

RIESGOS PSICOSOCIALES EN EL TRABAJO



En el numeral 42 del Decreto 2566, se hace mención de las patologías causadas por estrés en el trabajo.

Los riesgos psicosociales perjudican la salud de los trabajadores y trabajadoras causando estrés y a largo plazo se generan enfermedades de tipo cardiovascular, respiratorio, inmunitario, gastrointestinal, dermatológico, endocrino, musculoesquelético y mental.

MODELO BIOPSIICOSOCIAL



Es un enfoque que entiende la enfermedad y la salud como un conjunto que incluyen los factores biológicos, los psicológicos y los sociales.

Los riesgos psicosociales laborales se generan por la realización de una o más tareas que afectan psicológicamente al trabajador(a)



Características de los riesgos psicosociales



La mayoría de las veces se extienden en el tiempo.



Pueden interrelacionarse con otros riesgos.



No es fácil medirlos.



Poseen escasa o nula protección legal.



Al contrario de lo que ocurre en otros tipos de riesgos laborales, no existen soluciones técnicas que se adapten a cada situación en particular.

Factores psicosociales que deben ser tenidos en cuenta dentro de la ejecución del Trabajo

- ❖ Tiempo de ejecución de cada tarea
- ❖ Autonomía
- ❖ Carga de trabajo
- ❖ Variedad y contenido (monotonía)
- ❖ Participación en toma de decisiones
- ❖ Relaciones interpersonales



CONDICIONES QUE GENERAN RIESGO PSICOSOCIAL



CARGAS DE TRABAJO EXCESIVAS



EXIGENCIAS CONTRADICTORIAS Y FALTA
DE CLARIDAD EN LAS FUNCIONES DEL
PUESTO

CONDICIONES QUE GENERAN RIESGO PSICOSOCIAL



FALTA DE PARTICIPACIÓN EN LA
TOMA DE DECISIONES



GESTIÓN DEFICIENTE E INSEGURIDAD
LABORAL

CONDICIONES QUE GENERAN RIESGO PSICOSOCIAL



FALTA DE APOYO POR PARTE DE
LOS COMPAÑEROS



COMUNICACIÓN INEFICAZ

CONDICIONES QUE GENERAN RIESGO PSICOSOCIAL



ACOSO SEXUAL Y PSICOLÓGICO



ACOSO LABORAL

SÍNTOMAS ASOCIADOS A LOS RIESGOS PSICOSOCIALES

- Psicológicos
- Físicos
- Conductuales

SÍNTOMAS PSICOLÓGICOS

Depresión



Ansiedad



Pérdida de memoria



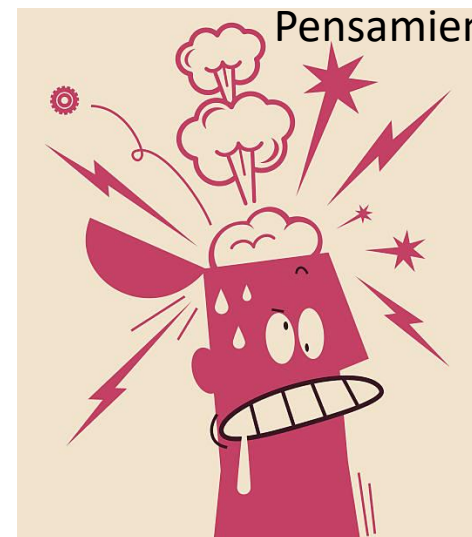
Desesperanza



Desánimo



Pensamientos suicidas



SÍNTOMAS FÍSICOS

Insomnio



Estrés



Burnout



Agotamiento



Dolor de espalda



Presión arterial alta



Dolor en el pecho



Incremento de peso



Sed



Dolor de Cabeza



SÍNTOMAS CONDUCTUALES

Ira



Cambios de humor



Tabaquismo



Alcoholismo



Irritabilidad



CONSECUENCIAS A NIVEL LABORAL

- ✓ Absentismo
- ✓ Abandono del trabajo
- ✓ Incremento de Accidentes
- ✓ Conflictos interpersonales
- ✓ Disminución en calidad y cantidad de trabajo

MEDIDAS PREVENTIVAS

- ✓ Identificar y evaluar los riesgos Psicosociales
- ✓ Promover el liderazgo activo
- ✓ Formar e informar sobre resolución de conflictos
- ✓ Formar e informar sobre factores como el estrés y su adecuado manejo.
- ✓ Mejorar habilidades de comunicación dentro de la empresa.
- ✓ Establecer medidas de prevención.

MEDIDAS DE PARTICIPACIÓN Y MEJORA EN EL TRABAJO

- ✓ Facilitar la toma de decisiones
- ✓ Evitar incertidumbres sobre estabilidad laboral
- ✓ Fomentar el desarrollo profesional
- ✓ Realizar planes formativos y de promoción

MEDIDAS DE ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO

- ✓ Las tareas encomendadas deben tener sentido y razón
- ✓ Definir adecuadamente las tareas a realizar e incluir responsabilidades
- ✓ La empresa debe corroborar que el trabajador(a) sí posee las cualidades y capacidades para cumplir las exigencias
- ✓ Programar descansos

MEDIDAS DE ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO

- ❑ Los objetivos del trabajador y la empresa deben estar alineados
- ❑ Variedad de tareas
- ❑ Informar sobre la calidad de los trabajos realizados
- ❑ Fomentar la autonomía del trabajador en la realización de las tareas
- ❑ Fomentar la colaboración y participación en el trabajo de equipo

MEDIDAS PREVENTIVAS DE SALUD

- ✓ Fomentar hábitos saludables en la alimentación, deporte y sueño.
- ✓ Gestión y calidad del tiempo.

G R A C I A S

