

PREVENCIÓN PRIMARIA DE LOS RIESGOS LABORALES PSICOSOCIALES Y TRASTORNOS DE SALUD MENTAL CON PERSPECTIVA DE GÉNERO EN ESTABLECIMIENTOS RESIDENCIALES

Jornada tipo taller. Diálogo entre el conocimiento científico-técnico y el derivado de la experiencia en los puestos de gerocultora.



CON LA FINANCIACIÓN DE:



AS2024-0015



COLABORA:





Riesgos laborales ¿psicosociales?

Las condiciones de trabajo que llamamos riesgos laborales psicosociales “se derivan de las deficiencias en el diseño, la organización y la gestión del trabajo, así como de un contexto social de trabajo pobre, y pueden producir trastornos psicológicos, físicos y sociales”

Agencia europea para la seguridad y la salud en el trabajo (EU-OSHA)
<https://osha.europa.eu/es/themes/psychosocial-risks-and-mental-health>



Lo dice la ley: qué?

- Aspectos del trabajo susceptibles de producir daños y por lo tanto **objeto de actividad preventiva:**

“todas aquellas características del trabajo, incluidas las relativas a su organización y ordenación...” (art. 4.7.d LPRL)

- **Psicosociología disciplina reconocida** (art. 18.2.a y 34.c. RSP)



¿Riesgos laborales psicosociales?

- **Demanda-control-apoyo social**
(Karasek/Theorell (1979)-Jonhson/Hall
(1988))
- **Esfuerzo-compensaciones** (Siegrist, 1990)

Otros complementarios: *Exigencias emocionales* (Zapf D et al, 2001), *Inseguridad* (Ferrie et al, 2002), justicia organizacional (Elovaino, Kivimaki, Vathera, 2002), *demandas-recursos* (Schaufeli y Bakker, 2004), *conflicto trabajo-familia* (Lunau, et al., 2014)_
NTP 1185 y NTP 1186

60 personas, 5 gerocultoras, en dos horas y media. Tienes 8 minutos para levantarlo, quitarle el pijama, ducharlo, secarlo, hidratarlo, vestirlo, secarle el pelo, peinarle, afeitarse, hacer la cama y bajarlo al desayuno... Hay que trabajar muy deprisa (gerocultora).



R
las
ela



"Nuestro trabajo es muy bonito, trabajo con personas de 90 años disfruto, me rio, también me enfado... damos y recibimos cariño ... Pero no estás preparada para los cuidados paliativos y lloras, lloras, lloras..."

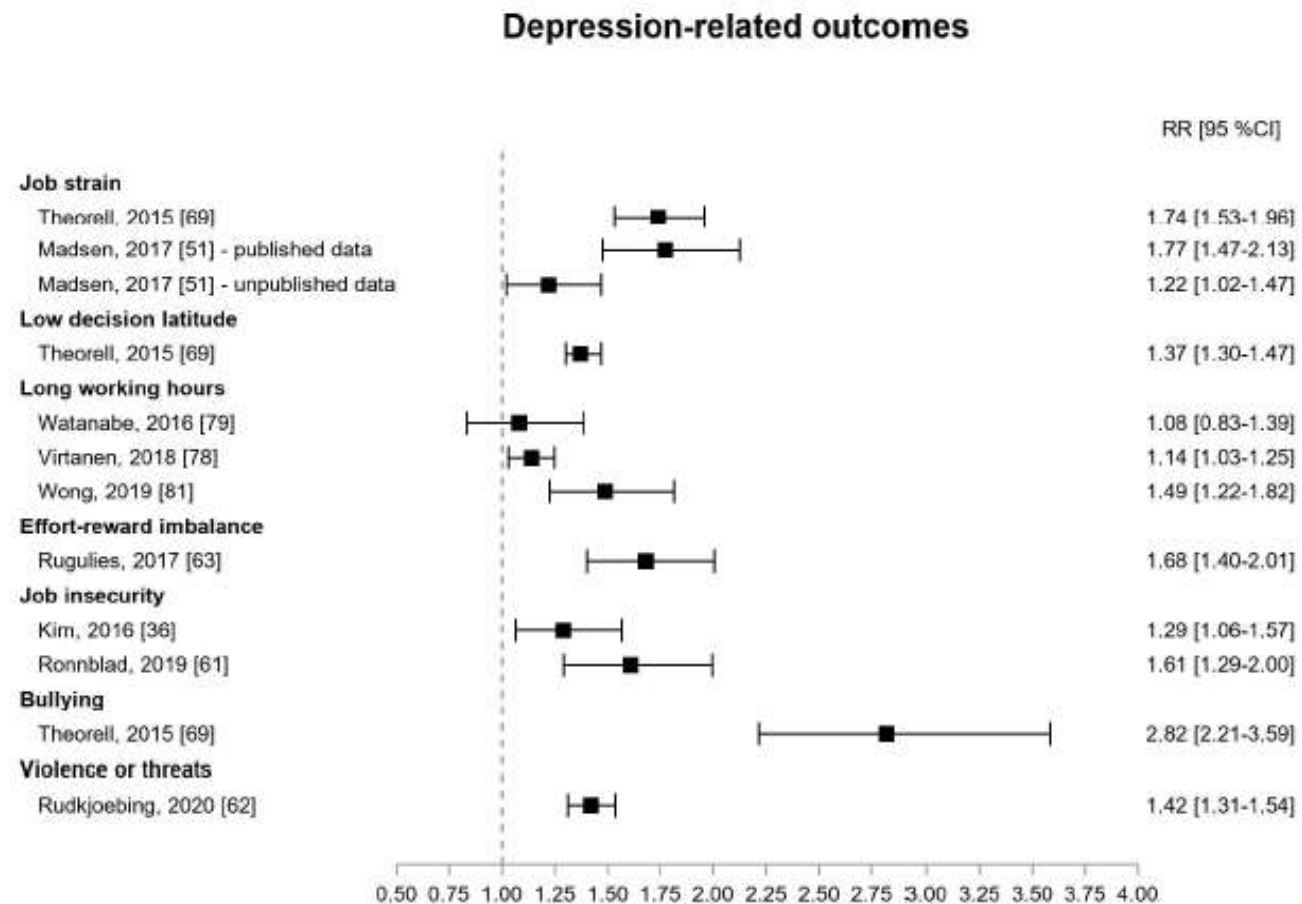
"Todas tomamos pastillas. En parte viene por el miedo a que te bajen el sueldo y no llegues, porque te bajan las horas cuando se muere un abuelo o por las sanciones por tonterías... Esto no te lo quita ningún curso ni psicóloga" (Gerocultora)

Solamente libramos un domingo al mes, no tenemos vida social y complica mucho la familiar. Justo cuando los niños están en casa, tú estás trabajando... Se lo carga todo mi madre, y te pierdes muchas cosas. Luego, el cuadrante es anual, pero la realidad es que cada mes te dan un cuadrante nuevo o te llaman el día de antes porque una compañera se ha puesto enferma, y debes cubrirla en tu día de descanso (gerocultora).



Por ejemplo, a la hora de levantar tienes un protocolo que seguir. Y si te saltas su protocolo de trabajo, te pueden sancionar (gerocultora).





Las posibilidades de padecer **depresión** aumentan si se está expuestx a:

•altas exigencias y bajo control: **77%**

•altas exigencias y bajas compensaciones: **66%**

•alta inseguridad laboral: **61%**

Figure 7. Pooled estimates for the associations between psychosocial work exposures and depression-related outcomes



Meta-Analysis > JAMA Psychiatry. 2020 Aug 1;77(8):842-851.

doi: 10.1001/jamapsychiatry.2020.0322.

Psychosocial Stressors at Work and the Risk of Sickness Absence Due to a Diagnosed Mental Disorder: A Systematic Review and Meta-analysis

Caroline S Duchaine^{1 2 3}, Karine Aubé¹, Mahée Gilbert-Ouimet¹, Michel Vézina⁴, Ruth Ndjaboué^{1 3}, Victoria Massamba^{1 2 3}, Denis Talbot^{1 2}, Mathilde Lavigne-Robichaud^{1 2}, Xavier Trudel^{1 2}, Ana-Paula Bruno Pena-Gralle^{1 2}, Alain Lesage⁵, Lynne Moore², Alain Milot^{1 2}, Danielle Laurin^{1 3 6}, Chantal Brisson^{1 2 3}

Exposición a **altas exigencias y bajo control** aumenta las posibilidades de estar de baja por enfermedad mental diagnosticada en **47% (130.056 trab)**

Work-related causes of mental health conditions and interventions for their improvement in workplaces

Reiner Rugulies¹, Birgit Aust², Birgit A Greiner³, Ella Arensman⁴, Norito Kawakami⁵, Anthony D LaMontagne⁶, Ida E H Madsen²

Las posibilidades de padecer **depresión** aumentan si se está expuestx a:

altas exigencias cuantitativas: **23%**

altas exigencias emocionales: **21%**

bajo control: **25%**

bajo apoyo superiores: **33%**

bajo apoyo compañerxs: **37%**



¿Cómo actuar?

Prevención de riesgos laborales psicosociales

Sobre lo que habrá que actuar para eliminar, reducir o controlar estas exposiciones.

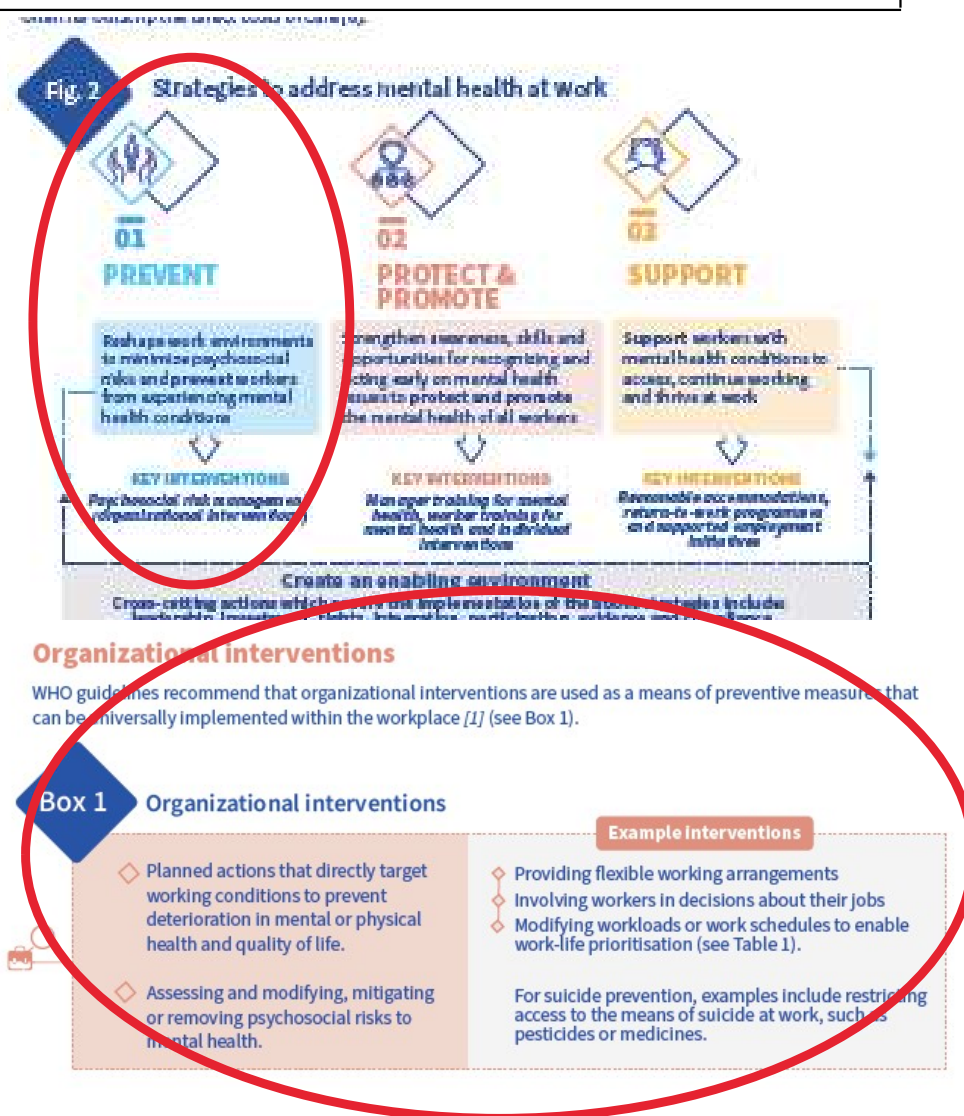
Lo que habrá que identificar, localizar y medir en la evaluación de riesgos.

Son los efectos de las exposiciones nocivas.





¿Cómo actuar?



<https://www.who.int/publications/i/item/9789240057944> (28sept 2022)



Orientaciones para las medidas preventivas

- Reducir las altas cargas de trabajo a partir de **aumentar la plantilla, mejorar procesos, innovar tecnológicamente y en materiales**
- Aumentar el bajo control de trabajadoras y trabajadores **gestionando de manera más participativa los trabajos**
- Reducir el alto conflicto trabajo-familia a partir de **minimizar los cambios de jornada** sin preavisos, el alargamiento de jornada o **las jornadas asociales**, y aumentar las jornadas completas estables y en horarios sociales
- Evitar la falta de reconocimiento a través de pagar **salarios que permitan cubrir las necesidades de las familias y sus gastos imprevistos**
- Limitar la inseguridad mediante el **aumento de la estabilidad en el empleo** y en las **condiciones de trabajo**
- Mucho más en 6.2.1. de la **guía para la intervención sindical** y en relación con todo el **proceso preventivo**, desde evitar el riesgo a evaluarlo, prevenirlo en origen y hacer seguimiento de la implementación de las medidas preventivas

En
proceso
de
actualiza
ción





Lo dice la ley: cómo?

Principios de acción preventiva (art.15 LPRL)

a) Evitar los riesgos,

b) evaluar los riesgos que no se puedan evitar - también los derivados de la organización del trabajo (art 4.7.d), con finalidad preventiva (3.1.RSP), dando información por puesto de trabajo (art 4.1 RSP), sexo (art 5.4 LPRL; 27 LOIEMH)

c) combatir los riesgos en su origen- modificando la organización del trabajo (art 4.7.d)

d) adaptar el trabajo a la persona, en particular en lo que respecta a la concepción de puestos, elección de equipos, métodos de trabajo y producción, con miras, en particular, a atenuar el trabajo monótono y repetitivo

g) planificar la prevención (...)

h) adoptar medidas que antepongan la protección colectiva a la individual



Lo dice la ley: cómo?

- **Información** a los trabajadores / RR.TT. de los riesgos y las medidas de prevención (art.18.1.LPRL)
- **Consulta previa** a los trabajadores / RR.TT. (36.1.c, 33 y 18.2 LPRL) de todas las cuestiones que afecten la seguridad y salud: planificación y la organización del trabajo e introducción de nuevas tecnologías (33.a LPRL) (...) la organización y el desarrollo de las actividades preventivas (33.b.LPRL) (...) cualquier otra acción que pueda tener efectos en la seguridad y salud de los trabajadores (33.f.LPRL)
Recabar información y efectuar propuestas al empresario entorno a la adopción de medidas preventivas (36.2.f)



Lo dice la ley

- La **negativa** del empresario a adoptar las propuestas de los RR.TT acerca de las medidas preventivas debe ser **motivada** (art. 36.4.4 LPRL)
- No somos sujetos pasivos, objeto de la prevención la prevención como proceso tecnocrático; sino activos se legitima legalmente el derecho a la participación propositiva
- Permita la participación **en todo el proceso preventivo** (diferencia *consulta* y *participación*): diseño, adopción y cumplimiento de las medidas preventivas (art. 14.1, art. 18.2 y art. 34.2 LPRL y 1.2. del RSP y otros).



¿Cómo estamos?

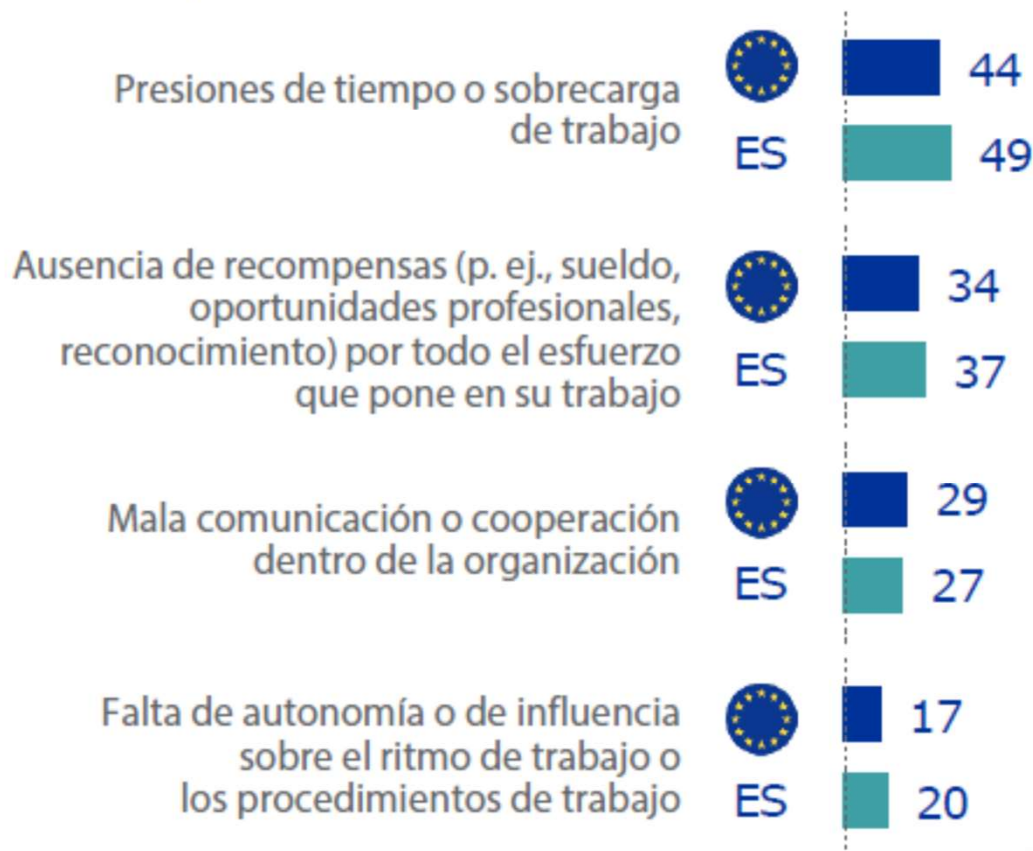


Riesgos psicosociales en el trabajo

Entrevistas con trabajadores: UE27 - (25 688 entrevistas) | España - (1 006 entrevistas)

Fechas de campo: 31.03 - 14.04.2025 | Metodología

B1 ¿Diría que en el trabajo está expuesto/a a los siguientes factores? (% 'Sí')



Iniciativas para prevenir los problemas de salud mental

E1 ¿Alguna de las siguientes iniciativas está disponible en su lugar de trabajo? (% 'Sí')





Para promover la salud en el trabajo: evitar, evaluar y **prevenir en origen** los riesgos laborales psicosociales, visualizando desigualdades, **modificando las prácticas empresariales de gestión laboral con participación sindical**, a través de la **negociación colectiva, el diálogo social y los cambios legislativos**

Por un diseño, gestión y organización del trabajo más **saludable**, es decir más **justo y democrático**

GRACIAS!!!! Clara

@ISTASF1M

porexperiencia.com/número89

<https://porexperiencia.com/condiciones-laborales/como-prevenir-en-origen-los-riesgos-psicosociales-en-el-puesto-de-gerocultora/>