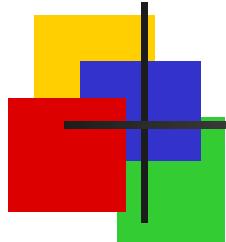


LOS RIESGOS PSICOSOCIALES Y LA SALUD MENTAL UNA VISION DESDE LA OIT

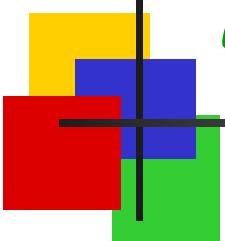


Valentina Forastieri
Coordinadora,

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

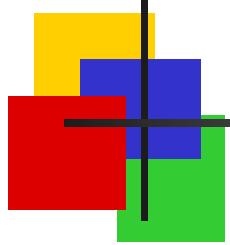


LOS RIESGOS PSICOSOCIALES Y LA SALUD MENTAL: UNA VISION DESDE LA OIT



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

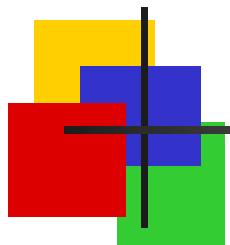


OIT

Empleadores

Trabajadores

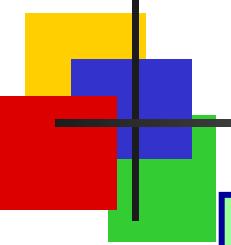




Manifestaciones del tripartismo en su estructura:

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





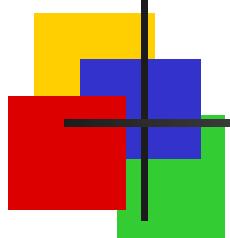
Tres argumentos de los precursores: objetivos estratégicos

Humanitario:
Mejorar nivel de vida
de trabajadores

Político: Consolidar la justicia
y la paz social

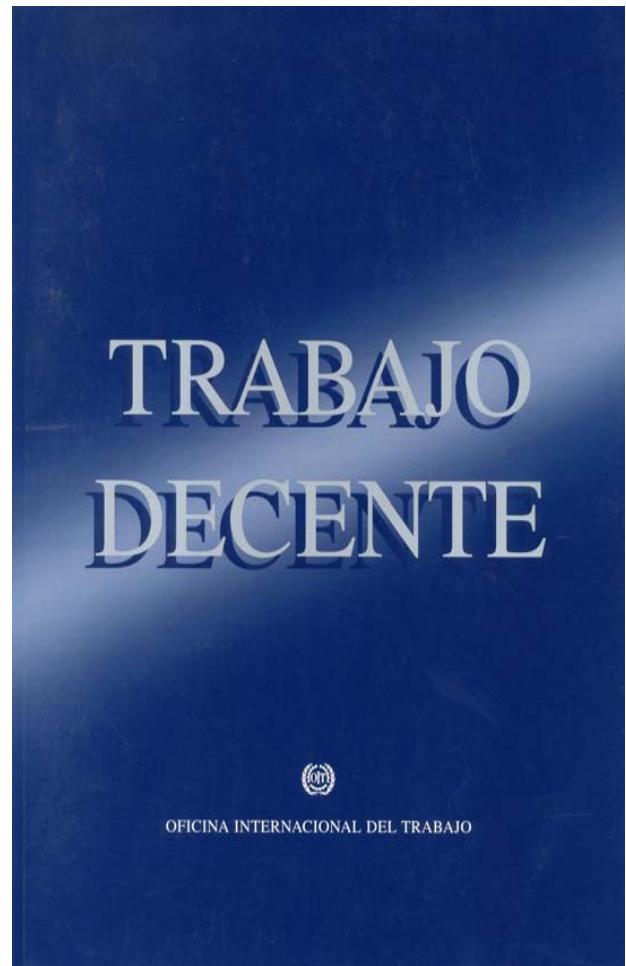
Económico: Equiparar
condiciones de competencia
internacional





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

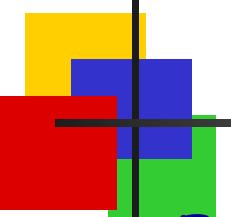


TRABAJO DECENTE *ES Trabajo Seguro*

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



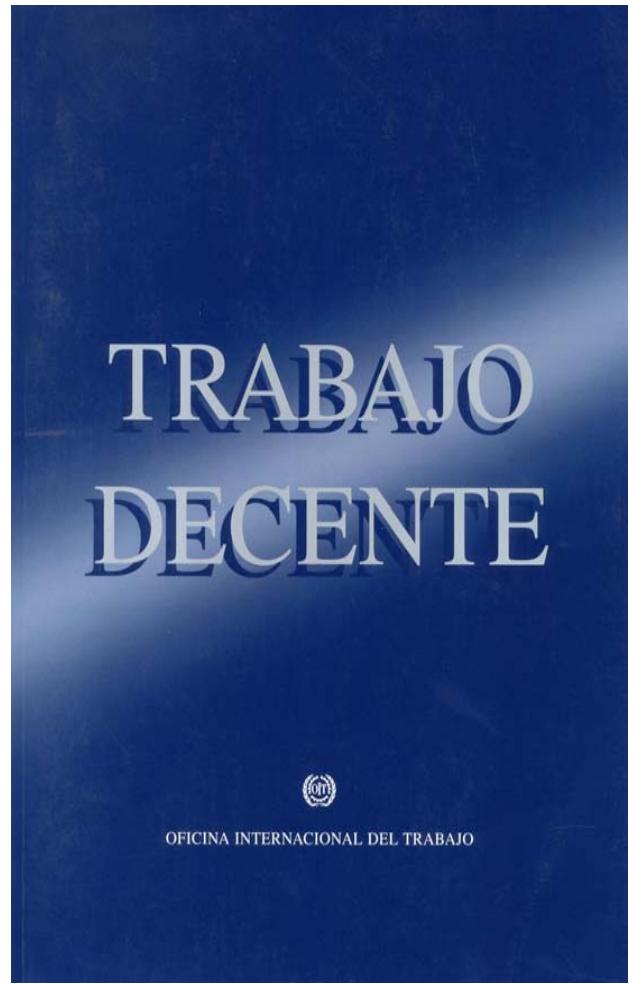


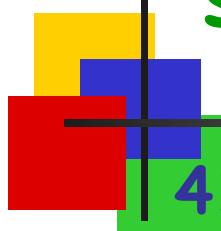
Trabajo Seguro

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 Recomendacion 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



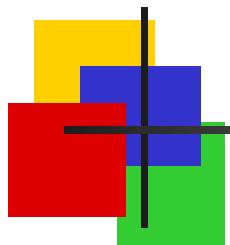
Principios Fundamentales para la protección de la salud y la vida de los trabajadores:

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

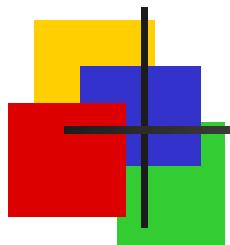
Cooperación entre el empleador, los trabajadores y sus representantes en la aplicación de las medidas de prevención de riesgos en el trabajo





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.**



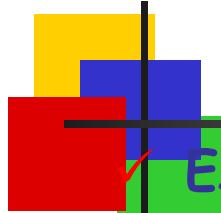
Factores psicosociales: efectos en el bienestar de los trabajadores y la salud mental

■ 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



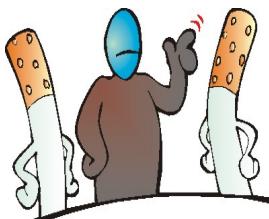
Estrés



Alcohol y drogas



VIH/SIDA



Tabaquismo



alta de descanso



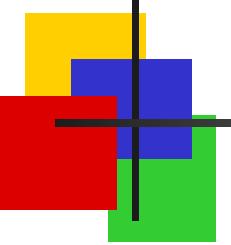
Violencia



sedentarismo



obesidad

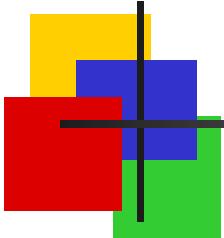


El estrés y el trabajo

- 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

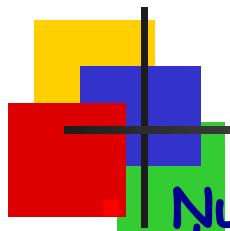
En todo el mundo, las empresas están:

- 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 continua 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

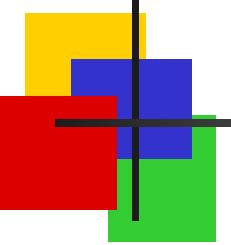
- Nuevas relaciones laborales



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.

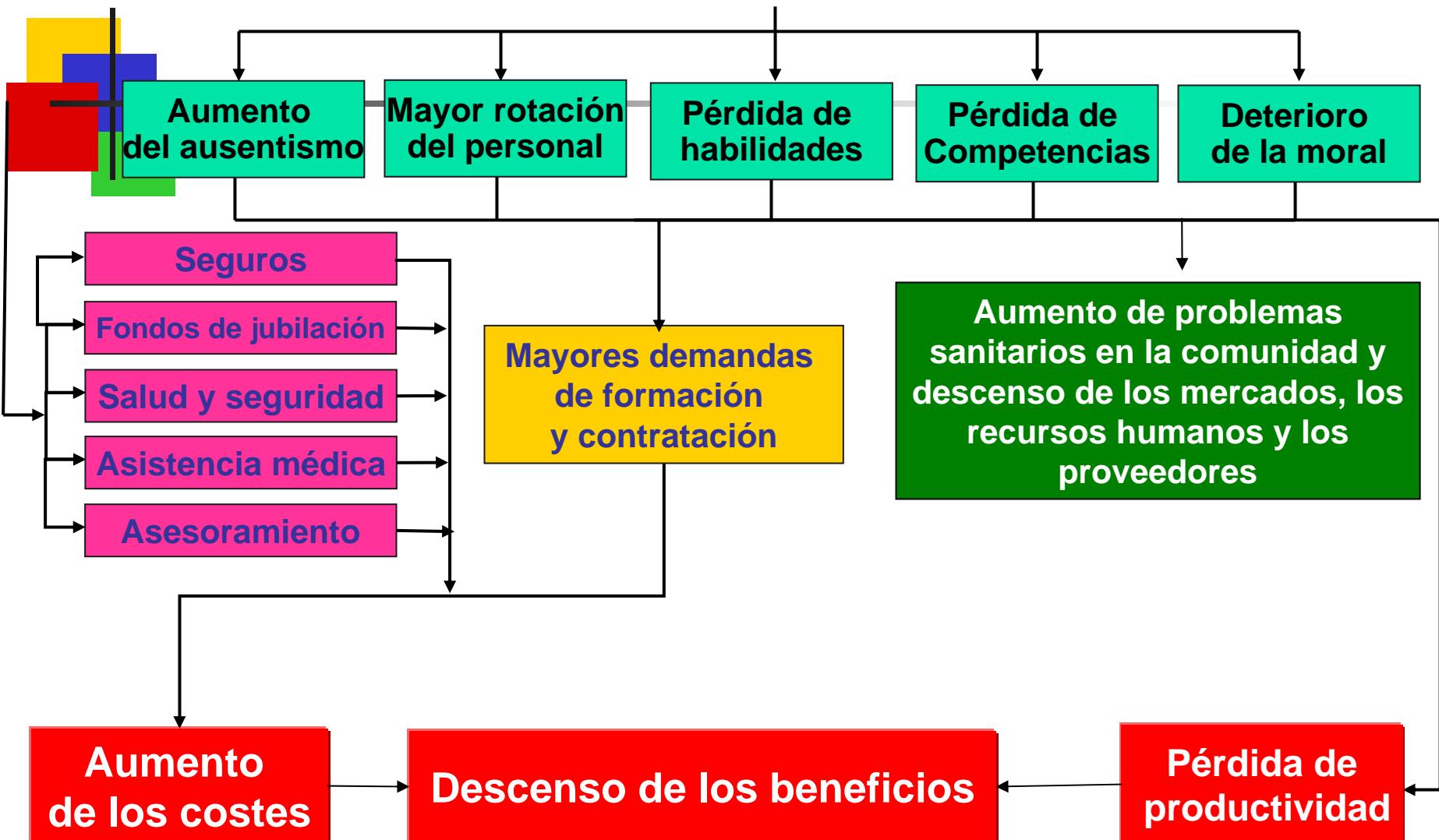


Riesgos emergentes relacionados con la crisis: efectos en el bienestar de los trabajadores y la salud mental

- 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:

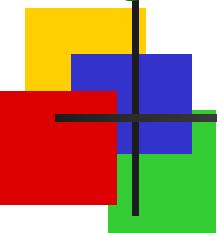
- la percepción del trabajador de no controlar su trabajo;
- la inseguridad en el empleo, miedo al despido o al desempleo;
- el sentirse aislados y no implicados adecuadamente en la empresa u organización;
- el sentir no tener las mismas oportunidades de prosperar o de recibir formación;
- incapacidad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

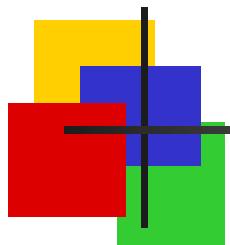


Aumento de los accidentes, enfermedades y muertes en el trabajo



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

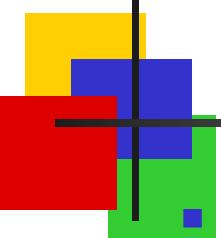


SAFework: Cooperación técnica

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
- Diagnóstico de necesidades como primer paso
- Desarrollo de la metodología y adaptación a las condiciones locales





Estrés de origen laboral

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

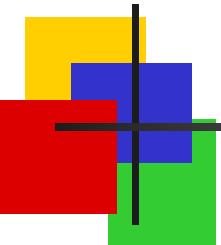
- Surge cuando el conocimiento y las habilidades de un trabajador de un grupo de trabajadores para afrontar una tarea no corresponden a las expectativas de la cultura organizacional de una empresa. Por lo tanto, las medidas a adoptar en el lugar de trabajo deben gestionarse con un enfoque multifactorial a través de la:
 - Puesta en práctica 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 en el lugar de trabajo.



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



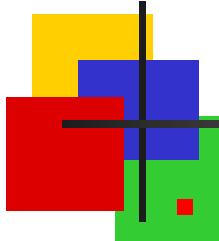
Relación entre la promoción de la salud y la seguridad y la salud en el trabajo (SST)



El enfoque de la OIT

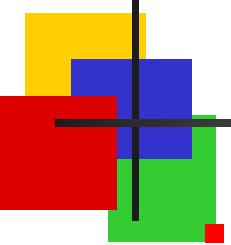


Para prevenir los riesgos psicosociales hay que abordarlos como otros riesgos en el trabajo



- 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.



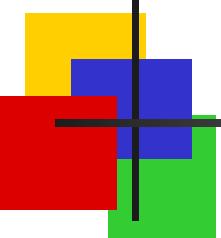


Principios de acción preventiva

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

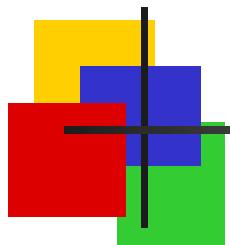




Principios de acción preventiva

- 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.



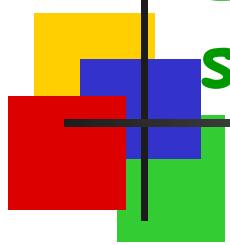


Evaluación de riesgos psicosociales

- 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:

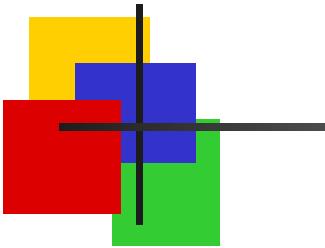
Listado de enfermedades profesionales:

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(es) trastorno(s) mental(es) o del comportamiento contraído(s) por el trabajador



QUE ES SOLVE?



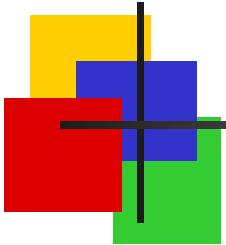
Es un programa de formación interactivo diseñado para abordar los factores psicosociales en el lugar de trabajo

facilita pasar de:

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



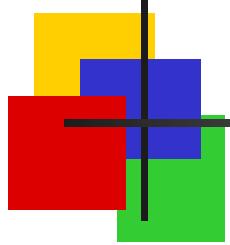
EL OBJETIVO DE SOLVE



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

