

DRETS LABORALS

Els riscos psicosocials: una assignatura pendent

ROGELIO MARÍN CANUTO
SECRETARI DE SALUT LABORAL



Fa poques setmanes els periòdics espanyols es feien ressò d'una notícia "Els treballadors espanyols estan entre els més estressats d'Europa". Paradoxalment si ens remuntam uns anys enrere estaven, segons altres titulars, tot al contrari: "Els treballadors espanyols entre els menys estressats d'Europa". La pregunta és: han canviat tant les coses al nostre país perquè s'hagi produït un gir de 180 graus en les condicions dels treballadors i treballadores espanyols/es?

Per desgràcia, així és. La maleïda crisi econòmica ha provocat que a Espanya es pateixin els nivells d'estrès més alts del continent europeu.

Segons un estudi elaborat per la consultora Towers Watson, es constata que la meitat dels assalariats espanyols pateixen "excessiva pressió" al seu lloc

de treball, mentre en altres països de la UE els percentatges es redueixen bastant. D'altra banda, conclou que els treballadors i treballadores d'Espanya se senten "estroncats i estressats" davant una visió pessimista del mercat laboral, per treballar massa hores i per l'escassetat d'oportunitats per progressar a la seva empresa. Una altra de les causes és la incertesa sobre la jubilació, ja que gairebé la meitat d'ells esperen jubilar-se entre els 65 i 69 anys. A més a més, un 75% estan preocupats per la seva economia a llarg termini, mentre en la resta de

la UE és bastant menor, un 52%.

La majoria pensa que la situació, lluny de millorar, anirà a pitjor: un 48% ha respost que a la seva empresa es treballen més hores del que toca, encara que hi ha un 60% que diu que porten uns tres anys fent-ho.

Segons dades de l'Agència Euro-

pea per a la Seguretat i Salut en el Treball, el 30% dels treballadors europeus està estressat, la qual cosa equivaldria a uns 40 milions de persones, i no obstant això només un 26% d'empreses europees ha tractat el problema per atallar-lo. A Espanya no s'arriba ni tan sols a aquest percentatge. Una altra enquesta d'aquesta



Agència realitzada el 2009 revelava que el 79% dels empresaris considerava que l'estrès constituïa un problema en les seves organitzacions i col·locava aquest trastorn en un nivell d'importància similar als accidents laborals.

En aquest sentit l'any 2011 CCOO va organitzar una Jornada que va servir d'intercanvi de coneixements sobre com els processos de reestructuració i ajustos de plantilles, acomiadaments col·lectius i fins i tot tancament de centres de treball, tenen conseqüències negatives per a la salut, tant per als que conserven la seva ocupació, com per a qui la perd.

Pel sindicat, les mesures que produeixen un empitjorament de les condicions de treball van des de la disminució del salari, l'augment de la jornada i ritmes de treball, la major disponibilitat i inseguretat en l'ocupació, fins a la manca del reconeixement de la feina o l'augment dels contractes temporals i la subcontractació, etc.

Aquest tipus de situacions deriva en què els treballadors generalment es trobin en una posició d'amenaça contínua i insatisfacció laboral, la qual cosa incrementa les repercussions en la seva salut acreixent els factors de risc psicosocial que es reflecteixen amb l'aparició de malalties cardiovasculars i problemes de salut mental com l'estrès.

Per aquesta raó, per CCOO un dels reptes més significatius en l'àmbit de la salut la-

boral es presenta davant els riscos psicosocials, ja que l'estrès, l'empaitament o el malestar psíquic que pateixen molts treballadors i treballadores són el resultat d'una mala organització del treball i no d'un problema individual de personalitat o que respongui a circumstàncies personals, com volen fer creure alguns.

Els efectes negatius que poden produir aquest tipus de riscos si no es prevenen amb la suficient antelació, poden arribar a resultar imparables per a la salut. Per això, des del sindicat es demana que les empreses emprenguin les mesures següents:

- El compliment real i efectiu de la Llei de prevenció de riscos Laborals.
- La inclusió dels riscos psicosocials en l'avaluació de riscos.
- El foment de la participació dels treballadors a través dels delegats i/o delegades de prevenció.
- La formació i la informació específica a les necessitats del lloc de treball, com pot ser el foment a l'educació en tècniques de relaxació física i psíquica, sempre des de la intencionalitat de potenciar la cultura preventiva.

- Realitzar la vigilància de la salut tenint en compte els riscos que tinguin a veure amb l'organització del treball.

Sense aquestes mesures es pot ressentir la salut dels treballadors de forma greu, i és per això que s'ha d'aprendre a reconèixer els possibles símptomes per tal que no vagin a més:

*Dolors freqüents. La tensió s'acumula als músculs de l'esquena, mal de cap, acidesa d'estómac, indigestió o digestions difícils.

*Insomni. Els problemes per conciliar el son i la falta de descans són un dels primers símptomes.

*Nerviosisme, excés d'activitat, ansietat, angoixa, impaciència i irritabilitat.

*Falta de concentració, fatiga intel·lectual, inapetència a les tasques ha-

bituals, descuits, descens del rendiment habitual o físic, etc.

*Depressió, tristesa, abatiment general.

*Dificultat de recuperació, esgotament constant, es fa difícil aixecar-se al matí.

Per això, si pateixes algun o diversos d'aquests símptomes de manera prolongada, no et quedis aturat i posa-li remei, no estàs sol, tens qui t'ajudi.

"Els treballadors espanyols estan entre el més estressats d'Europa"

"La meitat dels assalariats espanyols pateixen excessiva pressió al seu lloc de treball"

Segueix-nos a les xarxes socials



@CCOOBalears



<http://www.facebook.com/CCOOBalears>