

Estrés laboral y factores de riesgo psicosocial

Ivan Dominik

Centre of Medellin Public Health, Colombia

Email: dominik3@gmail.com

Resumen

La resolución 2646 de 2008 tiene como objetivo dar los parámetros en la identificación de los riesgos psicosociales en el trabajo, este como producto del estrés laboral, este artículo presenta de manera concisa y comprensible para el trabajador en general, el significado de los factores de riesgo psicosocial y las repercusiones que éstos pueden tener en su salud. El Ministerio de Protección incluye las patologías derivadas del estrés laboral en el cuadro de Enfermedades Profesionales, y para ello se apoya en el protocolo para determinar el origen de las patologías derivadas del estrés y en la batería de instrumentos para evaluar los factores de riesgo psicosocial y contribuir a la toma de decisiones de los profesionales del trabajo en la determinación del origen de las enfermedades derivadas del estrés, ya sean de origen común o profesional. Para este caso, las empresas deberán destinar recursos humanos y económicos para la identificación, evaluación, prevención, intervención y seguimiento de dichos riesgos psicolaborales, es responsabilidad del empleador velar por la salud de sus trabajadores, incumpliendo lo establecido por la el Ministerio será sancionado de conformidad con lo dispuesto en los incisos a y c del artículo 91 del Decreto - Ley 1295 de 1994.

Palabras clave: Burnout Profesional, Impacto Psicosocial, Estrés Psicológico, Factores de Riesgo, Salud Ocupacional

A. INTRODUCCIÓN

El tema de los factores de riesgo psicosociales ya se viene trabajando desde hace tiempo, a medida que se ha ampliado el concepto de salud con el abordaje de la idea de bienestar, prevención y promoción de la salud, las organizaciones laborales han comenzado a trascender en materia de prevención medicina e higiene ocupacional.

Psicosocial es un término utilizado para describir la relación entre la condición social de una persona y su estado mental/emocional. El término psicosocial involucra aspectos psicológicos y sociales, por ejemplo la relación entre el miedo que tiene una persona (psicológica) sobre cómo interactúa con otras personas en su entorno social. Alguien mentalmente sano reaccionará positivamente en muchas situaciones, en contraste con aquellos que no están mentalmente bien.

Los riesgos psicosociales pueden definirse como la relación entre las condiciones sociales de una persona (riesgos sociales) y su estado mental/emocional en el trabajo, interacciones entre entornos de trabajo, contenido del trabajo, condiciones organizacionales y capacidades del trabajador, necesidades, cultura, personal

extralaboral. consideraciones que pueden, a través de percepciones y experiencias, afectar la salud, el desempeño laboral y la satisfacción laboral (OMS, 1984).

Los riesgos psicosociales pueden ser aquellos aspectos del diseño y la gestión de un trabajo, su contexto social y organizacional que tienen el potencial de causar daño psicológico o físico. Existen varios modelos en Europa y en otros lugares para la evaluación del riesgo asociado con los peligros psicosociales (llamados riesgos psicosociales) y su impacto en la salud y seguridad de los empleados y la salud organizacional.

B. MÉTODO

La investigación es cualitativa utilizando el método de revisión de literatura. La investigación cualitativa es aquella que se utiliza para examinar las condiciones de los objetos naturales, donde el investigador es el instrumento clave. El propósito de la investigación cualitativa es explicar un fenómeno en profundidad por medio de la recopilación de datos lo más profundos posible, lo que demuestra la importancia de la profundidad y el detalle de los datos en estudio.

C. RESULTADO Y DISCUSIÓN

Una vez que el área de Salud Ocupacional comenzó a abordar la relación entre la salud mental y el trabajo, los patrones y los trabajadores se convirtieron en un tema obligatorio, más aún con lo dispuesto en la Resolución 1016 de marzo de 1989, artículo 11 donde se contempla la intervención del subprograma de higiene en la identificación de agentes de riesgo en el trabajador, como los psicosociales.

El comité conjunto de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) - Organización Mundial de la Salud (OMS) define los factores psicosociales como interacciones entre el trabajo, su entorno, la satisfacción laboral y las condiciones de su organización, para por un lado, y por otro, las capacidades del trabajador, , necesidades, cultura y situación personal fuera del trabajo, todo lo cual, a través de percepciones y experiencias, puede influir en la salud y el desempeño y satisfacción en el trabajo (Ortiz et al., 2013).

La interrelación negativa entre las condiciones de trabajo y los factores humanos puede generar consecuencias nocivas, de las cuales se han detectado tres aspectos: el desempeño laboral, la satisfacción laboral y la salud del trabajador. La Resolución 2646 de 2008 define los denominados factores de riesgo psicosocial como “(Los) factores psicosociales comprenden aspectos intralaborales y extralaborales o externos a la organización y condiciones individuales o características intrínsecas al trabajador, que en una interrelación dinámica, a través de percepciones y experiencias, influyen en la salud y el

desempeño de las personas” (Charria et al., 2011). El Ministerio de la Protección Social establece disposiciones y define responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y seguimiento permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para determinar el origen de las patologías provocadas por el estrés laboral.

El estrés ha sido abordado por un número creciente de investigadores sin lograr una unificación del tema, la Universidad Pontificia Javeriana en el Subcentro de Seguridad Social y Riesgos Profesionales, define al estrés como un conjunto de reacciones de carácter psicológico, emocional y conductual, la cual se presenta cuando el individuo debe enfrentar demandas derivadas de su interacción con el medio (factores de riesgo psicosocial), ante las cuales su capacidad de afrontamiento es insuficiente, provocando un desequilibrio que altera su bienestar, incluyendo su salud (Villalobos, 2004).). Teniendo en cuenta que las reacciones ante una situación estresante están determinadas por la gravedad del evento, también se tienen en cuenta los factores de la persona y el apoyo social y familiar con el que cuenta.

Por lo tanto, el concepto de enfermedad podría tener varias causas que es fundamental analizar, de ahí la preocupación del Ministerio de Protección en diseñar una batería que permita evaluar la exposición del trabajador a los denominados riesgos psicosociales y determinar si la respuesta del trabajador al estrés se dio predominantemente. ante condiciones laborales, extralaborales o individuales (Rodríguez et al., 2015).

Estrés y factores psicosociales.

El gobierno emitió recientemente la nueva lista de enfermedades profesionales, es decir, las derivadas de la actividad laboral (Decreto 2566 de 2009) (Escobar, 2011), entre las que reconoce como posibles enfermedades provocadas por el estrés laboral estados de ansiedad y depresión, infartos infarto y otras emergencias cardiovasculares, hipertensión arterial, enfermedad ácido-péptica y colon irritable.

La resolución 2646 de 2008 establece que estos factores psicosociales deben ser evaluados de manera objetiva y subjetiva a los trabajadores que se encuentran en riesgo psicosocial, utilizando instrumentos que para tal fin han sido validados en el país según lo dispuesto por el Ministerio de la Protección Social, por lo que esta evaluación nos permite distinguir tres tipos de condiciones: intralaborales, extralaborales o individuales (Vélez, 2016). El riesgo intralaboral permite identificar cuatro dominios que a su vez agrupan un conjunto de dimensiones que explican las dimensiones intralaborales, los dominios considerados son (Rodríguez et al., 2015):

- a. Exigencias del puesto: se refiere a las exigencias que el puesto impone al individuo, cuantitativas, mentales, emocionales, etc.

- b. Control sobre el trabajo: es la posibilidad que el trabajo le da al individuo para influir y tomar decisiones sobre diferentes aspectos involucrados en su desempeño, tales como: claridad de rol, capacitación, etc.
- c. Liderazgo y relaciones sociales en el trabajo: son los tipos particulares de relaciones sociales que se establecen entre los superiores jerárquicos y sus colaboradores.
- d. Recompensa: es la remuneración que obtiene el trabajador a cambio de sus aportes o esfuerzos laborales, tales como: económica, estima, etc.

Entre las condiciones extralaborales se encuentran aspectos del entorno familiar, social y económico del trabajador. Incluyen las condiciones del hogar que pueden influir en el bienestar y la salud del individuo.

Las condiciones individuales tienen que ver con características propias del individuo, tales como sexo, edad, estado civil, nivel educativo, etc. La batería no incluye cuestionarios para evaluación, pero sí permite en sus anexos algunas pautas técnicas que pueden ser de utilidad para aquellos quienes evalúan las características personales (Rodríguez et al., 2015).

El alcance de la batería es evaluar los factores de riesgo psicosocial, entendidos como “condiciones psicosociales cuya identificación y evaluación muestra efectos negativos en la salud de los trabajadores o en el trabajo”. La aplicación de la batería permite determinar el grado de riesgo en una escala de cinco niveles: sin riesgo o riesgo insignificante, riesgo bajo, riesgo medio, riesgo alto y riesgo muy alto, así como establecer la presencia o no de alteraciones psicosociales intra y extra. trabajo de riesgo (Rodríguez et al., 2015). “La finalidad de la Salud Ocupacional es servir a la salud y el bienestar social de los trabajadores en forma individual o colectiva. La práctica de la salud ocupacional debe realizarse de acuerdo con los más altos estándares profesionales y los más rigurosos principios éticos. Los profesionales de la salud ocupacional también deben contribuir a la mejora de la salud pública y del medio ambiente” (Álvarez et al., 2016). Los usos y objetivos de la evaluación de riesgos psicosociales y la aplicación de los instrumentos deben equipararse siempre con el objeto de la Salud Ocupacional, que prevé en su artículo segundo (Álvarez et al., 2016):

- Promover el mejoramiento y mantenimiento de las condiciones de vida y salud de la población trabajadora.
- Prevenir todo daño a la salud de las personas, derivado de las condiciones de trabajo.
- Proteger a las personas contra los riesgos físicos, químicos, biológicos, psicosociales, mecánicos, eléctricos y otros derivados de la organización del trabajo que puedan afectar la salud individual o colectiva en el lugar de trabajo.

- Eliminar o controlar los agentes nocivos para la salud integral del trabajador en el lugar de trabajo.

D.CONCLUSIÓN

El concepto de estrés es importante y tiene relevancia en el ámbito laboral debido a que el individuo puede responder de diferentes formas ante un evento inesperado, para algunas personas una situación puede ser muy amenazante, pero para otras la misma situación puede pasar desapercibida, estas respuestas pueden activar fisiopatológicas. mecanismos de una enfermedad.

REFERENCIAS

1. Andrade, R. D. (2003). *Legislación Económica Del Ecuador*. Editorial Abya Yala.
2. Ortiz, F. A., & Jaramillo, V. A. (2013). Factores De Riesgo Psicosocial Y Compromiso (Engagement) Con El Trabajo En Una Organización Del Sector Salud De La Ciudad De Cali, Colombia. *Acta colombiana de Psicología*, 16(1), 43-56.
3. Charria, V. H., Sarsosa, K. V., & Arenas, F. (2011). Factores de Riesgo Psicosocial Laboral: Métodos E Instrumentos de Evaluación. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 29(4), 380-391.
4. Villalobos, G. (2004). Protocolo Para La Determinación Del Origen De Las Patologías Derivadas Del Estrés. *Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana*.
5. Rodríguez, E., Sánchez-Gómez, J., Dorado, H. A., & Ramírez, J. M. (2015). Factores De Riesgo Psicosocial Intralaboral Y Grado De Estrés En Docentes Universitarios. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 4(2), 12-17.
6. Escobar, M. P. O. (2011). El Trabajo Y Los Factores De Riesgo Psicosociales: Qué Son y Cómo Se Evalúan. *Revista CES Salud Pública*, 2(1), 74-79.
7. Sierra-Barón, W., Mora, J. E. P., Quintero, A. M. R., & Santofimio, J. D. M. (2020). Ejercicio Profesional Del Psicólogo En El Contexto Del Trabajo Y Las Organizaciones. *Informes Psicológicos*, 20(1), 111-129.
8. Álvarez, F. T., Londoño, M. E. L., Posada, A. S., & Jáuregui, M. V. (2016). Modelo analítico de factores psicosociales en contextos laborales. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 29(2), 95-137.