

DIPLOMADO EN BIENESTAR
ORGANIZACIONAL Y
ENGAGEMENT

AULA VIRTUAL
(112 horas)

Objetivo:

- Desarrollarás modelos de bienestar organizacional, que generen equilibrio integral en las personas, impacto medible en la productividad y valor sostenible para el negocio, posicionando al bienestar como una inversión estratégica y un elemento clave de la propuesta de valor al colaborador.

Dirigido a:

- Ejecutivos del área de recursos humanos, consultores o *coaches* en bienestar.

Reconocimiento:

- Al finalizar tu programa recibirás:
 - **Diploma Digital** con **validez curricular** y **tecnología Blockchain** con código QR y de verificación.

¿Por qué UVM?

Tenemos **más de 65 años** de **experiencia académica**, más de **150 programas educativos** y más de **180 programas de excelencia** a nivel nacional.

Adquieres **conocimientos** y **habilidades esenciales** que puedes **aplicar de inmediato** en tu **actividad profesional**.

Los **profesores** que imparten las **Certificaciones y Diplomados** son **expertos reconocidos** en sus campos.

Tienes **flexibilidad educativa** que te permite **estudiar a tu ritmo**, a **cualquier hora** y en **cualquier lugar**.

Los **Diplomados y Certificaciones UVM** enriquecen tu **CV** y te posicionan como **el mejor candidato**.

Al estudiar el programa podrás:

Formar capacidades para intervenir de manera estructurada y medible.



Diseñar entornos de trabajo saludables, sostenibles y preventivos.



Aprender modelos reales de prevención y promoción del bienestar.



Implementar y evaluar estrategias de bienestar con impacto humano y organizacional.



MÓDULOS

01 Equilibrio vida–trabajo y gestión de la energía laboral

1. Nuevos paradigmas del equilibrio vida–trabajo
2. Gestión de cargas laborales y prioridades
3. Energía física, mental y emocional en el trabajo
4. Riesgos de sobrecarga, estrés y *burnout*
5. Flexibilidad laboral y modelos híbridos
6. Diseño de políticas de equilibrio laboral
7. Corresponsabilidad organización–colaborador
8. Buenas prácticas organizacionales de equilibrio

02 Principios de salud integral en el trabajo y en la vida diaria

1. Salud integral: física, mental y emocional
2. Salud ocupacional vs. salud preventiva
3. Hábitos saludables y autocuidado
4. Entornos de trabajo seguros y saludables
5. Prevención de enfermedades y ausentismo
6. Salud mental y emocional en la organización
7. Cultura de bienestar y salud organizacional
8. Integración de la salud a la estrategia de RRHH

03 Recursos humanos como facilitador de espacios y canales de bienestar

1. RRHH como arquitecto del bienestar organizacional
2. Diseño de espacios físicos saludables
3. Espacios digitales y bienestar remoto
4. Canales formales de bienestar
5. Redes informales de apoyo organizacional
6. Liderazgo consciente y bienestar
7. Comunicación interna del bienestar
8. Experiencia del colaborador y bienestar continuo

04 Marco legal del bienestar laboral en México

1. Contexto del bienestar laboral (data México)
2. Ley Federal del Trabajo y condiciones de trabajo
3. NOM-035-STPS-2018: factores de riesgo psicosocial
4. Evaluación, prevención y evidencias de la NOM-035
5. NOM-030 y servicios preventivos de seguridad y salud
6. NOM-019 y comisiones de seguridad e higiene
7. Ley Silla: alcance, obligaciones y buenas prácticas
8. Integración del cumplimiento legal al modelo de bienestar

05 Bienestar organizacional como parte de la compensación total

1. Evolución del concepto de compensación
2. Compensación tradicional vs. compensación total
3. Beneficios flexibles y personalizados
4. Bienestar emocional, social y financiero
5. Salario emocional y valor percibido
6. Bienestar y propuesta de valor al colaborador
7. Equidad, inclusión y bienestar
8. Diseño de paquetes de bienestar sostenibles

06 El bienestar organizacional como inversión estratégica

1. Bienestar como inversión vs. gasto
2. Costos ocultos de la falta de bienestar
3. Análisis costo–beneficio en bienestar
4. ROI de programas de bienestar
5. Indicadores financieros y no financieros
6. Presentación ejecutiva de proyectos de bienestar
7. Alineación con objetivos del negocio
8. Sostenibilidad financiera de las iniciativas

07 Diseño e implementación de un modelo integral de bienestar organizacional

1. Diagnóstico organizacional de bienestar
2. Identificación de prioridades estratégicas
3. Diseño del modelo integral de bienestar
4. Definición de objetivos, acciones e indicadores
5. Modelo del bienestar y fases de implementación
6. Gestión del cambio cultural
7. Evaluación, seguimiento y mejora continua
8. Escalabilidad y sostenibilidad del modelo

Beneficios de la modalidad

Clases en vivo, actividades interactivas y casos prácticos. Puedes interactuar con profesores y otros alumnos para tener una experiencia más enriquecedora.

Networking. Tienes la oportunidad de construir una red de contactos profesionales con otras personas que tienen intereses similares o se desempeñan en el mismo ámbito.

Asesoría y acompañamiento. Cuentas con un facilitador por módulo para guiarte durante tu curso.

Aplica lo que aprendas de forma inmediata.

Nota: Si no asistes a las sesiones en vivo con el profesor en las fechas y horarios establecidos, tendrás 30 días naturales para ver completa la grabación de la clase en Teams® y realizar la actividad asignada para que acredites el módulo.

SÉ PARTE DE LA UVM



@uvmmx



uvm



@uvmmx



uvm.mx