

Estrés relacionado con el trabajo y riesgos psicosociales: hechos

- Más de la mitad de los trabajadores denuncia que el estrés laboral es habitual en su lugar de trabajo.
- En torno a cuatro de cada diez trabajadores piensan que el estrés no se gestiona adecuadamente en su lugar de trabajo.
- Los trabajadores tienden a perder una importante cantidad de tiempo de trabajo cuando padecen estrés relacionado con aquel y otros problemas psicológicos, o bien a acudir al trabajo sin ser capaces de desempeñar plenamente sus funciones.
- Los riesgos psicosociales y el estrés relacionado con el trabajo acarrear cuantiosos costes a las organizaciones y a las economías nacionales.
- Los costes totales de los trastornos de salud mental en Europa (relacionados y no relacionados con el trabajo) se han estimado en 240 000 millones de euros al año.
- Los riesgos psicosociales pueden evaluarse y gestionarse del mismo modo sistemático que otros riesgos para la seguridad y la salud en el trabajo.
- La gestión del estrés y de los riesgos psicosociales en el trabajo merece la pena: los beneficios para las empresas compensan los costes derivados de la aplicación de las medidas correspondientes.

El estrés relacionado con el trabajo es un problema de la organización, no un defecto personal.

La **Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo (EU-OSHA)** tiene como misión contribuir a que los centros de trabajo europeos sean más seguros, saludables y productivos. La Agencia recoge, elabora y difunde información fiable, equilibrada e imparcial sobre seguridad y salud, y organiza campañas de sensibilización paneuropeas. Creada por la Unión Europea en 1996 y con sede en Bilbao, España, la Agencia reúne a representantes de la Comisión Europea, de los gobiernos de los Estados miembros, de las organizaciones de empresarios y trabajadores, así como a expertos destacados de cada uno de los Estados miembros de la UE y de terceros países.

La campaña “Trabajos saludables” cuenta con el respaldo de las Presidencias del Consejo, del Parlamento Europeo y de la Comisión, así como de los interlocutores sociales europeos, y su coordinación a nivel nacional corre a cargo de la red de centros de referencia de la Agencia (www.healthy-workplaces.eu/fops).

El estrés relacionado con el trabajo genera importantes costes a las organizaciones y a la sociedad.



Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo

C/Santiago de Compostela 12, 48003 Bilbao, ESPAÑA
Correo electrónico: information@osha.europa.eu
www.healthy-workplaces.eu

doi:10.2802/65898 ISBN 978-92-9240-133-7

TE-03-1330-ES-C

La seguridad y la salud en el trabajo concierne a todos.
Es bueno para ti. Es buen negocio para todos.





La campaña

El estrés es el segundo problema de salud relacionado con el trabajo que más frecuentemente se denuncia en Europa y, junto a otros riesgos psicosociales, se cree que representa la causa de la pérdida de más de la mitad (50-60 %) de las jornadas de trabajo. Un entorno de trabajo psicosocialmente adverso puede tener importantes efectos negativos en la salud de los trabajadores.

Contribuir a la gestión del estrés relacionado con el trabajo y los riesgos psicosociales y, por ende, prevenir sus importantes efectos negativos en trabajadores, empresarios y gobiernos, constituye el objetivo fundamental de esta campaña. Hacer frente eficazmente a los riesgos psicosociales crea un entorno de trabajo en el que los trabajadores conservan la salud, se favorece un ambiente de trabajo más positivo y, consiguientemente, también mejora el rendimiento de la empresa.

Los riesgos psicosociales existen en cualquier lugar de trabajo, pero pueden evaluarse y gestionarse satisfactoriamente incluso si se cuenta con recursos limitados. Esta campaña proporciona apoyo y asesoramiento a los empresarios y trabajadores en cuanto a la gestión del estrés relacionado con el trabajo y los riesgos psicosociales y fomenta el uso de herramientas prácticas de uso sencillo para facilitar el proceso.

Trabajos saludables: «Gestionemos el estrés» es una campaña paneuropea que coordina la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo (EU-OSHA). Las campañas «Trabajos saludables» son las más importantes en su materia en el mundo y constituyen importantes factores de cambio y mejora en materia de seguridad y salud en el lugar de trabajo.

¿Quién puede participar?

La campaña Trabajos saludables: «Gestionemos el estrés» invita a participar a todas las personas y organizaciones de ámbito local, nacional y europeo. La campaña está abierta a:

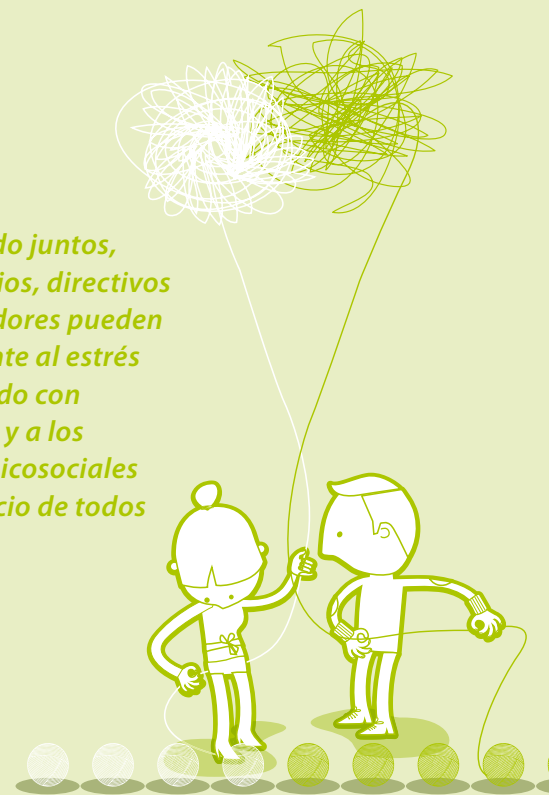
- empresas del sector público o privado;
- directivos, supervisores y trabajadores;
- sindicatos y representantes en materia de seguridad;
- todas las organizaciones y profesionales dedicados a la mejora de la seguridad y la salud.

¿Cómo puede participar?

Puede participar en la campaña «Trabajos saludables» 2014-2015 de distintas maneras:

- divulgando y publicitando los materiales de la campaña para contribuir a sensibilizar en materia de seguridad y salud en el trabajo (una amplia gama de materiales de la campaña Trabajos saludables se encuentra disponible para su descarga del sitio web, www.healthy-workplaces.eu);
- organizando actos y actividades como seminarios y talleres;
- utilizando y promocionando las herramientas prácticas disponibles para la gestión del estrés relacionado con el trabajo y los riesgos psicosociales;
- participando en los Galardones europeos a las buenas prácticas, un programa que reconoce las contribuciones que las organizaciones hacen a la promoción de la seguridad y la salud;
- participando en las Semanas europeas para la seguridad y la salud en el trabajo, que se celebrarán en octubre de 2014 y 2015;
- haciéndose socio europeo de la campaña o socio nacional de la campaña.

Trabajando juntos, empresarios, directivos y trabajadores pueden hacer frente al estrés relacionado con el trabajo y a los riesgos psicosociales en beneficio de todos



Fechas clave

- Lanzamiento de la campaña: abril de 2014
- Semanas europeas para la seguridad y la salud en el trabajo: octubre de 2014 y 2015
- Ceremonia de entrega de los Galardones a las buenas prácticas: abril de 2015
- Cumbre de la campaña Trabajos saludables: noviembre de 2015

www.healthy-workplaces.eu

Contar con un personal sano es fundamental para gestionar una empresa de éxito

