



Rincón de la Salud
de Fraternidad-Muprespa

Gestionando los factores psicosociales

Dpto. Prevención y Desarrollo de la Cultura de la Salud



Para crear un entorno de trabajo saludable, según el [modelo de Entornos de Trabajo Saludable de la OMS](#) (Organización Mundial de la Salud), es esencial que su empresa y su personal avancen sobre un ambiente psico-social laboral adecuado. Ello incluye una organización del mismo y una promoción de la cultura saludable en el ambiente de trabajo. Es uno de los cuatro “planes” clave de dicho modelo.

Los factores psicosociales hacen referencia a aquellas **condiciones** que se encuentran presentes en la situación laboral y que están **directamente relacionadas con la organización, contenido y realización de la tarea** que tienen la **capacidad de afectar tanto al bienestar o la salud del trabajador, como al desarrollo del trabajo.**

Cuando tales condiciones son adecuadas, facilitan el trabajo, el desarrollo de las competencias personales laborales y los niveles altos de satisfacción laboral, de productividad empresarial y de estado de motivación en los que los trabajadores alcanzan mayor experiencia y competencia profesional.

Cuando los factores organizacionales y psicosociales de las empresas y organizaciones son disfuncionales, es decir, provocan respuestas de inadaptación, de tensión, respuestas psicofisiológicas de estrés pasarán a ser factores psicosociales de riesgo.



Ten en cuenta que los factores psicosociales **son transversales**, es decir, pueden afectar a todos los sectores y actividades, puestos de trabajo...

Conoce los factores psicosociales en la empresa

Los factores psicosociales se agrupan fundamentalmente en tres grandes bloques:

Organización del trabajo	Contenido del trabajo	Realización del trabajo
<ul style="list-style-type: none"> • Cultura organizacional • Relaciones personales • Rol en la organización • Desarrollo personal... 	<ul style="list-style-type: none"> • Motivación • Formación • Desarrolla profesional y personal... 	<ul style="list-style-type: none"> • Carga y ritmo de trabajo (cuantitativa, plazos, ritmo...) • Tiempo de trabajo (horarios, trabajo a turnos...) • Participación y control...

¿Porqué es importante gestionar los riesgos psicosociales en el modelo de empresa saludable?

- Porque un riesgo mal gestionado puede dar lugar a consecuencias negativas como insatisfacción, ineficiencia, estrés, problemas de salud, absentismo, aumento de siniestralidad, etc.
- Porque es un requerimiento legal y las organizaciones deben garantizar la seguridad y salud de los trabajadores en todos los aspectos relacionados con el trabajo y ello incluye entre otras actividades, la evaluación de los riesgos (también los de carácter psicosocial).

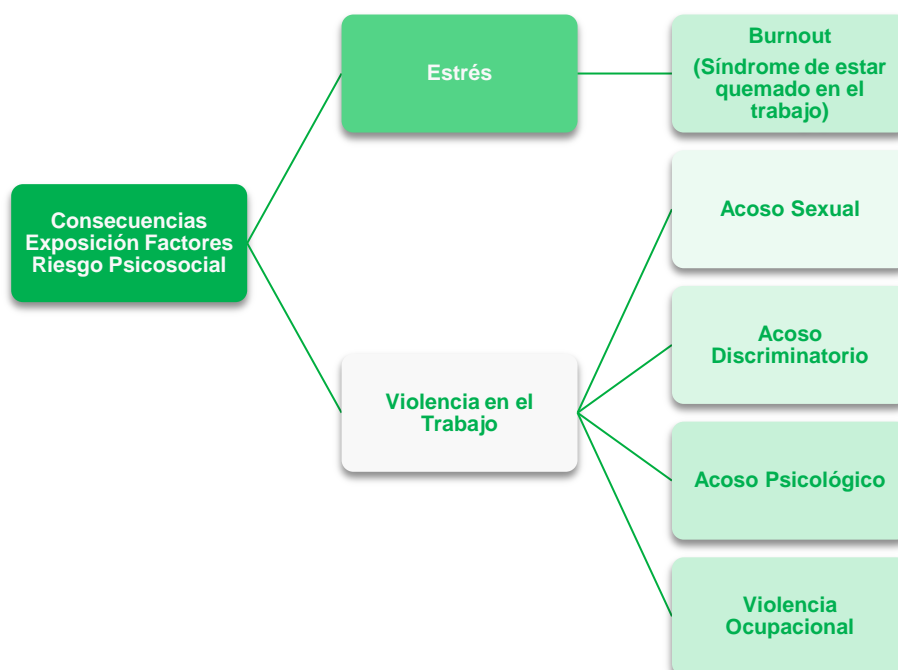


- Porque su correcta gestión mejora la seguridad y salud de los trabajadores, su satisfacción e implicación y mejora la eficiencia, rendimiento, productividad y competitividad empresarial.

La exposición a factores de riesgo psicosocial genera estados, reacciones, respuestas fisiológicas, psicológicas y conductuales que tienen una alta probabilidad de afectar negativamente en la salud del trabajador.

Las consecuencias de la exposición a factores psicosociales

Las consecuencias de la exposición a los factores de riesgo psicosocial son los daños de origen psicosocial y éstos conforman un amplio espectro (daños a nivel físico, cognitivo, emocional, conductual y social); ansiedad, depresión, desmotivación, falta de rendimiento, conflictos personales...



¿Sabías que...

La Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo calcula que el estrés de los trabajadores tiene un coste económico de 136.000 millones de euros al año.

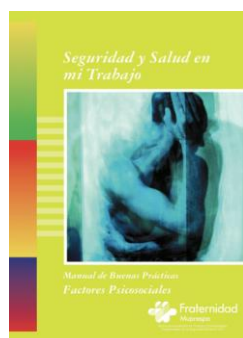


La gestión de los factores psicosociales

La gestión de los factores psicosociales, aunque es compleja es también necesaria. A continuación, te indicamos las áreas de intervención en la los la gestión de los factores psicosociales:

- Incluir el riesgo psicosocial en el Plan de Prevención y en la política de la empresa expresando el compromiso de la Dirección al respecto.
- Identificar los factores de riesgo psicosocial.
- Evaluar y valorar los factores de riesgo psicosocial.
- Determinar las medidas preventivas y de intervención psicosocial.
- Planificar (designando plazos, responsables...) las medidas preventivas y de intervención.
- Evaluar la eficacia de las medidas adoptadas.
- Intervenir sobre las condiciones de trabajo psicosocial.
- Poner en marcha herramientas de prevención y mecanismos de protección y control (protocolos ante situaciones de conflicto, acoso laboral...).
- Formar y capacitar a los trabajadores para identificar situaciones de riesgo psicosocial.

Saber más Si quieres conocer estrategias y consejos prácticos para alcanzar un adecuado estado de **Bienestar Emocional**; los principales **factores psicosociales** más habituales en el entorno laboral; y herramientas de ayuda, para reforzar tus conocimientos en estas materias, entra en el **Aula Prevención** de **Fraternidad-Muprespa** y podrás formarte con nuestro **Taller de técnicas para manejo del estrés**.



LA MISIÓN de **Fraternidad-Muprespa**, es restablecer la salud de los trabajadores de nuestras empresas asociadas y proporcionar las prestaciones económicas con la mejor atención y garantía.

LA VISIÓN de **Fraternidad-Muprespa**, es ofrecer un servicio cercano, ágil y profesional a los trabajadores, empresarios y autónomos de nuestra Mutua.

Consulte alcance y certificados: fraternidad.com/certificados



**Mutua Colaboradora con la
Seguridad Social, 275.**

Fraternidad-Muprespa

Plaza Cánovas del Castillo, n.º 3,
28014 Madrid



Urgencias: **900 269 269**
Contacto: **914 183 240/902 363 860**

fraternidad.com

[Contacte con nosotros](#)

