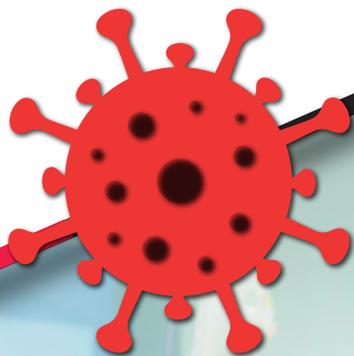


# RIESGOS PSICOSOCIALES

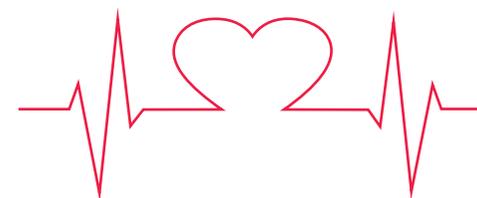
## PANDEMIA COVID -19

Trabajas...¿Cómo profesional de la salud? Si esa así.... Esta información puede ser útil para ti



Los riesgos psicosociales son aquellos riesgos que pueden afectar al desarrollo del trabajo y al individuo en su salud física, psíquica o social y cuyo origen está en la organización del trabajo y en el desempeño de la tarea. Principalmente:

- El estrés laboral.
- Síndrome de Burnout o desgaste profesional.
- La violencia laboral ( tanto física como psicológica).
- Fatiga de los trabajadores
- La inseguridad contractual
- El conflicto familia-trabajo



El COVID-19 ha provocado un aumento de los riesgos psicosociales en el profesional sanitario.



Se estima que cuando finalice la pandemia se duplicará la prevalencia de trastornos mentales y emocionales en el colectivo de profesionales de la salud tales como la fatiga por compasión y la aparición del estrés postraumático.



## ¿ESTAMOS ANTE UNA NUEVA ENFERMEDAD PROFESIONAL?



Solo se consideran enfermedades profesionales a las recogidas en el cuadro de EPPP (Anexo I del Real Decreto 1299/2006) siempre que exista exposición al riesgo que se establece para cada una de ellas. Las enfermedades que afectan a la salud psíquica NO están incluidas en el listado legal, sin embargo pueden ser legalmente reconocidas como accidente de trabajo, el trabajo debe ser el único factor causal de la enfermedad.

## ¿QUÉ PUEDEN HACER LAS DELEGADAS/OS DE PREVENCIÓN?

- 1) Visitar los lugares de trabajo y comunicarse con las trabajadoras y trabajadores para conocer la problemática.
- 2) Acompañar y presentar observaciones en visitas de técnicos e inspectores.
- 3) Exigir a la dirección de la empresa la evaluación de los riesgos psicosociales. Es una obligación legal.
- 4) Proponer la adopción de medidas preventivas.
- 5) Exigir la realización de vigilancia de la salud específica, incluyendo la salud psíquica.
- 6) Vigilar y controlar el cumplimiento de la normativa.

## RECOMENDACIONES SUGERENCIAS DE AUTOCUIDADO:

La resiliencia frente al estrés, la adquisición de unos buenos hábitos alimenticios y la estimulación de las habilidades personales y sociales son prácticas fundamentales que promueven la salud.