

Prevenir es posible

La organización del trabajo afecta de forma desigual a las personas, dependiendo de los puestos de trabajo, ocupación, sexo, clase social...

La organización afecta nuestra salud y cambiarla es posible a través de la **PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES**



REALIZAR LA EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIAL A TRAVÉS DEL

MÉTODO CoPsoQ – ISTAS21



Focaliza la identificación de las **condiciones de trabajo** relacionadas con la **organización del trabajo** que pueden ser nocivas para la salud y no de las características individuales o de personalidad, de acuerdo con la LPRL.

**Si tienes dudas...
... Llámanos!!!**



**CAMPAÑA DE SALUD LABORAL
CCOO DE EXTREMADURA**

GABINETE DE SALUD LABORAL CCOO DE EXTREMADURA

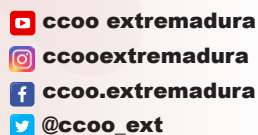
Avda. de Colón, 6
06005 BADAJOZ

Tfno.: 924 223 248 / 689 780 598

C/ Obispo Ciriaco Benavente, 2
10001 CÁCERES

Tfno.: 927 227 279 / 689 061 593

www.extremadura.ccoo.es



FEDERACIÓN DE SERVICIOS CCOO DE EXTREMADURA

BADAJOZ	mlbernardo@servicios.ccoo.es	924 220 880
MÉRIDA	csuarez@servicios.ccoo.es	924 303 445
DON BENITO	froble@servicios.ccoo.es	682 783 498
CÁCERES	mtejedor@servicios.ccoo.es	629 558 026

JUNTA DE EXTREMADURA



Prevención de Riesgos Psicosociales en el Sector Servicios

En la actualidad, los **RIESGOS PSICOSOCIALES** son una de las principales causas de enfermedades y accidentes laborales



¿Qué son los RIESGOS PSICOSOCIALES?

Son las condiciones laborales directamente relacionadas con la organización del trabajo, el contenido, la realización de la tarea y el entorno, que pueden afectar negativamente tanto al bienestar y a la salud (física y psíquica) de las personas trabajadoras, como al desarrollo del trabajo.

¿Cuáles son las causas?

Las causas o factores de riesgos psicosocial en el sector servicios pueden ser, entre otros...

Contenido del trabajo	Trabajo monótono y sin sentido para nosotros/as, bajo uso de habilidades, alta incertidumbre, relación intensa con la gente
Sobrecarga y ritmo	Exceso de trabajo, ritmo alto, alta presión temporal, plazos urgentes de finalización
Horarios	Trabajo a turnos y nocturno, horarios inflexibles, horario imprevisible, jornadas largas o sin tiempo para la interacción social
Control sobre el trabajo	Sin margen de autonomía, baja participación en la toma de decisiones, baja capacidad de control sobre la carga de trabajo y los descansos
Falta de apoyo social y calidad de liderazgo	Trabajos aislados, sin apoyo de superiores o compañeros/as, con las tareas mal definidas o sin la información adecuada y a tiempo
Equipos de trabajo	Equipos de trabajo inadecuados, falta de mantenimiento, falta de espacio personal, escasa luz o excesivo ruido
Rol en la organización	Ambigüedad de rol, conflicto de rol y responsabilidad sobre personas
Posibilidades de desarrollo	Incertidumbre o paralización de la carrera profesional, trato injusto, falta de reconocimiento
Seguridad contractual	Trabajo precario, temporal, incertidumbre de futuro laboral, insuficiente remuneración
Conciliación de la vida laboral y familiar	Dificultad para compatibilizar vida laboral y familiar.

¿Cuáles son los efectos?

• Efectos sobre las personas

- ◇ Peor salud mental y física
- ◇ Mayores niveles de estrés
- ◇ Accidentes de trabajo
- ◇ Ansiedad y depresión
- ◇ Trastornos:
 - ❖ Cardiovasculares
 - ❖ Inmunitarios
 - ❖ Digestivos
 - ❖ Endocrinos
 - ❖ Musculoesqueléticos
- ◇ Insomnio y agotamiento emocional
- ◇ Mayor probabilidad de adicciones y toxicomanías
- ◇ Síndrome del quemado
- ◇ Mobbing
- ◇ Violencia laboral
- ◇ Acoso sexual
- ◇ Etc.



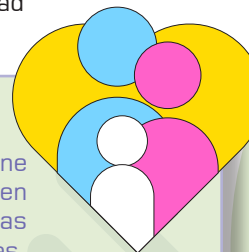
• Efectos sobre las empresas

- Absentismo
- Disminución del rendimiento y productividad
- Incremento de la siniestralidad



La DOBLE PRESENCIA:

El trabajo doméstico y familiar supone exigencias cotidianas que deben asumirse de forma simultánea a las del trabajo remunerado. Las mujeres, en su mayoría, siguen responsabilizándose del trabajo doméstico y familiar, por lo que la doble presencia es más prevalente entre el colectivo de mujeres. **La empresa dispone de herramientas para facilitar la conciliación de la vida laboral y familiar.**



¿Cómo puedes actuar frente a los RIESGOS PSICOSOCIALES?

Ponte en contacto con los Delegados/as de Prevención en tu empresa...

- ☞ Te escuchará y te ofrecerá su apoyo con total confidencialidad.
- ☞ Actuará para solucionar el problema: hablando con la empresa, solicitando la realización de la Evaluación de Riesgos Psicosociales, interviniendo en las medidas...
- ☞ Pondrá a tu servicio los recursos disponibles en CCOO DE EXTREMADURA para buscar una solución (Gabinete Técnico de Salud Laboral, Servicios Jurídicos).
- ☞ Ante la falta de medidas por parte de la empresa para ofrecer soluciones, puede poner en conocimiento de la Inspección de Trabajo la situación.

Tu empresa tiene la obligación de evitar **TODOS** los riesgos derivados de la actividad laboral, así como evaluar los que no puedan ser eliminados, para adoptar las medidas preventivas necesarias y garantizar así la protección de las personas trabajadoras, tal y como establece la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

Por ello, si tu empresa no actúa y sientes que estás poniendo en riesgo tu seguridad y salud cada día cuando acudes a tu puesto de trabajo, **confía en CCOO, podemos ayudarte.**

¡CUENTA CON CCOO DE EXTREMADURA!