

Gestión de estrés, salud laboral del siglo XXI

Por Pilar Bartolomé, secretaria de Salud Laboral de la Confederación Estatal de Sindicatos Médicos (CESM)

REDACCION MEDICA. Lunes, 20 de octubre de 2014, a las 18:21

Según la OMS, para el año 2020 el estrés será **el segundo factor causante de enfermedades en todo el mundo**.

El estrés, junto con otros riesgos psicosociales, supone entre el 50 y 60 por ciento de los días de trabajo perdidos. Y el coste total de los trastornos psicosociales en Europa, incluyendo los derivados del entorno laboral y no laboral, se estima en torno a los 240 billones de euros al año, según la European Agency for Safety and Health at Work.

En la Semana Europea dedicada a la prevención de los riesgos psicosociales en el trabajo, en el marco de la Campaña Europea 2014-2015, '**Trabajos saludables: Gestionemos el estrés**', hemos de plantearnos si realmente gozamos de una salud laboral adecuada a siglo XXI. La crisis no está ayudando a la prevención de riesgos laborales en las empresas. Y las crisis sanitarias ponen de manifiesto las vergüenzas del sistema, y en esta ocasión, no ha sido menos.

Nuestra Salud Laboral, con casi veinte años de rodaje, está en eso, en el rodaje. Mucho se ha adelantado en el metal, en la minería, en la construcción, en el transporte, etc. A la empresa privada se le exige unos cánones de seguridad y salud exquisitos para poder iniciar su labor.

Pero en la Administración General, y en la Sanitaria en particular, andamos todavía de puntilla en muchas cuestiones, sobre todo, cuando a estas alturas seguimos preguntándonos si una mascarilla es un Epi o no.

Debemos de plantearnos que existen problemas que tienen raíz social/laboral y que acaban afectando a la salud física y psíquica de los trabajadores. **Hemos burocratizado la prevención, olvidando quizás “la calidad” de las políticas preventivas.**

Se han de desarrollar memorias de sostenibilidad de las empresas, en las que los aspectos de prevención de los riesgos sociales de la organización tengan un papel relevante.

Las **instrucciones y/o protocolos de actuación en Salud Laboral han de ser uniformes e inequívocos, medidas de prevención incorrectamente establecidas o mal aplicadas, así como la falta de planificación**, pueden derivar en un incumplimiento del derecho de los trabajadores a la protección frente a los riesgos laborales: **“No debe comenzarse el trabajo hasta que se haya reducido el riesgo”**.

El nivel de estrés depende de cómo las personas reaccionan ante los eventos en función de sus creencias e interpretaciones de los hechos, el miedo o la ansiedad son desencadenadas por el peligro y el desconocimiento. **La gestión del estrés y los riesgos psicosociales** en el trabajo evidencian, hoy más que nunca, que **pueden ser la herramienta que modere una situación de crisis sanitaria.**

De los errores se ha de aprender, y ha de existir un antes y después en la gestión de la prevención de riesgos laborales en los servicios públicos y, específicamente del sector sanitario.

Una correcta evaluación, una clara **información/formación** y una planificación ajustada a los hechos, ha de formar parte de la **estrategia** de prevención psicosocial en **la Salud Laboral del siglo XXI**.