



RIESGOS PSICOSOCIALES – Concepto y evaluación

En el ámbito laboral, el término psicosocial se emplea para identificar las interacciones entre la población trabajadora y la organización de la empresa y su entorno social, ya se trate de las relaciones entre el propio personal que forma parte de la empresa, de aquellas que se mantienen con personas vinculadas a la misma, como clientes o usuarios del servicio o, incluso, de la interacción con personas cuya presencia o actividad en el lugar de trabajo no es legítima.

Buena parte de estas interacciones tiene un impacto positivo en el individuo. Así, la pertenencia a una empresa o colectivo cuya imagen para la sociedad es positiva, incide favorablemente en las personas que forman parte de aquélla. De igual modo, en el entorno laboral se forjan amistades y relaciones personales que trascienden del mero ámbito del trabajo. Asimismo, el ejercicio de una actividad profesional enriquece a quien la desarrolla, máxime si se ajusta a sus expectativas, en términos profesionales, económicos, de clima laboral, de promoción, etc.

Sin embargo, cuando las interacciones entre individuos y el entorno laboral producen efectos negativos, es apropiado referirse al concepto de riesgo psicosocial. La Agencia Europea de Seguridad y Salud en el Trabajo define los **riesgos psicosociales en el trabajo** como *“aquellos aspectos del diseño, organización y dirección del trabajo y de su entorno social que pueden causar daños psíquicos, sociales o físicos en la salud de los trabajadores”*.

Es relevante remarcar que la definición de riesgo psicosocial está acotada al ámbito del diseño, organización y dirección del trabajo y, por tanto, se enmarca en un contexto de potestades y responsabilidades de la empresa. Expresado en otros términos, la prevención de los riesgos psicosociales se enmarca plenamente en el ámbito de aplicación de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, tal y como se encuadran los riesgos de otra naturaleza, como los de seguridad en las máquinas, los de exposición a agentes químicos peligrosos o los derivados de la manipulación manual de cargas.

Los riesgos psicosociales son la consecuencia derivada de los denominados **factores de riesgo psicosocial**, es decir, de aquellas condiciones de trabajo deficientes que repercuten negativamente en el individuo. Estos factores de riesgo pueden estar relacionados con el **contenido de trabajo**: monotonía, tareas sin sentido, etc.; la **carga y el ritmo de trabajo**: carga de trabajo excesiva, plazos estrictos, insuficiencia de tiempo para la realización de las tareas, etc.; el **tiempo de trabajo**: horarios largos o impredecibles, trabajo a turnos, trabajo nocturno, etc.; la **participación y control** de la actividad: nula posibilidad de tomar decisiones, falta de control en aspectos como horario o ritmo de trabajo, etc.; o la **cultura organizacional**: falta de definición de objetivos, nula comunicación, apoyo insuficiente ante problemas, etc.



No existe una clasificación única de tipos de riesgos psicosociales, aunque sí un amplio acuerdo en que el más frecuente es el **estrés**, en tanto que es una respuesta general a los factores de riesgo psicosocial, y que se manifiesta a través de unos elevados niveles de respuesta y excitación, acompañados de una permanente sensación de incapacidad para afrontarlos. Si la situación se cronifica, deriva en el *burnout* o síndrome de estar quemado en el trabajo.

Otros riesgos psicosociales son la **violencia en el trabajo**, física o psicológica, ejercida desde una posición de poder contra un determinado individuo o colectivo; el **acoso laboral**, asociado a un mal clima en la empresa, ejercido entre las propias personas de la organización, del mismo o distinto estatus jerárquico; el **acoso sexual**, materializado a través de cualquier comportamiento, verbal o físico, de naturaleza sexual que tenga el propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo; el **acoso discriminatorio**, por razón de edad, discapacidad, religión, convicciones, origen racial o étnico, etc. Asimismo, también pueden producirse situaciones de **fatiga**, derivada de la ordenación del tiempo de trabajo, fundamentalmente del trabajo a turnos o nocturno.

El encuadramiento de los riesgos psicosociales en el ámbito de la prevención de riesgos laborales, implica que han de ser objeto de una adecuada gestión. En primera instancia, será preciso identificar y analizar los factores de riesgo existentes y, a continuación, llevar a cabo una evaluación de los riesgos a través de un método específico adecuado. El resultado de este proceso de identificación y evaluación determinará la eventual necesidad de implantar medidas preventivas y, a su vez, de establecer pautas de seguimiento y control de los riesgos.

De igual modo, al tratarse de una actividad preventiva a realizar por las empresas, está sujeta a actuaciones de control y vigilancia de su ejecución por parte de los órganos de la administración competentes. En este contexto, el Criterio Técnico 104/2021, sobre actuaciones de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social en riesgos psicosociales, viene a constituirse como el marco de referencia para el control de la gestión preventiva por parte de las empresas, en el marco de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, así como para la realización de actuaciones inspectoras motivadas por las denuncias de las personas trabajadoras sobre la exposición real a estos riesgos.

La pandemia por COVID19 ha impactado en todos los ámbitos de la sociedad, incluido el entorno laboral. Durante un periodo que se prolonga más de un año, la población trabajadora está siendo sometida a situaciones complejas en el ejercicio de su actividad, algunas de ellas de especial virulencia, que ha tenido que afrontar con gran desgaste de sus recursos físicos y mentales. En esta fase en la que las distintas estrategias para contener la pandemia comienzan a dar resultados apreciables, no cabe olvidarse de los efectos psicosociales que se han producido en el entorno laboral ya que, superado el periodo de resistencia máxima, pueden dar lugar a distintas situaciones y patologías que deben ser abordadas desde un enfoque preventivo.



Castilla-La Mancha



Con el fin de facilitar y contribuir al necesario abordaje de los riesgos psicosociales en el ámbito laboral, la Viceconsejería de Empleo, Diálogo Social y Bienestar Laboral, en el marco de las acciones de difusión y divulgación de la cultura preventiva, así como de la prevención de riesgos nuevos y emergentes, del Acuerdo Estratégico para la Prevención de Riesgos Laborales en Castilla – La Mancha, 2017-2021, ha programado una jornada técnica telemática, de carácter gratuito, abierta a la participación de las personas y empresas interesadas en ampliar su conocimiento sobre la prevención de este tipo de riesgos. La información sobre la jornada está disponible en la página web de Seguridad Laboral de Castilla – La Mancha (<https://seguridadlaboral.castillalamancha.es/riesgos-psicosociales>).