

## El sindicato de los Profesionales

### LA PREVENCIÓN DE LOS RIESGOS PSICOSOCIALES, UNA DE LAS GRANDES ASIGNATURAS PENDIENTES DE LAS EMPRESAS

**10/02/2010.- “Equilibrio emocional en el trabajo: prevenir y actuar en tiempos de crisis”.** Este es el título del debate celebrado por Psya, empresa que ofrece un servicio de asistencia y apoyo psicológico, y que tuvo lugar el pasado día 5 de febrero en el hotel Ritz de Madrid. A este encuentro asistió el secretario general de Confederación de Cuadros y Profesionales (CCP), Santiago Aguirre, que con su presencia dejó constancia del interés y la sensibilidad que CCP tiene sobre todos los temas relacionados con la prevención de los riesgos psicosociales, prueba de ello es el nuevo servicio que CCP ha contratado con Psya para ofrecer a sus afiliados asesoramiento y asistencia psicológica telefónica de forma personalizada, anónima y gratuita.

Bajo la premisa “las Organizaciones satisfechas son Organizaciones eficientes” el director de Recursos Humanos de Wolter Kluwer, Félix Alarcón, explicó el marco de actuación aplicado en su empresa declarada en 2009 como “el mejor lugar de España para trabajar”. Uno de los secretos revelados por Félix Alarcón es “sencillamente darse cuenta de que se trabaja con personas” y poner en marcha mecanismos para “atraer y retener a los empleados con actitud positiva y si es posible con talento”. Entre la batería de medidas aplicadas destacó “la formación como una herramienta de resolución de problemas”, el desarrollo de una comunicación interna eficaz y la mecanización de los procesos administrativos, todo ello aderezado con fuertes campañas de marketing en las que se lanzan “continuos mensajes positivos” y se incentiva a los trabajadores con regalos sorpresa, fiestas... además de hacerles partícipes de iniciativas medioambientales. Por último destacó la confección de un “Libro Blanco” en el que se desarrolla una serie de prácticas a tener en cuenta en materia de conciliación.

Partiendo de este marco idílico de Wolter Kluwer se fue desgranando la realidad que se vive en numerosas empresas españolas y, de forma muy especial, en las pequeñas empresas que carecen de recursos suficientes para aplicar unos horarios adecuados, realizar una distribución de tareas en función de una correcta preparación e incentivar a sus empleados. El coordinador de la Secretaría de Salud Laboral de UGT, Emilio González, informó de la creación dentro de su sindicato de un “Observatorio de Riesgos Psicosociales” permanente que se ocupa de 10 sectores de la actividad española con el objetivo de aplicar políticas preventivas. Emilio González resaltó en este punto “la necesaria colaboración e intervención de los agentes sociales para llevar a cabo este tipo de políticas en las distintas empresas”.

El experto y profesor titular de RRHH de la Universidad de Alcalá, Ignacio Piñuel, reveló datos muy preocupantes. El 11% de las plantillas de trabajadores padece el síndrome del trabajador quemado (Burnout) y un 32% en niveles clínicos. Ignacio Piñuel manifestó que “detrás de estas cifras se encuentran trabajadores sometidos a condiciones laborales inadmisibles que les han llevado a un estado emocional que lastra la productividad y la salud de cada uno de ellos”. Y ante esta realidad “los directivos españoles la obvian y ofrecen una idea muy complaciente de su actuación argumentando que no existen otras fórmulas para organizar mejor el trabajo”.

Piñuel, que además es director del Barómetro Cisneros, ofreció nuevas cifras. El 15% de los trabajadores que fueron interrogados con cuestionarios anónimos y en sobres cerrados dijeron estar en una situación continuada y deliberada de maltrato. Todos ellos son datos del año 2009 en el que se ha potenciado el acoso debido a la crisis económica que estamos padeciendo. Ante esta situación “el trabajador calla y se somete y permite que los directivos “tóxicos” (narcisistas y con cualidades psicopáticas) sigan practicando este tipo de conductas creando un ambiente feudal en pleno siglo XXI”. En España tan sólo 1 de cada 1000 trabajadores que sufren maltrato lo denuncia por la vía judicial.

Otro dato estremecedor es el de las mujeres embarazadas, un 70% ha manifestado recibir presiones y violencia psicológica; y el 80% declara la imposibilidad de conciliar su vida familiar y laboral, convirtiéndose “en los verdaderos chivos expiatorios”.

Ignacio Piñuel abogó “por una verdadera voluntad política para acabar con esta lacra y una estrategia sindical centrada en la mejora de las condiciones laborales en torno a los riesgos psicosociales”.

La realidad laboral hace que empresas como Psya, de nacionalidad francesa e implantada en España hace apenas un año, centre sus esfuerzos en buscar y ayudar a encontrar “un equilibrio emocional en el trabajo”. En el servicio de asistencia psicológica telefónica que ofrece Psya la ansiedad es el mayor problema de salud manifestado por las personas que lo utilizan, según informó M<sup>a</sup> Teresa García, directora de Operaciones de Psya Asistencia. El segundo de los problemas planteados es la relación de pareja e hijos vinculada a una ruptura de la vida laboral y personal.

La salud mental es la gran asignatura pendiente para los trabajadores, las empresas y los países. En términos económicos la mala salud mental provoca en la Unión Europea un coste directo e indirecto entre un 3% y 4% del Producto Interior Bruto. 18 millones de europeos padecen síntomas físicos causados por el estrés y el 27% de la población española percibe y manifiesta que su salud y seguridad están en peligro.

Son datos aportados por M<sup>a</sup> Teresa García que añadió a las patologías laborales ya conocidas por todos como son el estrés, el burnout y el mobbing, una nueva figura denominada “Karoshi” que define a las muertes súbitas provocadas por un exceso de trabajo. Una de las medidas presentadas por Psya es la implantación de “auditorías de clima laboral” con el acompañamiento de programas adaptados a las particularidades de cada empresa y sector.

Por su parte Eva Garrosa, profesora de la Universidad Autónoma de Madrid y dedicada al estudio de la Salud Laboral, destacó la importancia de los recursos personales del trabajador para sobrevivir ante el negativo clima que se da en las distintas empresas. En este sentido hizo una distinción entre “los trabajadores tóxicos” que transmiten un clima laboral malo, y los trabajadores que generan un ambiente positivo. Es este segundo grupo se dan una serie de características que ayudan a la salud mental en el trabajo, como son la personalidad resistente, el optimismo, la competencia emocional y el denominado “recovery” (experiencia de recuperación). Todas ellas habilidades que cada uno de nosotros podemos desarrollar.

Una de las mejores herramientas que Eva Garrosa propuso para defendernos de los riesgos psicosociales es la de ocupar el tiempo libre con actividades que permitan restaurar la energía perdida y transmitan bienestar y relajación, lo que denominó “distanciamiento psicológico del trabajo”. Algo que parece fácil pero que es necesario cultivarlo y potenciar con el imprescindible apoyo social.

En el debate ofrecido por Psya se expuso con crudeza la realidad que millones de trabajadores viven cada día en sus puestos de trabajo cuya solución no es fácil de conseguir pero ejemplos como los de Wolters Kluwer demuestran que “soñar el futuro cambia las formas de hacer”.

## Información y Comunicación

*Carolina Muñoz Pesquera*  
Vallehermoso, 78-2ª planta  
91 534 83 62  
[comunicacion@confcuadros.com](mailto:comunicacion@confcuadros.com)