

 **savia**  
Salud digital MAPFRE

# Radiografía del bienestar laboral en la empresa española **2025**



# Índice

01

Metodología

02

Resultados del estudio

03

Conclusiones principales

# Índice

- 01** Metodología
- 02 Resultados del estudio
- 03 Conclusiones principales

# Metodología

Se ha realizado una encuesta a individuos de 18-64 años residentes en España y trabajadores o en búsqueda de trabajo por cuenta ajena, para poder obtener una visión global y representativa del mercado sobre bienestar en la empresa española.



## POBLACIÓN GENERAL

- **Universo:** Individuos 18-64, trabajadores por cuenta ajena o en búsqueda activa, España
- **Muestra:** 1.000 encuestas completadas
- **Cuotas:** Establecidas por sexo, edad y zona geográfica
- **Metodología:** CAWI - Panel de usuarios Netquest
- **Trabajo de campo:** 12 de febrero al 17 de febrero 2025
- **Error estadístico:**  $\pm 3,1\%$  al 95% de confianza

Se marcarán las diferencias significativas entre oleadas , así como las diferencias entre distintos segmentos por género y edad  para un nivel de significación del 95%.

## PERFIL MUESTRA

Base: 1.000 encuestas completadas

### GÉNERO

Hombre	52%
Mujer	49%

### EDAD

18-34	27%
35-54	55%
55-64	18%

\*Muestra representativa de la población española 18-64 años. Cuotas por género, edad y región.

# Índice

01

Metodología

02

Resultados del estudio

03

Conclusiones principales

# Resultados principales del estudio

**33%**

 Reciben **servicios de bienestar** por parte de su empresa

**54%**

 Hacen **uso** de algún servicio de los ofrecidos por su empresa

**67%**

 De quienes **no reciben** estos servicios en su empresa están **interesados**
**BIENESTAR EN LA EMPRESA COMO DRIVER DE ELECCIÓN**
**60%** Consideran importante que su empresa los ofrezca

**67%** De quienes reciben servicios lo consideran importante al **cambiar de empresa**
**TOP #3 SERVICIOS OFRECIDOS**

- #1 Talleres de salud y bienestar (38%)
- #2 Servicio de asistencia psicológica (35%)
- #3 Charlas o webinars sobre bienestar físico, emocional o financiero (30%)

**TOP #3 SERVICIOS UTILIZADOS**
*% sobre total reciben cada servicio*

- #1 Charlas/webinars bienestar físico, emocional o financiero (46%)
- #2 Talleres de salud y bienestar (45%)
- #3 Fisioterapia | Act. física/entrenamiento (44%)

**TOP #3 SERVICIOS DEMANDADOS**

- #1 Serv. fisioterapia (62%)
- #2 Serv. asistencia psicológica (50%)
- #3 Actividad física/entrenamiento (38%)

**ZOOM SERVICIOS**

**SERVICIOS DE ASISTENCIA PSICOLÓGICA**
**12%**

Reciben de su empresa

**20%**

Usan de quienes reciben

**56%**

Interesados en recibir

**Principales ventajas**

- #01 Estilo de vida más **saludable** (46%)
- #02 Facilita consultas **preventivas** (38%)
- #03 Imprescindible para el **desempeño** (31%)


**SERVICIOS DE FISIOTERAPIA**
**7%**

Reciben de su empresa

**44%**

Usan de quienes reciben

**62%**

Interesados en recibir

**Principales ventajas**

- #01 Reduce **fatiga** laboral (60%)
- #02 Enseña a hacer espacio laboral ergonómico (25%)
- #03 Imprescindible para el **desempeño** (24%)


**SERVICIOS DE NUTRICIÓN**
**5%**

Reciben de su empresa

**30%**

Usan de quienes reciben

**28%**

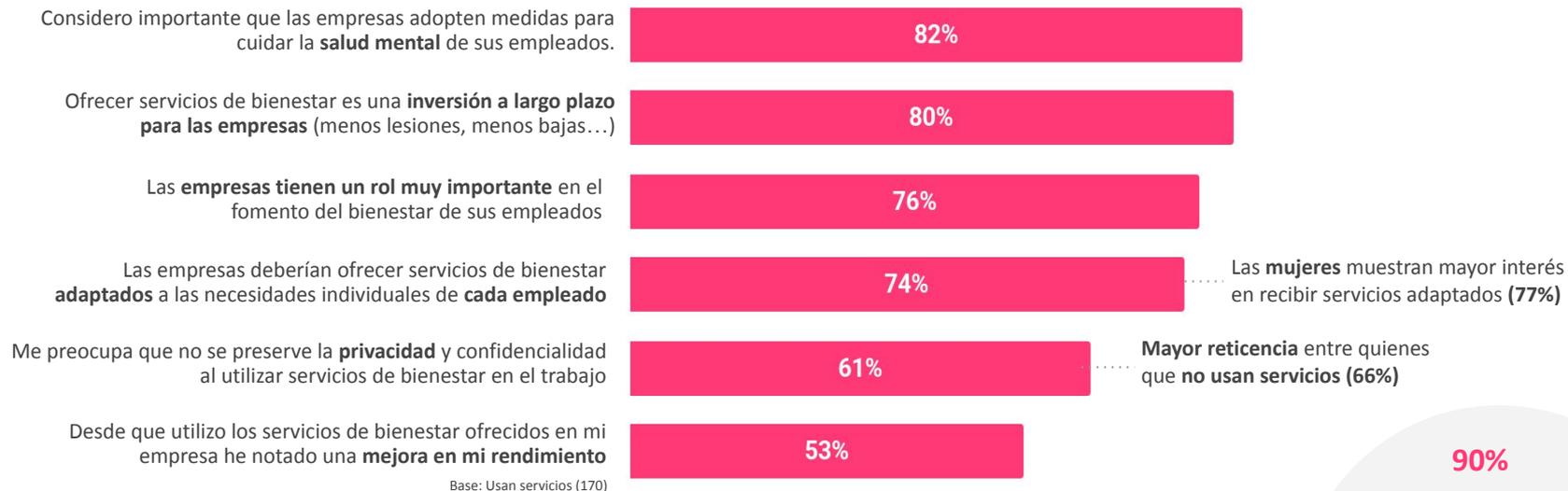
Interesados en recibir

**Principales ventajas**

- #01 Llevar dieta más **saludable** (58%)
- #02 Mejorar **rutina** alimenticia (52%)
- #03 Más **productivo** por buena alimentación (33%)

# Percepción de los trabajadores

➤ Los trabajadores sienten una creciente necesidad de cuidar de su bienestar físico y mental en su entorno laboral, siendo las empresas un gran aliado para ello.

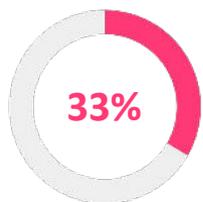


Base: Total muestra (1.000)

**90%**  
 de quienes estarían interesados en recibir servicios de bienestar, considera importante que las empresas cuiden la **salud mental** de sus empleados.

# Oferta y uso de servicios de bienestar

## RECIBEN ALGÚN SERVICIO DE BIENESTAR POR PARTE DE SU EMPRESA



RECIBE algún servicio de su empresa

### ¿CÓMO SON?

#### PERFIL



**54%**  
Hombre

**46%**  
Mujer



**32%** 18-34 | **51%** 35-54 | **17%** 55+

#### TAMAÑO EMPRESA

**19%**  
<100 empleados

**20%**  
Entre 100 y 500 empleados

**11%**  
Entre 500 y 1.000 empleados

**50%**  
>1.000 empleados



NO reciben ningún servicio de su empresa

#### PERFIL



**52%**  
Hombre

**49%**  
Mujer



**24%** 18-34 | **57%** 35-54 | **19%** 55+

#### TAMAÑO EMPRESA

**45%**  
<100 empleados

**24%**  
Entre 100 y 500 empleados

**6%**  
Entre 500 y 1.000 empleados

**25%**  
>1.000 empleados

**67%** interesados en recibir estos servicios  **6 p.p**

Base: Total muestra (1.000) | Base: reciben servicios de bienestar (325)

# Oferta y uso de servicios de bienestar

## SERVICIOS OFRECIDOS POR LAS EMPRESAS



reciben algún servicio de salud/asistencia sanitaria por parte de su empresa

### Destacando...

Los talleres y charlas sobre salud, ya sea física, mental o financiera se posicionan entre los servicios más ofrecidos actualmente en las empresas, además del servicio de asistencia psicológica.

**2,03** ▲ 0.4 p.p  
promedio servicios ofrecidos por las empresas

**68%**  
La empresa se hace cargo del coste total del servicio



Lo más ofrecido en empresas <100 empleados

Más implementación en empresas grandes

Base: Total muestra (1.000) | Base: reciben servicios de bienestar (330)

Además, los trabajadores mencionan el **yoga** y **consultas médicas presenciales** como posibles servicios a implementar

P2. ¿Se ofrece en tu empresa algún tipo de servicio de bienestar? [Resp. múltiple]

# Oferta y uso de servicios de bienestar

Más de la mitad de los empleados que reciben servicios de bienestar en las empresas, hacen uso de ellos.

#### TOP servicios utilizados

- #1 Charlas/webinars bienestar físico, emocional o financiero (46%)
- #2 Talleres de salud y bienestar (45%)
- #3 Servs. de fisioterapia (44%) / actividad física o entrenamientos (44%)

## USO DE LOS SERVICIOS RECIBIDOS



de quienes reciben estos servicios han hecho uso de alguno de ellos

	%Reciben el servicio	%Utilizan el servicio
Talleres de salud y bienestar	38%	45%
Servicio de asistencia psicológica	35%	20% <span>▲ 5 p.p</span>
Charlas/webinars bienestar físico, emocional o financiero	30%	46% <span>▲ 11. p.p</span>
Servicio de fisioterapia	22%	44% <span>▲ 3. p.p</span>
Servicios de actividad física o entrenamientos	18%	44%
Servicio de videoconsultas o chat médico	16%	24%
Servicios de educación/salud financiera	14%	34%
Servicio de nutrición	14%	29% <span>▲ 2 p.p</span>

**1,4** ▲ 0.2 p.p  
 promedio servicios utilizados

Base: Total muestra (1.000) | Base: reciben servicios de bienestar (330)

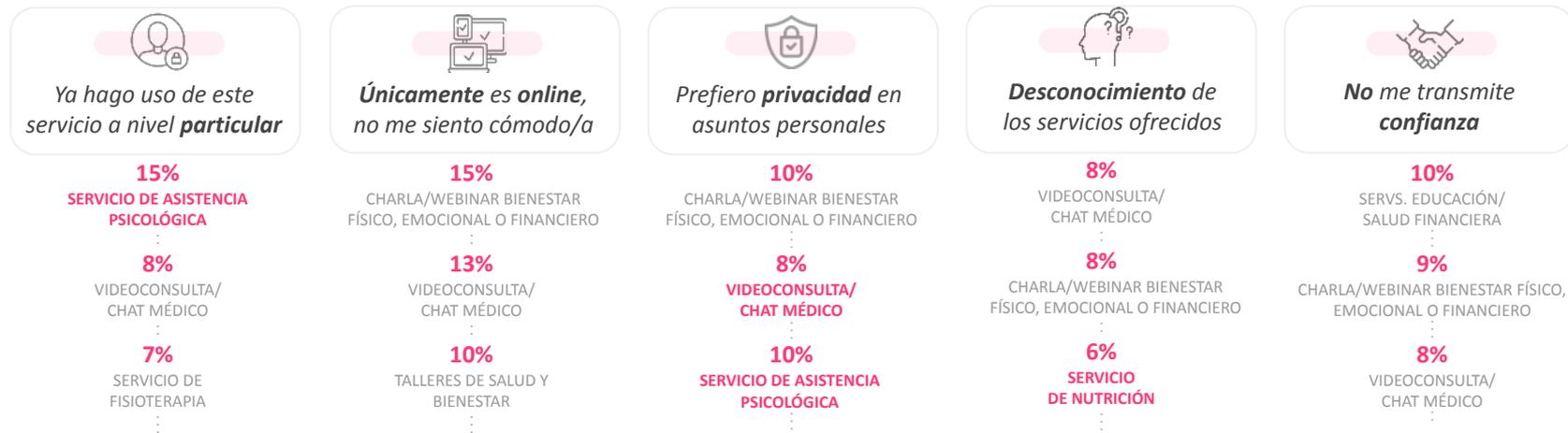
P2. ¿Se ofrece en tu empresa algún tipo de servicio de bienestar? [Resp. múltiple]  
 P3a. ¿Has hecho uso en alguna ocasión de los servicios ofrecidos por tu [empresa / anterior empresa]? ¿De cuál/es? [Resp. múltiple]

# Barreras ante el uso de servicios ofrecidos

## MOTIVOS POR LOS QUE NO HAN UTILIZADO LOS SERVICIOS OFRECIDOS EN LA EMPRESA

**70%** No ha necesitado recurrir a estos servicios, siendo la primera **causa de no haber utilizado** los servicios ofrecidos.

### Entre las principales barreras...



■ **Motivo principal del no uso del servicio**

**ZOOM Barreras por servicios (link)**

Base: Reciben servicios de bienestar y no han usado (152)

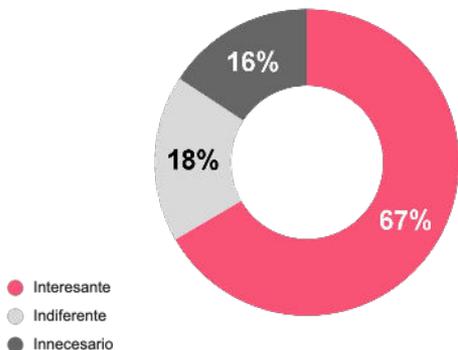
# Relevancia y servicios demandados

## Interés en recibir

Entre el 67% que no recibe servicios de bienestar en su empresa...

El 67% estaría interesado en recibir este tipo de servicios

▲ 6 p.p



Base: No reciben servicios (670)

PERFIL DE QUIENES ESTÁN INTERESADOS

GÉNERO

48% Hombre  
52% Mujer

EDAD

26% 18-34  
59% 35-54  
16% 55+



88%

Considera que **ofrecer servicios** de bienestar **evita lesiones, menos bajas...**

72%

Se muestra interesado por recibir servicio de **fisioterapia**

52%

lo valora a la hora de elegir un **nuevo trabajo**

Base: Opinan que es interesante recibir algún tipo de servicio de bienestar (446)

P3b. ¿Te gustaría que tu [empresa / anterior empresa] ofreciese este tipo de servicios? [Resp. simple]

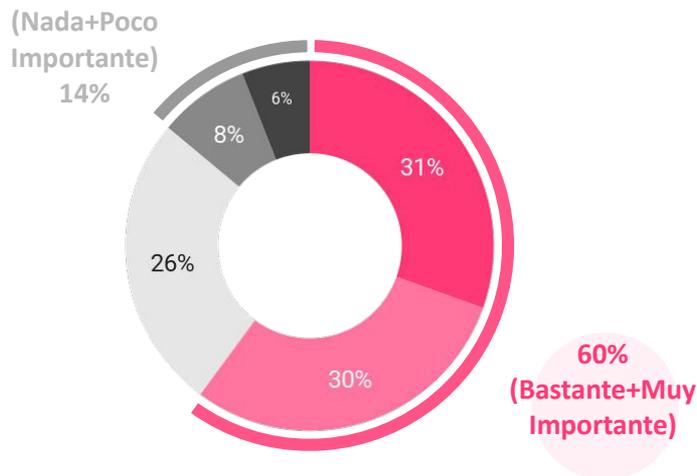
P7. ¿Qué servicios de bienestar te gustaría que ofreciese la empresa en la que trabajas? Señala en orden los 3 que consideres más relevantes, donde la opción 1 es la más importante. [Resp. múltiple - máx 3]

P6.A La hora de comenzar a trabajar en una nueva empresa, cómo de importante es que la nueva empresa cuente con este tipo de servicios en la toma de decisión final  
P13. Grado de acuerdo con que ofrecer servicios de bienestar evita lesiones, menos bajas...

# Relevancia y servicios demandados

## Empresa actual

IMPORTANCIA DE QUE SU EMPRESA ACTUAL  
OFREZCA ESTOS SERVICIOS (%)



Base: Total responden (1.000)

El 60% considera importante que su empresa ofrezca estos servicios. Este dato asciende al 77% entre quienes ya los reciben.

Entre quienes lo consideran importante, un 57% no recibe aún ningún servicio.

Base: Reciben algún servicio bienestar (330) / NO reciben ningún servicio de bienestar (670)

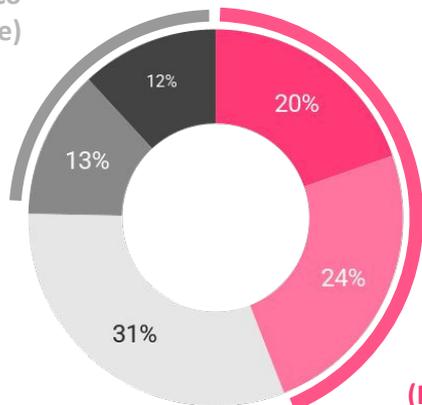
P5. En tu opinión, ¿cómo de importante es que la empresa en que trabajas ofrezca este tipo de servicios? Señala tu respuesta en una escala de 1 a 5, donde 1 significa "Nada importante" y 5 "Muy importante" [Resp. simple]

# Relevancia y servicios demandados

## Cambio de empresa

FACTOR RELEVANTE A LA HORA DE  
CAMBIAR DE TRABAJO (%)

(Nada+Poco  
Importante)  
25%



44% ▲ 0.3 p.p  
(Bastante+Muy  
Importante)

“ Para el 67% de quienes ya reciben estos servicios, se convierte en un factor importante al considerar cambiar de trabajo

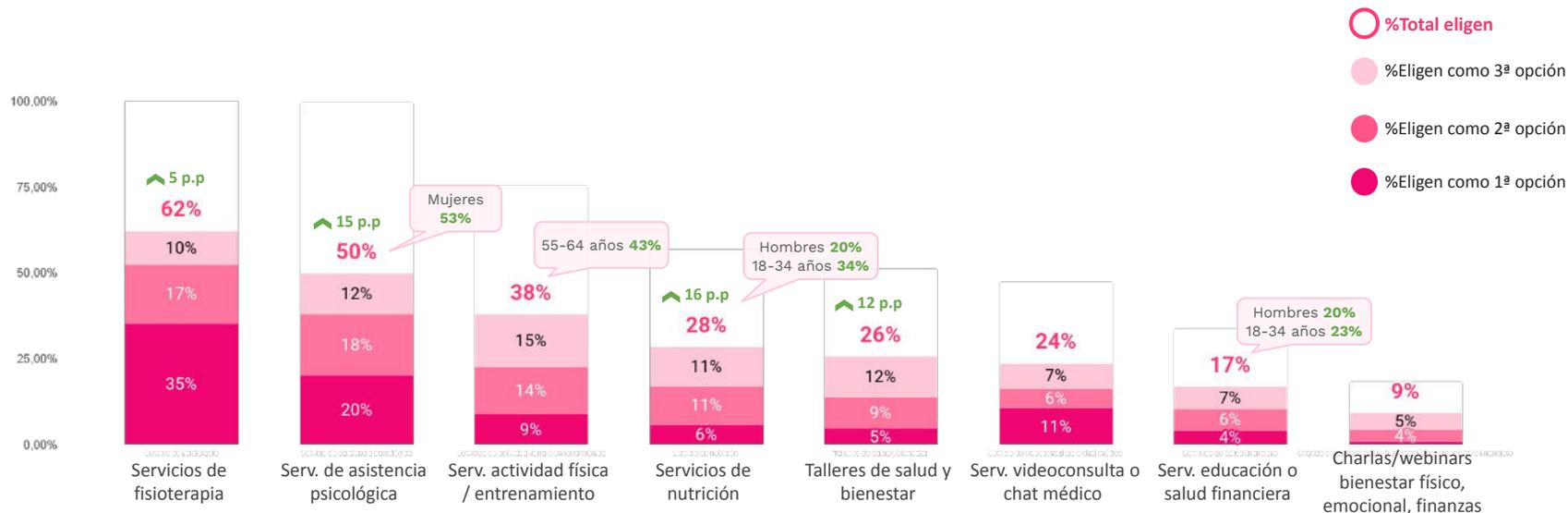
Base: Total responden (1.000)

Base: Reciben ALGÚN servicio bienestar (330) / NO reciben NINGÚN servicio de bienestar (670)  
P6A. A la hora de comenzar a trabajar en una nueva empresa, ¿cómo de importante es que la nueva empresa cuente con este tipo de servicios en la toma de decisión final? Señala tu respuesta en una escala de 1 a 5, donde 1 significa "Nada importante" y 5 "Muy importante" [Resp. simple]

# Relevancia y servicios demandados

## Servicios en los que están interesados

El servicio de **fisioterapia**, es el servicio por el que más interés muestran los trabajadores (62%) seguido de **asistencia psicológica** (50%) y serv. de **actividad física** (38%)



Base: Total responden (1.000)

P7. ¿Qué servicios de bienestar te gustaría que ofreciese la empresa en la que trabajas? Señala en orden los 3 que consideres más relevantes, donde la opción 1 es la más importante. [Resp. múltiple - máx 3]

# Foco en servicios | Fisioterapia



**El 7% recibe servicios de  
fisioterapia**

**44%**

**Usan**  
de quienes reciben

▲ 3 p.p

**62%**

**Interesados**  
en recibir

▲ 5 p.p

¿Quién asume al coste?

Empresa	Partes iguales	Repartido	Empleado
59%	6%	16%	19%

Base: Total muestra (1.000) | Reciben servicios (330) | No reciben servicios (670)

**Combatir el estrés se convierte en el principal motivo por el que los trabajadores usan el servicio de fisioterapia, independientemente de su género, edad o sector**



...además, la **prevención** toma relevancia y se convierte en un gran motivador para su uso

Base: Han hecho uso o le interesa el servicio de fisioterapia (631)

P3a. ¿Has hecho uso en alguna ocasión del servicio de fisioterapia? | P7. ¿Te gustaría que te ofrecieran servicio de fisioterapia en tu empresa? | P9. Principales ventajas del servicio de fisioterapia.

# Foco en servicios | Servicio de fisioterapia



7% recibe servicios de fisioterapia

42%

**Usan**  
de quienes reciben

**PERFIL**



56% Hombre  
44% Mujer



25% 18-34 | 56% 35-54 | 19% 55+



63% Familias con hijos

62%

**Interesados**  
en recibir

**PERFIL**



50% Hombre  
50% Mujer



27% 18-34 | 57% 35-54 | 16% 55+



50% Familias con hijos

Base: Total muestra (1.000) | Base reducida: Han hecho uso de los servicios de fisioterapia (32)

Base: Interesados en servicio de nutrición (662)

➤ Servicio parcialmente utilizado por un mayor porcentaje de **hombres** y generalmente **con hijos**

➤ **Tanto hombres como mujeres** se muestran interesado en recibir este servicio, **tengan o no hijos**.

# Foco en servicios | Nutrición



El 5% recibe servicios de nutrición

30%

Usan  
de quienes reciben

▲ 2 p.p

28%

Interesados  
en recibir

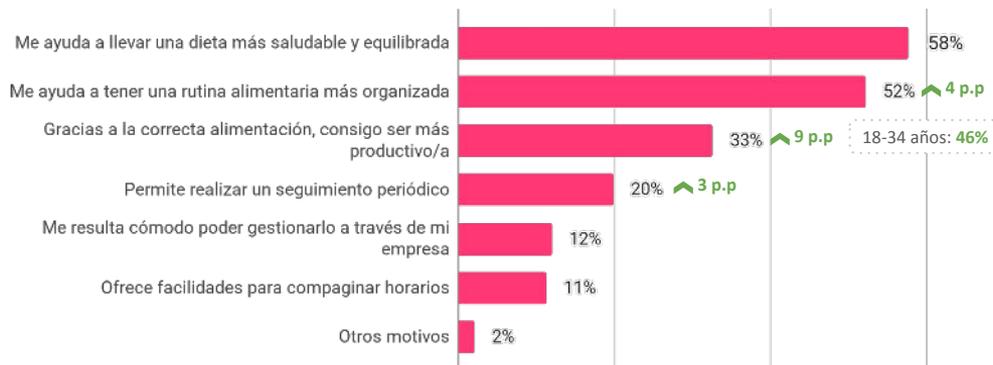
▲ 16 p.p

¿Quién asume al coste?

Empresa	Partes iguales	Repartido	Empleado
92%	0%	-	8%

Base: Total muestra (1.000) | Reciben servicios (330) | No reciben servicios (670)

Mejorar sus hábitos y llevar una dieta más saludable son los principales factores para recurrir a este servicio, destacando la mejora en la productividad en perfiles más jóvenes



Base: Han hecho uso o le interesa el servicio de nutrición (291)

P3a. ¿Has hecho uso en alguna ocasión del servicio de nutrición? | P7. ¿Te gustaría que te ofrecieran servicio de nutrición en tu empresa? | P9. Principales ventajas del servicio de nutrición.

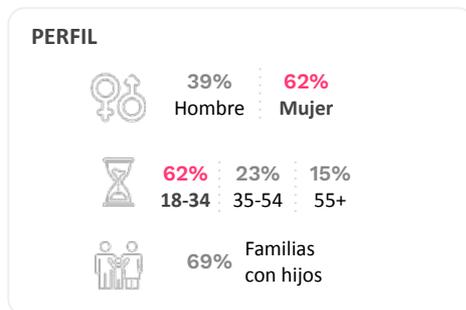
# Foco en servicios | Nutrición



5% recibe servicios de nutrición

30%

**Usan**  
*de quienes reciben*

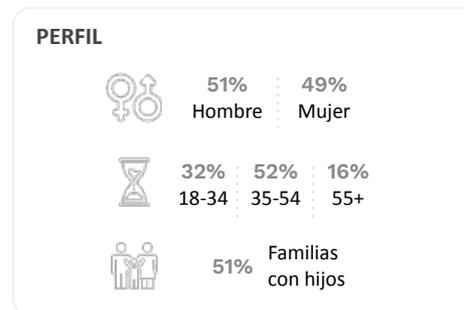


Base: Total muestra (1.000) | Base reducida: Han hecho uso de los servicios de nutrición (<15)

➤ Uso mayoritariamente de **mujeres jóvenes con hijos**, destacando el sector **sanidad** por delante del resto de sectores.

30%

**Interesados**  
*en recibir*



Base: Interesados en servicio de nutrición (284)

➤ Mientras el uso está marcado por mujeres, el **interés** se encuentra **repartido**. Además, destacan las **edades intermedias con o sin hijos**

# Foco en servicios

# Asistencia psicológica



**El 12% recibe servicios de asistencia psicológica**

**20%**

**Usan**  
de quienes reciben

▲ 5 p.p

**56%**

**Interesados**  
en recibir

▲ 15 p.p

¿Quién asume al coste?

Empresa	Partes iguales	Repartido	Empleado
68%	5%	5%	23%

Base: Total muestra (1.000) | Reciben servicios (330) | No reciben servicios (670)

**El trabajador busca llevar un estilo de vida saludable y prevenir posibles problemas futuros, recurriendo por ello a sesiones de terapia, servicio cada vez más integrado en generaciones adultas.**



Base: Han hecho uso o le interesa el servicio de asistencia psicológica (506)

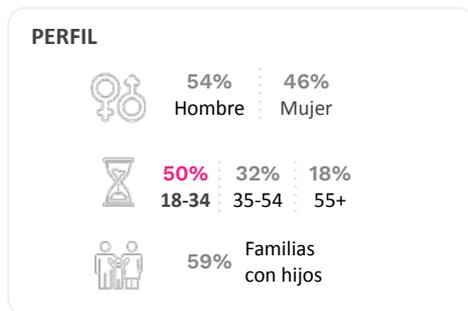
# Foco en servicios | Asistencia psicológica



12% recibe servicios de asistencia psicológica

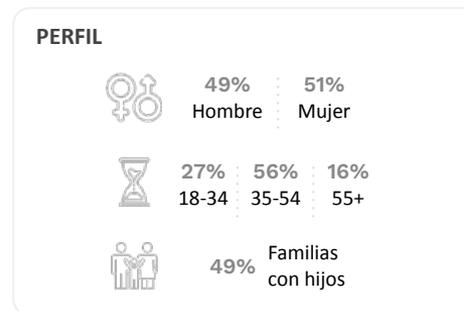
19%

**Usan**  
*de quienes reciben*



56%

**Interesados**  
*en recibir*



Base: Total muestra (1.000) | Base reducida: Han hecho uso del servicio de asistencia psicológica (22)

Base: Interesados en servicio de asistencia psicológica (498)

➤ Sin diferencias significativas entre hombres y mujeres, pero un mayor penetración entre los **perfiles más jóvenes**

➤ Elevado interés por **grupos intermedios de edad**, representando más de la mitad del interés en este servicio.

# Índice

- 01 Metodología
- 02 Resultados del estudio
- 03 Conclusiones principales**

# Claves del análisis

## Aumenta el interés por recibir servicios de bienestar en las empresas y el uso tras su implementación

El **67%** de los trabajadores se muestran **interesados** en recibir este tipo de servicios y **2 de cada 3 empresas aún no los ofrecen**.

**67%** interesados  
 ▲ 6 p.p vs. 2024

**67%** interesados  
 ▲ 6 p.p vs. 2024

Los trabajadores recurren cada **vez más** a los servicios de bienestar ofrecidos en sus empresas.

**54%** usan  
 ▲ 0.2 p.p vs. 2024

**1.4 media**  
 de servicios usados

**Mayor concienciación sobre el bienestar en el ámbito laboral**, siendo una de las principales causas para recurrir a los servicios.

**Prevención y concienciación** son motivadores principales para uso de los servicios

**Recibir estos servicios es un factor clave a la hora de elegir un nuevo trabajo (44%)**. Este porcentaje asciende al 67% cuando se trata de trabajadores que ya reciben este tipo de servicios.

**67%** de quienes reciben  
 Lo consideran importante al cambiar de trabajo  
 ▲13p.p vs. total

# Claves del análisis

**Recibir estos servicios se muestra cada vez más como una necesidad global, transversal entre generaciones**

Los **perfiles jóvenes** muestran mayor afinidad al interés en salud financiera mientras trabajadores de **edades más adultas**, en actividad física.

**22%** interés  
salud financiera  
(18-35 años)

**42%** interés  
act. física  
(+55 años)

El **44%** de los trabajadores **mayores de 55 años**, los considera un **factor clave** a la hora de cambiar de trabajo.

**44%**  
valoran al cambiar de  
trabajo (+55 años)

El **46%** de los **jóvenes entre 18 y 35** años piensa que llevar una buena alimentación favorece su **productividad**.

**46%**  
serv. nutrición aporta  
mayor productividad

La falta de **confianza y la privacidad** de sus asuntos personales, es una de las barreras entre las **generaciones adultas** a la hora de hacer uso de los servicios

**11%**  
prefiere mantener su  
privacidad (+55 años)

# Claves del análisis

Los servicios están cada vez más integrados en el día a día de nuestros trabajadores, aumentando su uso respecto años anteriores

Fisioterapia, asistencia psicológica y actividad física o entrenamientos, se posicionan como los **servicios más demandados**, independientemente del género o la edad.

**62%** Fisioterapia  
**50%** Asist. psicológica  
**38%** Act. física

Se aprecia cierta **preferencia por los servicios presenciales**, siendo en ocasiones una barrera para el uso de servicios de bienestar o financieros.

**63%**  
 prefiere recibir asist.  
 psicológica **presencial**

Crece el interés de los trabajadores por los servicios, destacando el **aumento de uso de la asistencia psicológica y nutrición**, siendo los servicios que más han aumentado su uso frente al año pasado.

**+50%** uso de asist.  
 psicológica  
 vs. 2023  
**+30%** uso de serv.  
 nutrición  
 vs. 2023



**Soluciones de bienestar físico y emocional para  
las personas que trabajan contigo.**

[desarrollodenegocio@mapfredigitalhealth.com](mailto:desarrollodenegocio@mapfredigitalhealth.com)  
[saludsavia.com](https://saludsavia.com)

 **savia**  
Salud digital **MAPFRE**

