el programa como Responsabilidad Social

Duración de 1 mes.





**La conciencia es
necesaria para el
cambio, pero por sí sola
no es suficiente.**

— Prochaska & DiClemente, Transtheoretical Model of Behavior Change.

Nivel II - Cultura Sana

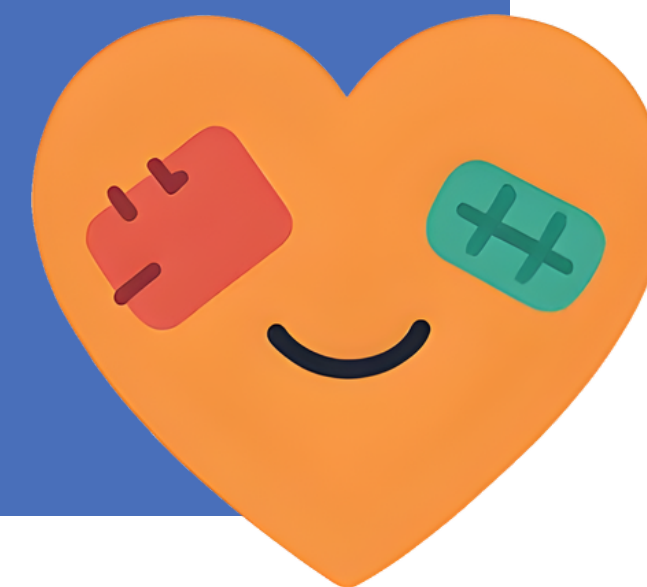
Objetivo general:

Capacitación inicial + prevención + atención personalizada.

Desde \$3,000

- 1 jornada presencial o híbrida de taller de salud mental personalizado para sus colaboradores según contexto e industria (hasta 50 empleados)
- Aplicación de 20 Test psicológicos a elegir según necesidad.
- 30 sesiones de psicoterapia individual para quienes se identifiquen según riesgo y nivel de urgencia
- Descuento del 10% en servicios extra.

Duración de 3 meses.



Nivel III - Mindcare Certified

Objetivo general:

Transformar la cultura de salud mental de la empresa, liderazgo consiente capacitación para directivos,

Desde \$5,500

- Diagnóstico y Estrategia con análisis y plan de acción.
- 3 jornadas presenciales o híbridas de taller de salud mental personalizado para sus colaboradores según contexto e industria (hasta 70 empleados)
- Aplicación de Test psicológicos a todos los asistentes
- 60 sesiones de psicoterapia individual para quienes se identifiquen según riesgo y nivel de urgencia
- Descuento del 20% para todos sus empleados por 1 año.

Duración de 3 a 6 meses.



Paso 1: Lanzamiento interno y sensibilización

Objetivo: Comunicar a los colaboradores la importancia del bienestar emocional y presentar la alianza con PsyCare.

Recomendaciones:

- Enviar campaña interna de email marketing (nosotros podemos redactarla).
- Usar mensajes clave como: "Nuestra empresa se preocupa por tu bienestar. Hemos iniciado una alianza con PsyCare para brindarte acceso a evaluación psicológica y atención emocional de calidad."
- Incluir una encuesta inicial o formulario diagnóstico con enfoque en:
 - Rendimiento cognitivo
 - Regulación emocional
 - Estrés laboral
 - Clima organizacional

Paso 2: Jornada de evaluación psicométrica

Objetivo: Aplicar las pruebas acordadas, de forma presencial u online.

Opciones disponibles:

- Modalidad presencial, virtual o híbrida.
- Pruebas sugeridas:
 - Batería cognitiva (memoria, atención, toma de decisiones)
 - Cuestionarios de ansiedad, estrés, burnout o clima
- Duración estimada por persona: 20 a 40 minutos
- Se recomienda agendar con tiempo y asegurar condiciones óptimas (ambiente, privacidad, conexión si aplica).

Paso 3: Reunión de análisis y plan de acción

Objetivo: Presentar hallazgos generales y segmentar intervenciones.

Incluye:

- Informe grupal con resultados agregados (sin comprometer datos individuales).
- Identificación de perfiles que podrían beneficiarse de:
 - Atención psicológica individual
 - Coaching cognitivo o mindfulness
 - Recomendaciones de ajuste organizacional
- Trazar el plan de acción junto con RRHH o líderes.

Paso 4: Atención individual y entrega de reportes

Objetivo: Brindar seguimiento terapéutico y entregar informe ejecutivo.

Actividades:

- Atención psicológica individual a quienes lo requieran (presencial o virtual).
- Sesiones de neurofeedback o entrenamiento cognitivo si se acuerda.
- Entrega de:
 - Informe final ejecutivo con análisis de impacto
 - Recomendaciones personalizadas
 - Certificado de participación de la empresa como Entorno Mentalmente Responsable



Adjuntamos tu logo aquí

Tu bienestar también es parte del trabajo.



En esta empresa, cuidar la salud mental es una prioridad. Gracias a la alianza con PsyCare, puedes acceder escaneado el código QR, agendando tu espacio de atención con acompañamiento profesional, con totalmente confidencial.

WhatsApp: +507 0000-0000
www.thepsycare.com



psycare hi@thepsycare.com
www.thepsycare.com

Tu bienestar también es parte del trabajo.

En esta empresa, cuidar la salud mental es una prioridad.

Si sientes que:

- Tienes mucha carga mental o emocional
- Estás irritable, desconcentrado o agotado
- Estás atravesando un duelo, ansiedad o problemas personales
- Sientes que "no puedes más" pero no sabes por qué


Gracias a la alianza con PsyCare, puedes acceder a:

- Evaluación psicológica
- Atención individual y confidencial
- Acompañamiento emocional
- Recomendaciones personalizadas

¿Cómo acceder?

1. Escanea el código QR
2. Agenda tu espacio de atención
3. Recibe acompañamiento profesional, con total confidencialidad

WhatsApp: +507 0000-0000
www.thepsycare.com
Atención presencial y online





psycare hi@thepsycare.com
www.thepsycare.com


Flyers

Stickers

¿Cómo estás de verdad?
Pide tu cita con PsyCare.




psycare




Comenzar con mente clara es más fácil cuando tienes apoyo.

Agenda tu espacio emocional con PsyCare.




psycare hi@thepsycare.com
www.thepsycare.com




La salud mental no se ve, pero se siente. Si algo está afectando, no lo cargues solo.

Agenda tu espacio emocional con PsyCare.




psycare hi@thepsycare.com
www.thepsycare.com



Llegar al viernes no debe sentirse como sobrevivir. Te escuchamos, te acompañamos

Agenda tu espacio emocional con PsyCare.



psycare hi@thepsycare.com
www.thepsycare.com

Posters

Estructura del programa

- Paso 1. Agendamos una reunión de presentación personalizada
- Paso 2. Le enviamos la propuesta formal adaptada a su empresa
- Paso 3. Confirmación de interés y firma de alianza
- Paso 4. Entrega de informe y reconocimiento según el nivel.



Beneficios tangibles

- Menor rotación y ausentismo laboral.
 - Mayor productividad y compromiso organizacional.
 - Cultura emocionalmente inteligente y sostenible.
 - Mejora en reputación, marca empleadora y cumplimiento de RSE.
 - Sello visible de compromiso con la salud mental (distintivo "MindCare Certified").
 - Informes y herramientas prácticas para talento humano y liderazgo consciente.
- "Cada \$1 invertido en salud mental genera un retorno de \$4 en productividad." – OMS





Inversión

Paquete	Incluye	Precio p/p aprox.
Nivel I	Atención Psicológica + Contenido para RSE	\$60.00
Nivel II	Nivel I + Capacitación + Evaluación.	\$90.00
Nivel III	Nivel II + Análisis de impacto + Beneficios.	\$98.00



¿Por qué Psycare?

Somos pioneros

En programas de salud mental empresarial en Panamá con enfoque psicoeducativo, clínico y estratégico.

Enfóque científico

Creemos en la medición de los esfuerzos para poder demostrar nuestro impacto. Usamos tecnología, comunicación emocional y evidencia científica como parte de nuestra metodología.

Equipo multidisciplinario certificado

Con experiencia real en intervención individual, grupal y organizacional.



www.thepsycare.com