

Directivos



THINKSTOCK

Hacia una nueva dimensión de la depresión en el trabajo

La enfermedad, que incide en la productividad, se ha agravado por la precarización del empleo

PABLO SEMPENE *Madrid*

Una de cada seis personas ha tenido, tiene o tendrá como mínimo un episodio depresivo a lo largo de su vida. Al menos en lo que respecta a los países occidentales, según las estimaciones de la OMS. Además, la inmensa mayoría de ellos, en un 86%, están o estarán en edad de trabajar. Y lo que es más grave: dentro de esta franja, el 10% padecerá esta enfermedad una vez al año, con una duración media de 35,9 días por episodio, perjudicando su rendimiento laboral. Se estima que la depresión le cuesta a la UE en torno a 92.000 millones de euros, principalmente debido al impacto en la productividad. "Aunque la depresión se haya banalizado, es una enfermedad grave que hay que tratar", explicó ayer el profesor Jerónimo Saiz, jefe de servicio de Psiquiatría del Hospital Ramón y Cajal de Madrid, durante la presentación del *Informe de expertos para un mejor abordaje de la depresión en el ámbito del trabajo*, elaborado por un grupo de expertos en colaboración con la firma danesa Lundbeck.

"Uno de los problemas es que la depresión ha perdido significado, y cualquiera de sus síntomas parece asociarse con la enfermedad, a la ligera, sin darle la importancia que merece", prosiguió el profesor. Pero este padecimiento es muy

LAS CIFRAS

88%
es el porcentaje de enfermos a los que les invade el desánimo y la tristeza.

1/3
de ellos sufre de forma habitual la pérdida de memoria.

44%
es la cifra de enfermos que tiene problemas en la toma de decisiones en su día a día.

57
de cada 100 reconocen tener problemas de concentración.

complejo, y como tal, tiene consecuencias en diferentes estratos del día a día: "Afecta al propio individuo, a la familia, al entorno laboral, a sus compañeros y a la propia empresa". No solo tiene repercusión en la vitalidad, la energía y el ánimo del enfermo. También afecta a las conocidas como capacidades cognitivas, "aquellas que hacen referencia a toda la actividad mental, como la atención, la memoria, la capacidad de concentración, la ejecución de las tareas, el aprendizaje o la toma de decisiones", continuó la doctora Margalida Gili, decana de la Facultad de Medicina de la Universidad de las Islas Baleares. La depresión, en definitiva, tiene un impacto directo en la productividad de los trabajadores, "yaunque evidentemente esta no es la consecuencia más grave, no deja de ser importante", reconoció Saiz.

Son muchas las causas de esta enfermedad, recordaron los expertos, pero una de ellas ha sido la exclusión del mercado laboral, "que potencia el estigma del paciente, la merma económica y rebaja su autoestima", apuntó Saiz. Sin embargo, continuó, en los últimos años, a causa de la crisis en el trabajo, del miedo a ser despedido y de la precarización del empleo, ha surgido una nueva dimensión de este trastorno: "Ha aumentado el presentismo; es decir, el número de personas que trabajan por miedo a pedir la

haja y que, evidentemente, no desempeñan su función como si estuviesen sanos". Esto redundará, además de en la propia salud de los profesionales, ya que cerca de la mitad de los enfermos no llegan a ser tratados correctamente por estas razones, en un coste millonario para las organizaciones.

Solucionar esta problemática "está en manos de la Administración, de las empresas y de los directivos, pero esto aún no es una prioridad, pese a que se trata de una enfermedad con tratamiento que, en términos de rentabilidad, supone menos gasto que sus costes indirectos". Sirva como dato que un paciente con una respuesta inadecuada supone un coste de casi el doble comparado con otro en remisión, tanto en cifras directas (657 euros frente a 443 euros) como en costes derivados de la pérdida de productividad (1.842 euros contra 991 euros).

Pero las empresas no están preparadas para hacer frente a esta problemática. "Al presentismo ocasionado por la precarización del trabajo se le suma el estigma que rodea a toda la enfermedad, un prejuicio que lleva a hacer creer al enfermo que él tiene la culpa de su situación", recordó el profesor. Por esa razón, apuntó, las compañías deben tener previstos planes de actuación para identificar los síntomas y combatirlos, así como contar con los profesionales adecuados. "Son cruciales la formación, para que el afectado conozca los síntomas y pueda detectar la enfermedad, y la confianza, para que se sienta con la capacidad de poder contarle en su trabajo".

Algunas ideas a adoptar

Por ahora, no existen programas nacionales efectivos destinados a mejorar el problema de la depresión en el entorno laboral. Algo que debería cambiar. "En Europa se han diseñado y aplicado algunos en varias empresas con resultados positivos. El objetivo es promover la salud mental y apoyar a los trabajadores cuando puedan estar en situación de riesgo", explicó la doctora Margalida Gili.

Esto requiere, no obstante, de un esfuerzo importante, "tanto económico como formativo, así como continuo en el tiempo, algo difícil de imaginar durante los últimos años de crisis", criticó. Algunas medidas están relacionadas con el cambio de mentalidad, para que el enfermo pueda hablar de su situación sin miedo, así como tender hacia la flexibilidad: "Sería bueno que, por ejemplo, tras una baja por depresión, el trabajador volviese a su puesto y a su labor de forma gradual, poco a poco, sin tener que hacer frente de golpe a todas sus tareas habituales".