

Buenas Prácticas

- Establecer protocolos de actuación que definan claramente una Política de Gestión Preventiva Psicosocial
- Crear y facilitar sistemas positivos de participación y comunicación
- Estilo de Liderazgo basado en valores
- Informar y formar fomentando la Cultura Preventiva
- Garantizar el respeto y el trato justo
- Diseñar y facilitar la carrera profesional
- Conciliar la vida familiar y laboral
- Favorecer la autonomía en el trabajo
- Crear y fomentar ambientes de trabajo saludables
- Fomentar el apoyo social
- Planificar y organizar adecuadamente el trabajo
- Vigilar la salud y llevar un estilo de vida saludable

Los riesgos psicosociales también deben prevenirse



Dirección General de Trabajo

**Instituto Aragonés
de Seguridad y Salud Laboral**

Gabinetes de Seguridad e Higiene

HUESCA

Edificio DGA. Ricardo del Arco, 6, 4ª planta

C.P.: 22003

Tel. 974 29 30 32 • Fax: 974 29 30 33

TERUEL

San Francisco, 1, 1ª planta

C.P.: 44001

Tel. 978 64 11 77 • Fax: 978 64 11 73

ZARAGOZA

Dr. Bernardino Ramazzini, 5

C.P.: 50015

Tel. 976 71 66 69 • Fax: 976 71 66 68



**Prevención de
riesgos psicosociales**



FONDO SOCIAL EUROPEO
"Construyendo Europa desde Aragón"



Instituto Aragonés de Seguridad
y Salud Laboral

¿Qué son los "factores psicosociales"?

"Aquellas condiciones presentes en una situación laboral, relacionadas con la organización, el contenido del trabajo y la realización de la tarea susceptibles de afectar tanto al bienestar y la salud (física, psíquica o social) de los trabajadores como al desarrollo del trabajo."

Comité mixto OIT/OMS

¿Cuáles son los factores que más intervienen en los riesgos psicosociales?

- Contenido del trabajo
- Carga y ritmo de trabajo
- Tiempo de trabajo
- Falta de participación y control
- Cultura organizacional
- Relaciones personales
- Desempeño del rol
- Desarrollo personal
- Interacción casa-trabajo
- Entorno de trabajo

¿Cuáles son los riesgos psicosociales?

- El estrés laboral
- La violencia en el trabajo
- La fatiga derivada de la ordenación temporal

¿Qué consecuencias se derivan de la exposición a riesgos psicosociales?

En la organización empresarial:

- Absentismo
- Bajas voluntarias
- Descenso de la productividad
- Incremento de la siniestralidad

En el trabajador:

- Físicas: trastornos cardiovasculares, digestivos, endocrinos, músculo-esqueléticos, insomnio...
- Psicológicas: trastornos del estado de ánimo y adaptativos
- Conductuales: actos inseguros, adicciones o toxicomanías

¿Existe normativa específica en prevención de riesgos psicosociales?

No existe a nivel de la Unión Europea una regulación legal ni convencional unitaria sobre riesgos psicosociales, siendo la Directiva Marco 89/391/CEE y las normas que la trasponen, en nuestro caso la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, las encargadas de regularlos.

¿A quiénes afectan?

Potencialmente a todos los sectores productivos, sin excepción alguna, y a todos los niveles de la empresa.

¿Deben evaluarse?

Sí, y su evaluación debe integrarse en la gestión de la prevención de la empresa u organización, siguiendo los mismos principios que otras áreas preventivas.

La obligación de evaluar los riesgos que no se pueden evitar y que afectan a la salud y seguridad de los trabajadores incluye también a los riesgos psicosociales y su incumplimiento constituye infracción.

¿Cómo deben evaluarse?

- Utilizando una metodología cuantitativa fiable y de reconocido prestigio, apoyada con técnicas cualitativas
- Con la consulta y participación directa de los trabajadores y/o sus representantes
- Abarcando a toda la empresa

¿Todos los riesgos psicosociales identificados han de ir acompañados de medidas preventivas?

Sí, y deberán incluir una planificación específica para cada uno de ellos. Las medidas pueden ser:

- Organizativas (primarias). Dirigidas al origen del problema
- De intervención o afrontamiento (secundarias). Incluyen acciones de formación y sensibilización
- De protección o rehabilitación (terciarias)