

# RIESGOS PSICOSOCIALES

Son el resultado de unas condiciones laborales inadecuadas, relacionadas con la **organización del trabajo, el contenido y la realización de la tarea**, y que pueden afectar negativamente a la salud física o psíquica del trabajador/a y al desarrollo del trabajo.

## TIPOS



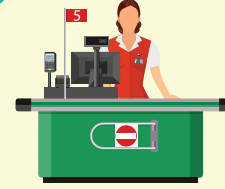
**Inatisfacción laboral**



**Depresión laboral**



**Ansiedad laboral**



**Síndrome del Quemado**



**Estrés laboral**



**Acoso Sexual laboral**



**Acoso Psicológico laboral**



**Violencia física**

## Factores inherentes al trabajo

Son aquellas condiciones de trabajo asociadas al puesto y a la tarea que se lleva a cabo.

- ★ Carga de trabajo
- ★ Contenido de trabajo
- ★ Tiempo de trabajo
- ★ Turnicidad/Nocturnidad
- ★ Ritmo de trabajo
- ★ Factores ambientales
- ★ Autonomía y control
- ★ Equidad

Una crisis de ansiedad en el centro de trabajo, puede ser considerado un accidente laboral. (Art. 156 de la Ley General de la Seguridad Social)



## Factores relacionados con la organización del trabajo

Son aquellos aspectos asociados a la forma en que se realiza el trabajo, relacionados con la ausencia o deficiencia de:

- ★ Comunicación
- ★ Estilos de mando
- ★ Participación de los trabajadores
- ★ Definición de competencias
- ★ Características de la empresa
- ★ Ambiente de trabajo
- ★ Relaciones personales
- ★ Condiciones laborales
- ★ Formación para desempeñar las funciones encomendadas

## PREVENCIÓN

Las principales herramientas para la prevención de estos riesgos son:

Evaluación de riesgos psicosociales

Información y formación de los trabajadores/as

Comunicación / Participación de los trabajadores/as

Protocolos de actuación en casos de violencia en el trabajo

Los riesgos psicosociales pueden producir insomnio, migrañas, problemas digestivos, ansiedad, irritabilidad, afecciones cardíacas, etc.

TE PODEMOS AYUDAR / UGT MADRID / ☎ 91 589 70 20 / ☎ IRSST: 900 713 123



www.saludlaboralugtmadrid.org

“El Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo colabora en la elaboración de este material en el marco del VI Plan Director de Prevención de Riesgos Laborales de la Comunidad de Madrid 2021-2024 y no se hace responsable de los contenidos del mismo ni de las valoraciones e interpretaciones de sus autores. El material elaborado recoge exclusivamente la opinión de su autor como manifestación de su derecho de libertad de expresión”.



Comunidad de Madrid