

¿Cómo se debe actuar

- En primer lugar, solicitar al Servicio de Prevención que realice la evaluación de riesgos psicosociales en el centro, utilizando siempre métodos homologados científicamente. Desde CCOO proponemos el ISTAS 21.
- Una vez realizada la evaluación, poner en marcha las medidas preventivas recomendadas en el informe que permitan eliminar los riesgos.

“La organización del trabajo no es intocable”.

“Aumentar la justicia y la democracia en la organización del trabajo es una forma de aumentar el bienestar y la salud de los trabajadores”

(Di Marino y Karasek, OIT 1992)

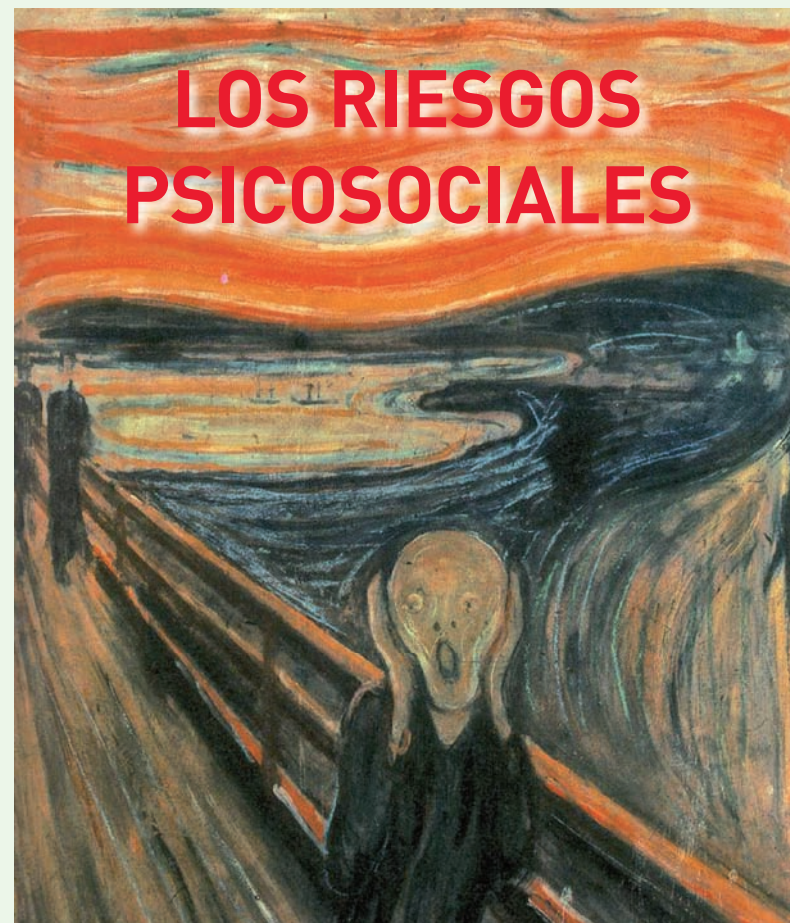
Equipos de asesoramiento

USMR

Secretaría de Salud Laboral
Tel. 91 536 52 12 (ext. 5212)
slmadrid@usmr.ccoo.es
www.saludlaboralmadrid.es

Federación Regional de Enseñanza

Secretaría de Salud Laboral
Tel. 91 536 87 91. Fax 91 536 51 05
slaboral.frem@usmr.ccoo.es
www.feccoo-madrid.org



III Plan Director en Prevención de Riesgos Laborales de la Comunidad de Madrid (2008-2011)
Cofinanciado por el Fondo Social Europeo



¿Qué son los riesgos psicosociales?

Todas las condiciones de trabajo que pueden afectar negativamente a la salud física, psíquica y social de las personas.

¿Cuáles son los factores de riesgos psicosociales más frecuentes?

Los relacionados con una mala organización del trabajo en los centros, como:

- Exceso de burocracia, "burocracia profesionalizada".
- Excesivas demandas emocionales externas e internas.
- Situaciones de acoso laboral.
- Malas relaciones personales.
- Falta de influencia, desarrollo y reconocimiento en el trabajo.
- Falta de apoyo social e institucional.
- Falta de liderazgo o direcciones inadecuadas.
- Escasa compensación o trato injusto.
- Sobrecarga de trabajo, y en el caso de las mujeres, además, la doble presencia.
- Trabajos que dificultan el desconectar tras la jornada.
- Falta de coordinación entre las unidades.
- Falta de refuerzo o recompensa.
- Falta de tiempo para la atención al usuario.
- Poca autonomía para decidir.
- Trato con usuarios difíciles.
- Mala distribución de las tareas.
- Escasa información y/o transmitida por cauces no correctos.

¿Qué consecuencias pueden tener estos riesgos en la salud?

- **Carga mental:** estado de cansancio, desequilibrio dinámico, sensación de dolor, pérdida de memoria y del rendimiento, falta de motivación e interés, pensamiento lento, apatía, irritabilidad, descenso del rendimiento...).
- **Estrés:** (tensión y dolor muscular, problemas cardio-respiratorios, trastornos del sueño, trastornos alimenticios, dolor de cabeza, alteraciones en el comportamiento y las relaciones sociales, problemas a la hora de tomar decisiones, falta de atención y concentración, mal humor, ansiedad, depresión...).
- **Síndrome de burnout o del quemado:** (agotamiento emocional, sensación de fracaso, despersonalización, ansiedad, cambios de humor, baja realización personal, desmotivación, cansancio...).

¿Es posible prevenir los riesgos psicosociales?

La ley de Prevención de Riesgos Laborales deja patente que hay que prevenir todos los riesgos laborales que afectan a la salud no solo física, sino también a la salud psíquica y al bienestar social.

La ley asimismo recoge que el daño a la salud puede proceder no únicamente de las máquinas y sustancias que se emplean en el trabajo o de los locales o instalaciones, sino también de la mala organización y ordenación del trabajo.

Por este motivo, es obligación legal de todas las empresas, incluida la Administración educativa, evaluar todos los riesgos psicosociales y adoptar las medidas preventivas necesarias que eviten daños a la salud de los trabajadores a su cargo (LPRL art. 4.7.d).