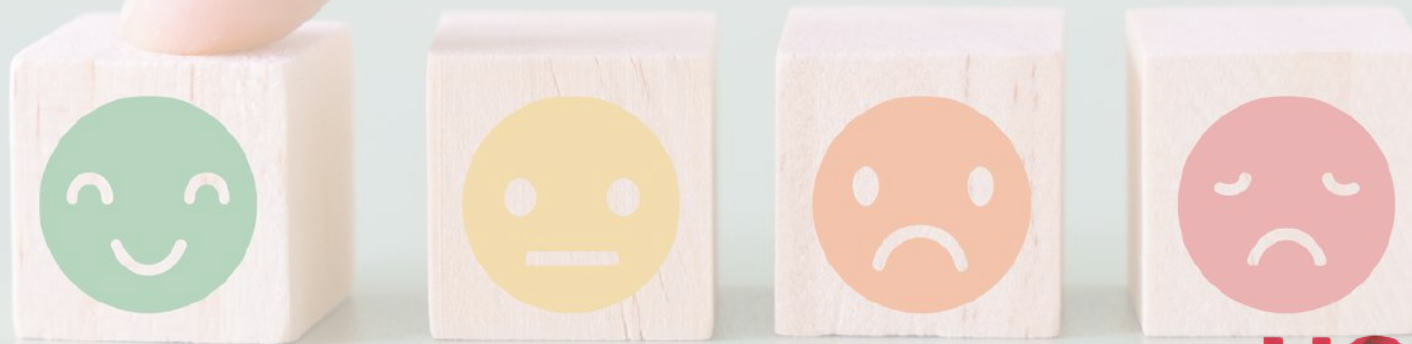


HABLEMOS SOBRE SALUD MENTAL

28 de abril de 2024
Día Mundial de la Seguridad y
Salud en el Trabajo



¿ES IMPORTANTE HABLAR DE SALUD MENTAL EN LOS CENTROS DE TRABAJO?

Según el último Informe Mundial de Salud Mental de la OMS publicado en 2022, se estima que **cada año se pierden 12.000 millones de días de trabajo debido a la depresión y la ansiedad**. La COVID-19 provocó un aumento del 25% en la ansiedad y la depresión general en todo el mundo, y puso de manifiesto la falta de preparación para lidiar con su impacto además de revelar una escasez crónica de recursos a nivel mundial.

Según el Sondeo de opinión europeo sobre seguridad y salud en el trabajo realizado por la Agencia Europea especializada en la materia en 2022 se pone de manifiesto que el **27% de las y los trabajadores sufren estrés, ansiedad o depresión provocados o agravados por el trabajo**.



¿QUÉ CONSECUENCIAS TIENEN EN LA SALUD LAS CONDICIONES LABORALES CON RIESGOS PSICOSOCIALES?

Las condiciones laborales que se caracterizan por tener acentuados los factores de riesgo psicosocial (carga de trabajo, horarios, demandas) tienen consecuencias graves:

- A **nivel individual** pueden provocar problemas de salud mental y física, así como la intención de dejar el trabajo.
- A **nivel organizacional** se traducen en pérdida de productividad, absentismo y rotación de personal.
- A **nivel social** generan costos en el sistema de salud y ponen una carga adicional en los servicios de salud públicos.



¿EN QUÉ SECTORES HAY MAYORES IMPACTOS EN LA SALUD MENTAL?

La Agencia Europea para la Salud y la Seguridad en el Trabajo (EU-OSHA) señala:

- Los sectores **relacionados con la salud y el cuidado** presenta la mayor prevalencia de riesgos psicosociales, así como problemas de salud mental, tales como estrés, depresión o ansiedad.
- Las condiciones laborales de estos trabajos se caracterizan por altas cargas de trabajo, presión temporal, demandas emocionales, exposición a eventos traumáticos, violencia de terceros, el acoso interno, las largas horas de trabajo y el trabajo por turnos, a menudo combinados con la escasez de personal.



¿CÓMO AFECTAN LOS RIESGOS PSICOSOCIALES A LAS TRABAJADORAS DE LOS SECTORES PÚBLICOS?

Es necesario integrar en todas las etapas de prevención y protección de la salud la perspectiva feminista para:

- Ser conscientes que **los sectores más afectados** en relación a riesgos psicosociales que tienen consecuencias sobre la salud mental, sanitario y cuidados, **están altamente feminizados y suelen tener condiciones precarias.**
- **Hay** factores de **riesgos que suelen afectar a las mujeres más** que a los hombres -como el **acoso o la violencia sexual-** o que **la carga y el impacto de las responsabilidades en materia de prestación de cuidados suelen ser mayores para las mujeres.**
- También existen diferencias de género en que “generalmente, las **mujeres presentan tasas superiores de depresión, estrés, ansiedad, somatizaciones y trastornos de la alimentación,** mientras que los hombres padecen con mayor frecuencia abuso de sustancias y trastornos antisociales”.