



Factores de Riesgo Psicosocial

**NUEVA ESCUELA POPULAR Y OBRERA
NEPO**

CARLOSMARIO DÍAZ ÁLVAREZ
Psicólogo con énfasis Social Comunitario



¿Qué es la salud?

Según la **OMS** la **salud** es:

«La **salud** es un estado **de** completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia **de** afecciones o enfermedades».





FACTORES PSICOSOCIALES

El concepto factores psicosociales hace referencia a aquellas condiciones que se encuentran presentes en una situación laboral y que están directamente relacionadas con la organización, el contenido de trabajo y la realización de la tarea, y que tienen capacidad para afectar tanto al bienestar o la salud (física, psíquica o social) del trabajador, como al desarrollo del trabajo.





Los factores psicosociales son susceptibles de provocar daños a la salud de los trabajadores, pero también pueden influir positivamente en la satisfacción y, por tanto, en el rendimiento.





EL COMITÉ MIXTO OIT / OMS

Los factores psicosociales “consisten en interacciones entre, por una parte, el trabajo, el medio ambiente y las condiciones de organización, y por la otra, las capacidades del trabajador, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo, todo lo cual, a través de percepciones y experiencias, pueden influir en la salud, el rendimiento y la satisfacción en el trabajo”.





SALUD Y DESARROLLO

Desde 1974, los Estados Miembros de la OMS prestan atención cada vez mayor a la cuestión de los factores psicosociales en relación con la salud y el desarrollo humano. La Asamblea Mundial de la Salud pidió al Director General que organizara programas multidisciplinarios con el fin de explorar la función de dichos factores y de preparar propuestas relativas al fortalecimiento de las actividades de la OMS en este sector.



SALUD Y DESARROLLO

La *salud* no es solamente «la ausencia de afecciones o enfermedades» sino también «un estado de completo bienestar físico, mental y social».

El *bienestar* es un estado dinámico de la mente que se caracteriza por un grado razonable de armonía entre las facultades, las necesidades y las expectativas del trabajador y las exigencias y oportunidades del medio ambiente.



FACTORES PSICOSOCIALES

Actualmente las condiciones ambientales, humanas y físicas contra las condiciones individuales pueden generar en la población diferentes reacciones, que son resultado de situaciones a las cuales se encuentra expuesta la población trabajadora y que afecta algunos funcionarios.

Algunas de estas afecciones son estrés laboral, desgaste profesional o burnout, acoso laboral o mobbing, depresión, ansiedad, trastornos de personalidad, entre otros diagnósticos.





Síntomas iniciales de deficiencias de la salud

Reacciones al estrés

Gracias a los estudios sobre medidas preventivas en la esfera de la higiene del trabajo se concede cada vez más importancia a la detección de los indicadores iniciales de deficiencias de la salud. Síntomas inespecífico, como dolores y adormecimientos difusos, trastornos del sueño, aprensión, ansiedad y formas leves de depresión, son relativamente habituales en las poblaciones trabajadoras.



EL SÍNDROME DE AGOTAMIENTO (« BURN OUT »)

La expresión inglesa « *burn out* » se ha hecho popular para describir un síndrome que experimentan las personas empleadas en profesiones que implican un alto grado de contacto con otras personas. A partir de un examen general de los estudios sobre el tema, el síndrome se redefinió recientemente como «una respuesta al estrés emocional crónico con tres componentes: a) agotamiento emocional y físico o uno de los dos; b) descenso de la productividad; y c) notable despersonalización».





Handwritten signature

Handwritten signature

EL TABAQUISMO Y LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS

Fumar es un hábito que puede tener diversas motivaciones, tanto internas como externas.

Se ha demostrado que está asociado a la tensión y la ansiedad. Se ha hallado también una relación entre el estrés en el trabajo y el hábito de fumar; en particular se ha demostrado que la decisión de dejar el tabaco está relacionada negativamente con diversos factores laborales de estrés.







EL TABAQUISMO Y LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS

El cambio de los hábitos alimentarios, en especial la excesiva ingestión de alimentos, se observa con relativa frecuencia durante periodos de estrés intenso, pero no se han sistematizado los datos obtenidos. Es evidente que convendría investigar la contribución de los factores psi-cosociales profesionales a la obesidad, y que la lucha contra ésta es de suma importancia para la salud pública.





EL CONSUMO DE ALCOHOL

El aumento del consumo de alcohol, el consumo excesivo y la bebida con fines de evasión se consideran generalmente reacciones posibles a problemas psicosociales en el trabajo. Sin embargo, son escasos los datos empíricos que confirman esa hipótesis, entre otras cosas porque resulta difícil obtener cifras fidedignas sobre el consumo de alcohol. Además, este tipo de comportamiento está regulado por la herencia cultural y las normas sociales, y no es posible determinar de manera uniforme su función como reacción al estrés.



nepo
NUEVA ESCUELA POPULAR Y OBRERA



www.lifeder.com

EL RENDIMIENTO LABORAL

Una de las consecuencias del estrés profesional que más preocupa a las organizaciones es la variación del rendimiento del empleado. El rendimiento está directamente relacionado con la eficacia de la organización y, por tanto, más claramente vinculado con sus intereses económicos que las demás consecuencias del estrés. Se han realizado numerosos estudios sobre el rendimiento profesional en función de diversos factores del medio laboral pero menos en relación con el estrés como factor mediador. No se ha considerado que presentara gran interés al estudiar las consecuencias del estrés profesional en el ser humano.



nepo
NUEVA ESCUELA POPULAR Y OBRERA



EL AUSENTISMO Y LA ROTACIÓN DE PERSONAL

Durante los últimos decenios, el ausentismo por enfermedad ha aumentado en todos los países desarrollados. La frecuencia de ausencias durante el año se ha elevado con mayor rapidez que el número de días de trabajo perdidos, lo cual ha aumentado más que el número de ausencias prolongadas. Los datos acerca de la falta al trabajo pueden clasificarse según diversos criterios: la razón de la ausencia, su duración y su necesidad. La necesidad de faltar al trabajo debido a una enfermedad o a un accidente grave no puede ponerse en duda.





En cambio, las ausencias por enfermedades leves, fatiga, tensión o motivos personales son, en gran medida, cuestiones optativas y dependen de muchos factores, tanto relacionados, como no relacionados con el lugar de trabajo, por ejemplo la tolerancia local y cultural, consideraciones personales relativas a la pérdida de salario y las políticas de control aplicadas por el patrono y el asegurador.

TRASTORNOS MENTALES RELACIONADOS CON EL TRABAJO

La población trabajadora forma parte importante de la comunidad, y la industrialización en los países en desarrollo y la automatización de los procesos industriales en los países más desarrollados han provocado rápidos cambios del medio psicosocial en los lugares de trabajo y de las reacciones de los trabajadores. La exposición a estrés psicosocial en el trabajo va acompañada de una serie de problemas de salud, entre los que se incluyen trastornos del comportamiento y enfermedades psico-somáticas.







Trastornos mentales relacionados con el trabajo

Hace mucho tiempo que la gente se pregunta si el trabajo puede afectar al hombre hasta volverle loco y, desde el punto de vista técnico, esa interrogación puede plantearse de dos maneras.

- 1. ¿Existen trastornos mentales en cuyo origen esté el trabajo que aparezcan únicamente en determinadas situaciones, es decir, en relación con un trabajo concreto?*
- 2. ¿Contribuye el trabajo a la aparición de trastornos mentales que no son específicamente profesionales, como la esquizofrenia, la histeria o la depresión o, por lo menos, a que se produzcan crisis y episodios agudos de esos trastornos, cuya sintomatología, una vez que llega a ser manifiesta, es independiente del trabajo?*



EL TRABAJO PUEDE SER SALUDABLE

El trabajo dignifica, amplia el conocimiento, es la oportunidad para ejercer sus aptitudes.

Todavía en algunos lugares del mundo los trabajadores deben luchar para obtener unas condiciones de trabajo acordes a la dignidad humana, respetando los derechos humanos consignados en las distintas cartas de la OMS, OIT, ONU.





REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- www.umb.edu.co



Agradecemos su atención

**NUEVA ESCUELA POPULAR Y OBRERA
NEPO.**

