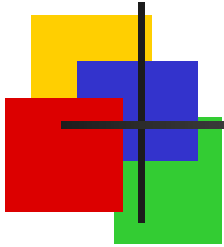


LOS RIESGOS PSICOSOCIALES Y LA SALUD MENTAL UNA VISION DESDE LA OIT



Valentina Forastieri

Coordinadora,

Unidad de Promoción de la Salud y Formación
Programa Mundial de la OIT sobre Seguridad y
Salud en el Trabajo, y Medio ambiente

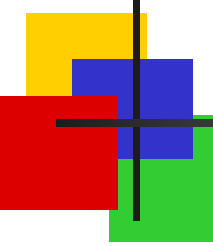


LOS RIESGOS PSICOSOCIALES Y LA SALUD MENTAL: UNA VISION DESDE LA OIT

1. Que es la OIT?
2. Los factores psicosociales y su impacto en la salud en el trabajo
3. Acción de la OIT en el ámbito de la prevención de los riesgos psicosociales y la promoción de la salud mental



La Organización Internacional del Trabajo se crea en abril de 1919



Es la más antigua organización internacional
y la única agencia del sistema
de Naciones Unidas donde los 183
Estados miembros están representados
en forma tripartita

Gobiernos



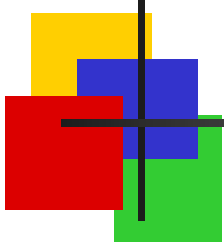
OIT

Empleadores

Trabajadores



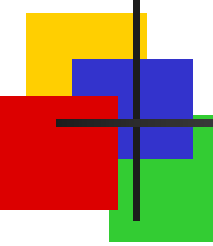
Manifestaciones del tripartismo en su estructura:



- Asamblea general: Conferencia Internacional del Trabajo
- Consejo de Administración
- Comisiones Tripartitas de Industrias
- Reuniones Regionales
- Comité de Libertad Sindical
- Oficina Internacional del Trabajo



Tres argumentos de los precursores: objetivos estratégicos



Humanitario:
Mejorar nivel de vida
de trabajadores

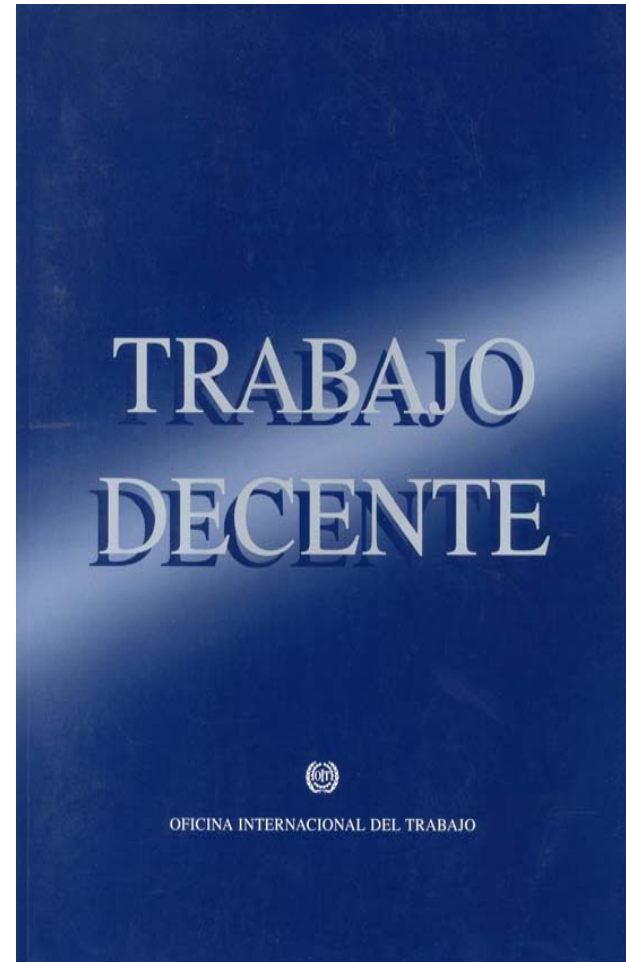
Político: Consolidar la justicia
y la paz social

Económico: Equiparar
condiciones de competencia
internacional



Objetivo prioritario de la OIT

- Trabajo productivo
- Libertad e igualdad de oportunidades
- Ingresos adecuados y
■ seguridad económica
- Protección de
derechos
- Protección social y
- Acceso a
oportunidades de
empleo de calidad



TRABAJO DECENTE *ES Trabajo Seguro*

METAS

1. Proteger a los Trabajadores en ocupaciones peligrosas;
2. Extender la protección a los trabajadores que no tiene acceso;
3. Promover la salud y el bienestar de los trabajadores
Y la calidad de la vida en el trabajo en todas las ocupaciones;
4. Mostrar que la prevención es una inversión



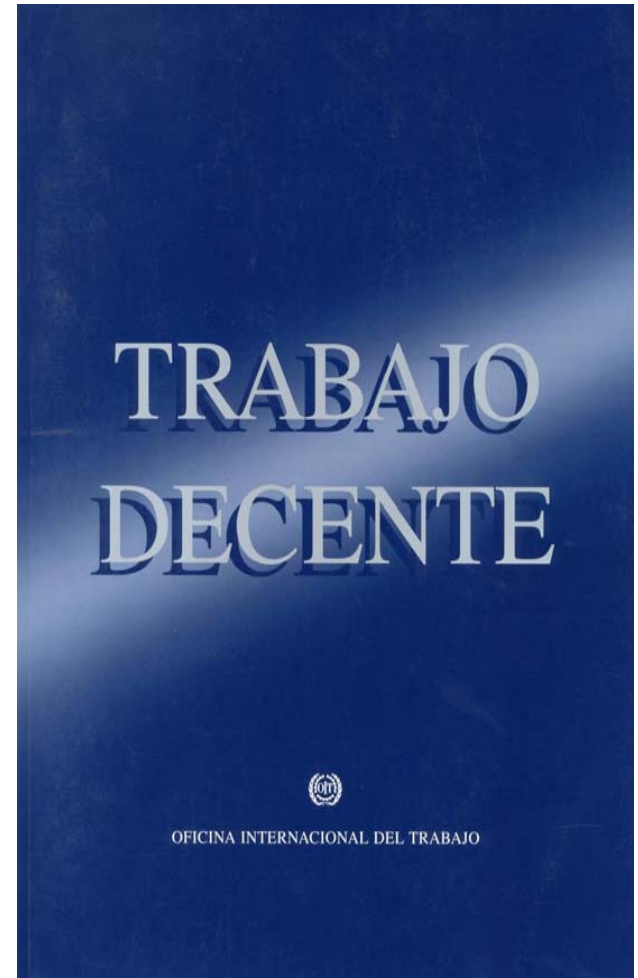
Trabajo Seguro



- Estrategia Mundial de Seguridad y Salud en el Trabajo (2003)

Convenios Marco en SST:

- Convenio. 155 y Recomendación. 164 sobre SST
- Convenio, 161 y Recomendación. 171 sobre servicios de salud en el trabajo
- Convenio 187 y Recomendación sobre el marco promocional de la SST



Programa de la OIT en Seguridad y salud en el trabajo: SAFEWORK



41 normas actualizadas sobre SST:

- Sectores específicos

- Riesgos específicos

- Medidas preventivas generales

- Categorías de trabajadores

- Inspección del trabajo

- Repertorios de Recomendaciones Prácticas

- Directrices técnicas

- Programas de formación

- Asistencia técnica a los programas nacionales de Trabajo Decente



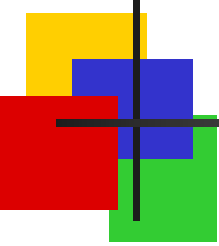
Principios Fundamentales para la protección de la salud y la vida de los trabajadores:

Medio ambiente de trabajo seguro y sano que favorezca la salud física y mental optima en relación con el trabajo

Adaptación del trabajo a las capacidades de los trabajadores, teniendo en cuenta su salud física y mental

Cooperación entre el empleador, los trabajadores y sus representantes en la aplicación de las medidas de prevención de riesgos en el trabajo





Los factores psicosociales y su impacto en la salud en el trabajo



Los factores psicosociales en el mundo del trabajo

Aquellas condiciones presentes en una situación laboral directamente relacionadas con la organización del trabajo, el contenido del trabajo y la realización de la tarea, que pueden afectar el desarrollo del trabajo y la salud del trabajador.



Factores psicosociales: efectos en el bienestar de los trabajadores y la salud mental

- Contenido del trabajo y organización del trabajo:
 - Sistema y cultura organizacionales
 - Contenido del trabajo
 - Ritmo y carga de trabajo
 - Horario de trabajo
 - Participación y control sobre las tareas
 - Rol en la organización
 - Desarrollo profesional, estatus e ingreso
 - Relaciones interpersonales
 - Interfase entre condiciones de vida y de trabajo



Los factores psicosociales en el mundo del trabajo



- ✓ Exigencias cuantitativas

- ✓ Exigencias cognitivas

- ✓ Exigencias emocionales

- ✓ Exigencias de esconder emociones

- ✓ Exigencias sensoriales

- Influencia en el trabajo

- Posibilidades de desarrollo

- Control sobre el tiempo de trabajo

- Significado del trabajo

- Integración en la empresa

- Previsibilidad

- Claridad de rol

- Conflicto de rol

- Calidad de liderazgo

- Apoyo

- Refuerzo

- Posibilidad de relacionarse

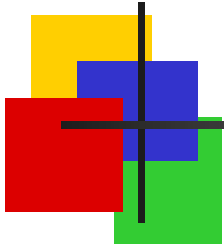
- Sentimiento de grupo

- ❖ Inseguridad

- ❖ Estima



Riesgos emergentes que afectan los lugares de trabajo



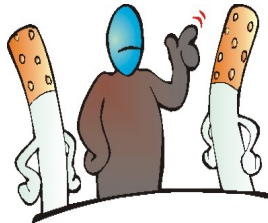
Alcohol y drogas



VIH/SIDA



Estrés



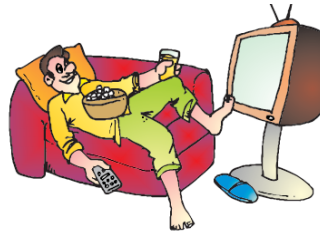
Tabaquismo



alta de descanso



Violencia



sedentarismo



obesidad

El estrés y el trabajo

- El estrés es un desequilibrio entre las demandas y los recursos y habilidades de una persona para afrontar esas demandas.
- El estrés de origen laboral es una respuesta física y emocional perjudicial para la salud del trabajador que se manifiesta cuando las exigencias del trabajo no corresponden o exceden las capacidades, los recursos o las necesidades de los trabajadores.



Impacto del estrés en el individuo

Para el trabajador:

- mayor riesgo de accidentes
- aumento de problemas familiares y sociales
- estigmatización y discriminación
- deterioro de la salud
- enfermedades físicas o psicológicas
- dolor, angustia, discapacidad y muerte



Impacto del estrés en el lugar de trabajo

Para la empresa o la organización:

- baja moral
- aumento de ausentismo, presentismo, y rotación del personal
- menor productividad
- beneficios o servicios reducidos
- costos mas altos
- menor competitividad



Impacto de las demandas de la Globalización en el Empleo

Reducción de costos a través de la precarización de las relaciones laborales y condiciones de empleo: **Nuevas formas de contratación**

- Trabajo temporal,
- trabajo a tiempo parcial,
- Inestabilidad en el empleo,
- Subempleo y desempleo,
- contratos precarios,
- Subcontratación,
- reestructuraciones y externalizaciones,
- trabajo a domicilio.



LA CRISIS ECONOMICA Y SU IMPACTO SOCIAL

En todo el mundo, las empresas están:

- disminuyendo su producción;
- reduciendo los puestos de trabajo;
- cerrando fábricas;
- despidiendo a gran número de trabajadores;
- aumentando la contratación a tiempo parcial y temporal; y
- externalizando y subcontratando.

La situación actual de afecta el mundo del trabajo continúa y se ve agravada por la crisis. Los mas afectados:

- precarios e informales,
- trabajadores jóvenes,
- trabajadores de edad,
- migrantes y
- trabajadores poco calificados



Riesgos emergentes: efectos en el bienestar de los trabajadores y la salud mental



Nuevas formas de organización del trabajo

- Nuevas relaciones laborales



Mayor incidencia de los factores psicosociales en el trabajo

- *Insatisfacción laboral*
- *Estrés*
- *Síndrome de "quemarse" trabajando (Burnout)*
- *Acoso moral (mobbing)*

- El estrés y la fatiga por carga de trabajo excesiva pueden:

- incrementar el riesgo de accidentes y enfermedades,
- reducir el rendimiento
- afectar a las relaciones en el trabajo.

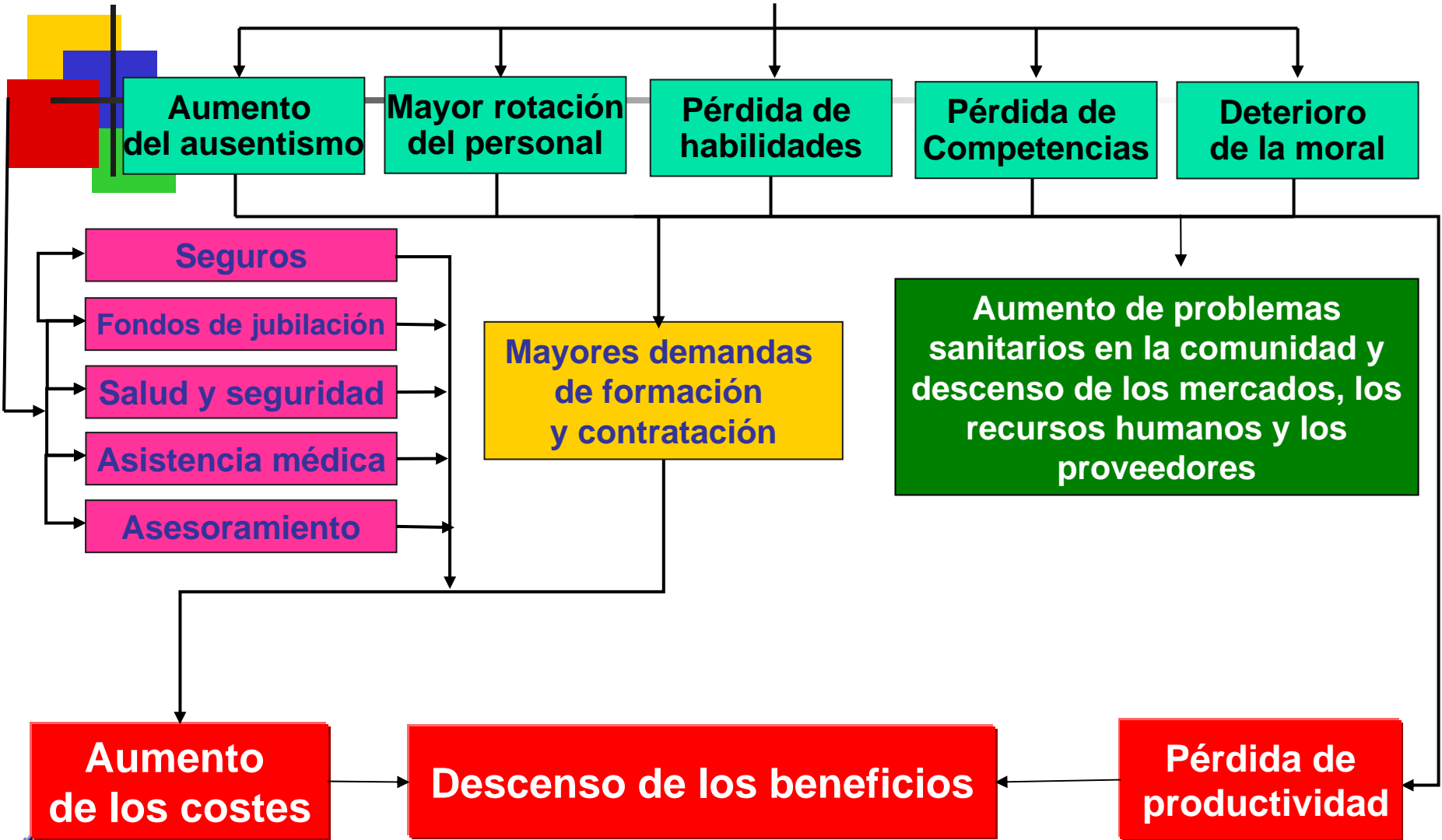


Riesgos emergentes relacionados con la crisis: efectos en el bienestar de los trabajadores y la salud mental

- Cambios en la organización del trabajo, en la gestión, introducción de nuevas tecnologías, nuevas formas de contratación: **incremento de los niveles de stress.**
- Efectos combinados de condiciones ergonómicas, mayor complejidad de las tecnologías, deficientes, organización del trabajo inadecuada, **aumento de las demandas mentales y emocionales**
- Condiciones de trabajo precarias, inestabilidad en el empleo, intensificación del ritmo de trabajo, **violencia, acoso.**
- La tendencia al consumo de alcohol y drogas o el tabaquismo como **respuesta a situaciones de estrés por falta de medidas colectivas**
- Entre el 50-60% de los días perdidos por absentismo en la UE en 2002 se debieron a estrés y los costos relacionados llegaron a 30 billones de euros.



El impacto de los riesgos emergentes en el lugar de trabajo



Riesgos emergentes relacionados con la crisis: efectos en el bienestar de los trabajadores y la salud mental

cambios en la ordenación del tiempo de trabajo:

- horarios irregulares o menos predecibles;
- número de horas de trabajo muy restringido por trabajo a tiempo parcial involuntario;
- número excesivo de horas de trabajo por horas extraordinarias no deseadas;
- aumento de las exigencias al trabajador en su puesto por intensificación del trabajo;
- exigencia de mayor flexibilidad y aprendizaje rápido a los trabajadores a fin de desempeñar nuevas tareas;



Riesgos emergentes relacionados con la crisis: efectos en el bienestar de los trabajadores y la salud mental

Situaciones de reestructuración:

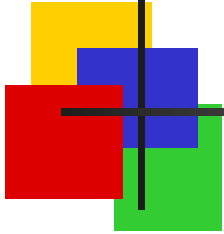
- la percepción del trabajador de no controlar su trabajo;
- la inseguridad en el empleo, miedo al despido o al desempleo;
- el sentirse aislados y no implicados adecuadamente en la empresa u organización;
- el sentir no tener las mismas oportunidades de prosperar o de recibir formación;
- incapacidad de los trabajadores que los desempeñan para organizarse y protegerse;



que el trabajador se encuentre sin trabajo.



LA CRISIS ECONOMICA Y SU IMPACTO EN LA SST



Crisis económica



Cambios organizativos y reestructuraciones



reducción de las medidas de seguridad y salud

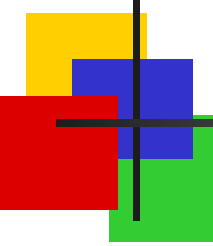


Aumento de los accidentes, enfermedades y muertes en el trabajo



incremento de los problemas de salud debido al desempleo.





Objetivo 3: Promover la salud y el bienestar de los trabajadores y la calidad de la vida en el trabajo en todas las ocupaciones:

Acción de la OIT en el ámbito de la prevención de los riesgos psicosociales y la promoción de la salud mental



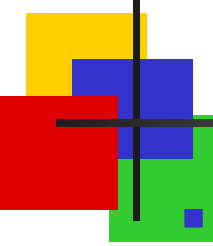
SAFEWORK: Cooperación técnica

Asistencia técnica y cooperación en promoción de la salud:

- Orientada sobre todo a los países en desarrollo
- Compromiso para la sostenibilidad de las medidas a través de los programas nacionales de trabajo decentes
- Diagnostico de necesidades como primer paso
- Desarrollo de la metodología y adaptación a las condiciones locales



Estrés de origen laboral

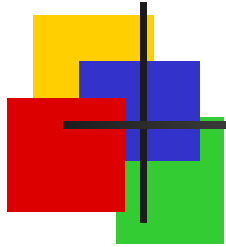


El estrés de origen laboral esta determinado por la organización del trabajo, el diseño de las tareas y las relaciones laborales.

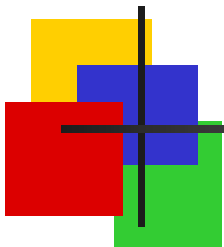
- Surge cuando el conocimiento y las habilidades de un trabajador de un grupo de trabajadores para afrontar una tarea no corresponden a las expectativas de la cultura organizacional de una empresa. Por lo tanto, las medidas a adoptar en el lugar de trabajo deben gestionarse con un enfoque multifactorial a través de la:
 - Puesta en practica de medidas colectivas de evaluación y gestión de riesgos, como se haría con otros riesgos en el trabajo;
 - Incrementando la capacidad del trabajador para afrontar dichas situaciones; y
 - Construyendo un sistema de apoyo social para los trabajadores n el lugar de trabajo.



El lugar de trabajo no es una isla: el modelo ecológico



Relación entre la promoción de la salud y la seguridad y la salud en el trabajo (SST)



El enfoque de la OIT



Para prevenir los riesgos psicosociales hay que abordarlos como otros riesgos en el trabajo

- **Evaluar:** identificar y medir la exposición a factores de riesgo.
 - *Factor de riesgo: condición de trabajo la exposición a la cual aumenta la probabilidad de incidencia de una enfermedad.*
- **Priorizar:** decidir por dónde se empieza a intervenir
- **Intervenir en origen:** modificar las condiciones de trabajo y la organización del trabajo
- **Es un proceso social y no sólo técnico.**



Principios de acción preventiva

- Evitar los riesgos
- Evaluar los que no se puedan evitar
- Combatir los riesgos en su origen
- Tener en cuenta la evolución tecnológica
- Sustituir lo peligroso por lo que entrañe poco o ningún peligro



Principios de acción preventiva

- Planificar la prevención
- Priorizar las medidas de protección colectiva frente a la individual
- Facilitar las instrucciones y formación necesarias a los trabajadores
- La participación de los trabajadores y sus representantes en cada momento es esencial. Quien mejor conoce su trabajo es sin duda quien lo realiza.






Evaluación de riesgos psicosociales

- Métodos cuantitativos:
 - Cuestionarios
 - Listas de control
 - Registros datos administrativos

- Métodos cualitativos:
 - Grupos discusión
 - Entrevistas
 - Observación





Estrategia OIT Programa de promoción de la salud abordaje de los factores psicosociales:

- Lista de enfermedades profesionales (2010)
- Programa de formación SOLVE 2002/2011
- Directrices para la evaluación del estrés (2011)
- Estudio interregional sobre estrés en el trabajo 2012



Programa de promoción de la salud: factores psicosociales:

Lista de enfermedades profesionales:

Trastornos mentales y del comportamiento

- Trastorno de estrés postraumático
- Otros trastornos cuando se haya establecido un vínculo directo entre la exposición a factores de riesgo que resulte de las actividades laborales y el(los) trastorno(s) mental(es) o del comportamiento contraído(s) por el trabajador



QUE ES SOLVE?

Es un programa de formación interactivo diseñado para abordar los factores psicosociales en el lugar de trabajo

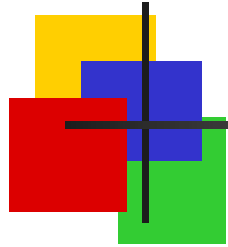


facilita pasar de:

- la definición de conceptos
- al diseño de una política
- a su puesta en práctica, y
- a su evaluación



EL OBJETIVO DE SOLVE



*Integrar la **promoción de la salud** en una **política en materia de seguridad y salud en el trabajo** y ejecutar un **plan de acción** en el lugar de trabajo*



LA FORMACION COMO UN MEDIO PARA LA ACCIÓN



Cada una de las actividades SOLVE...

ACTITUD

CONOCIMIENTO

APLICACIÓN



- Construye una actitud abierta hacia el tema
- Construye una base de conocimientos suficiente para que el participante pueda aplicar lo que ha aprendido
- Aplica el nuevo conocimiento a través de ejercicios



ESTRATEGIA SOLVE 2011





Programa Mundial de la OIT sobre Seguridad y Salud en el Trabajo, y Medio ambiente

Valentina Forastieri
Coordinadora,
Unidad de Promoción de la Salud y
Formación
www.ilo.org/safework/solve

