

¿Sabes cuáles son tus derechos?

- 1 Tu trabajo no puede perjudicar, en ningún caso, tu salud.
- 2 Tienes derecho a participar en todas aquellas cuestiones relacionadas con la protección de tu salud a través de tus representantes.
- 3 Si por tus características personales o por tus limitaciones de salud, consideras que tu trabajo te causa daños o empeora tu estado, solicita la vigilancia de la salud para adaptar o cambiar tu puesto de trabajo.
- 4 Cualquier problema de salud producido o agravado por el trabajo debe ser considerado accidente de trabajo o enfermedad profesional.

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....

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



**¡Cuenta con nosotros
CCOO de Extremadura!**

CAMPAÑA DE SALUD LABORAL
CCOO DE EXTREMADURA



GABINETE DE SALUD LABORAL CCOO DE EXTREMADURA

Avda. de Colón, 6
06005 BADAJOZ
Teléfonos:
924 223 248 / 689 780 598

C/ Obispo Ciriaco Benavente, 2
10001 CÁCERES
Teléfonos:
927 227 279 / 689 061 593

Actuación frente a los **Riesgos Psicosociales** en el sector de atención a la discapacidad



FEDERACIÓN DE ENSEÑANZA CCOO DE EXTREMADURA

Francisco Javier Franco

Secretario de Enseñanza Privada y Servicios Socioeducativos

fjfranco@fe.ccoo.es

924 22 41 04 / 687 81 82 73

JUNTA DE EXTREMADURA



comisiones obreras
de extremadura

www.extremadura.ccoo.es



@ccoo_ext



ccoo.extremadura



ccoextremadura



ccoo extremadura



comisiones obreras
de extremadura

¿Qué son los RIESGOS PSICOSOCIALES?

Son aquellas condiciones laborales directamente relacionadas con la **organización**, el **contenido** del trabajo y el **entorno social**, que pueden provocar daños a la salud (física y psíquica) de las personas trabajadoras.

¿Cuáles son los factores psicosociales que intervienen en tu trabajo y pueden afectar tu salud?

- **Carga de trabajo excesiva y/o presión de tiempos** (ratios usuario-profesional muy ajustadas).
- **Altas exigencias emocionales** (demandas psicológicas).
- **Falta de información sobre el trabajo.**
- **Conflicto de rol.**
- **Falta de participación y autonomía en la toma de decisiones** (tareas, turnos, horarios, descansos...)
- **Inestabilidad laboral, salarios bajos, escasas posibilidades de promoción, colectivo poco valorado, falta de compensaciones.**
- **Falta de apoyo de superiores y/o compañeros/as.**
- **Trato injusto o arbitrario, falta de transparencia en las decisiones.**
- **Extensión de la jornada, trabajo a turnos en fin de semana o noche.**
- **Asistencia “voluntaria” fuera de la jornada laboral, a eventos donde participan los usuarios/as del centro.**
- **Tener que realizar tareas que no pertenecen a tu grupo o nivel profesional.**
- **VIOLENCIA externa** (física, psicológica y/o verbal), **por parte de usuarios o familiares.**
- **DOBLE PRESENCIA:** Sector feminizado con dificultad para compatibilizar vida laboral, familiar y social (jornadas alargadas, horarios inflexibles, ausencia de días de asuntos propios, etc.)

¿Cuáles son los efectos y consecuencias de los riesgos Psicosociales?

EFFECTOS/CONSECUENCIAS

CONSECUENCIAS PARA LA PERSONA TRABAJADORA:



Daños en la salud mental: alteraciones de la conducta, agotamiento mental, ansiedad o depresión, aislamiento, síndrome de estar quemado (Burnout)...



Daños en la salud física: enfermedades cardiovasculares, trastornos musculoesqueléticos, alteraciones gastrointestinales, alteraciones del sueño, afecciones cutáneas, ...



Daños sociales: dificultades familiares, inadaptación con el entorno.



Daños producidos por las AGRESIONES (físico y mental).

CONSECUENCIAS PARA LA EMPRESA:

- Descenso de la productividad.
- Degradación del ambiente de trabajo.
- Aumento de la siniestralidad laboral.
- Consecuencias económicas, sociales y organizativas.

*Los riesgos psicosociales producidos por elevados ritmos de trabajo suelen ir acompañados de la aparición de lesiones musculoesqueléticas. Por ello, la prevención de ambos riesgos debe ir de la mano.

Intervención frente a los RIESGOS PSICOSOCIALES

Los riesgos psicosociales están presentes en todos los sectores económicos y no tiene que ver con la personalidad de la persona trabajadora, **su origen está en las condiciones de trabajo relacionadas con la organización**, que es dónde hay que actuar.

PARTICIPACIÓN DE DELEGADOS/AS DE PREVENCIÓN

- 1 ANÁLISIS DE LA ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO:**
Ratios, procedimientos de trabajo, diseño de puestos, estructura salarial, horarios, permisos...
- 2 IDENTIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DE LOS RIESGOS:**
Método de evaluación válido y fiable como por ejemplo el método CoPsoQ-ISTAS 21.
- 3 IMPLANTACIÓN MEDIDAS PREVENTIVAS:**
Planificar e implantar las medidas preventivas adecuadas para reducir o eliminar los riesgos.

Algunos ejemplos de medidas preventivas



MEDIDAS ORGANIZATIVAS: aumentar la plantilla para disminuir los ratios, revisar tareas para realizar una planificación realista, organizar los permisos, vacaciones, pausar, crear un registro de agresiones...

MEDIDAS ESTRUCTURALES: Definir y caracterizar los puestos de trabajo, elaborar procedimientos negociados y transparentes para evitar cambios y promociones arbitrarias, instalación de sistemas de seguridad pasiva...

VIGILANCIA DE LA SALUD: reconocimientos médicos específicos para el puesto, apoyo psicológico, reconocimiento del origen profesional de los daños a través del parte de asistencia a la Mutua...

FORMACIÓN E INFORMACIÓN: para hacer frente a las exigencias emocionales: asertividad, inteligencia emocional...

RECUERDA que Tu Salud, es lo primero



comisiones obreras
de extremadura