

EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES

MARCO LEGAL.

La Ley 31/1995, 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales garantiza el derecho de los trabajadores a ser protegidos frente a riesgos laborales. Las empresas tienen la obligación de evaluar los riesgos psicosociales y adoptar medidas preventivas para identificar, eliminar o minimizar dichos riesgos. Esto contribuye a mejorar tanto las condiciones como las sensaciones de los trabajadores en el ámbito laboral, considerando que la salud mental es indivisible entre lo personal y laboral.



FASES DE LA EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES.

Según el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) la evaluación sigue un proceso estructurado que incluye identificación, medición y análisis:

- 1 **IDENTIFICACIÓN DE FACTORES DE RIESGO:** se determinan los aspectos psicosociales relevantes según la organización, tareas y estructura.
- 2 **SELECCIÓN DEL MÉTODO DE EVALUACIÓN:** debe ser válido, fiable y adecuado al tamaño y características de la empresa.
- 3 **PLANIFICACIÓN Y EJECUCIÓN DEL TRABAJO DE CAMPO:** aplicación de cuestionarios, entrevistas, observación o grupos de discusión.
- 4 **ANÁLISIS DE RESULTADOS Y ELABORACIÓN DE UN INFORME:** interpretación técnica de los datos obtenidos y elaboración de un documento claro y riguroso que recoge resultados, conclusiones y recomendaciones.
- 5 **ELABORACIÓN Y PUESTA EN MARCHA DE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN:** acciones para eliminar, reducir o controlar los riesgos detectados.
- 7 **SEGUIMIENTO Y CONTROL DE LAS MEDIDAS ADOPTADAS:** debe revisarse periódicamente o cuando cambien las condiciones de trabajo.

MÉTODOS DE EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES.

Existen distintos métodos de evaluación de riesgos psicosociales, debiendo aplicar el método que mejor se adapte a las características de la empresa a evaluar.

Una vez que ya se cuenta con información suficiente o al menos inicial sobre qué factores sería necesario estudiar y cuáles son las características generales de la organización que determinan unas condiciones de trabajo u otras, se procedería a la elección del método.

La metodología debe garantizar la **validez y fiabilidad de los resultados**, **participación**, **anonimato y confidencialidad**.

Métodos Destacados:

- **FPSICO:** Método cuantitativo del INSST que evalúa nueve factores de riesgo clave (como carga de trabajo y apoyo social).
- **CoPsoQ ISTAS 21:** Evaluación psicosocial a nivel cuantitativo y cualitativo.
- **Guías INSST para PYMES:** Autoevaluación práctica para pequeñas y medianas empresas.

El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST. Directrices Básicas para la Gestión de los Riesgos Psicosociales, 2022) señala las siguientes técnicas de recogida de información por ser las más utilizadas:

- ✓ **La observación.**
- ✓ **La consulta de estadísticas e informes.**
- ✓ **Los cuestionarios.**
- ✓ **Las listas de chequeo o checklist.**
- ✓ **Las entrevistas individuales o grupales.**
- ✓ **Los grupos de discusión.**
- ✓ **Otras fuentes de información: auditorías, Comités, etc.**
- ✓ **Registros de empresa: siniestralidad, absentismo, rotación, etc**

PROPIEDADES ESENCIALES QUE DEBE REUNIR UN MÉTODO DE EVALUACIÓN PSICOSOCIAL PARA SER COMPLETO Y EFECTIVO.

Un buen método de evaluación psicosocial debe ser **VÁLIDO**, **FIABLE** y capaz de **DETECTAR CAMBIOS REALES** (sensibilidad) diferenciando los riesgos psicosociales de otros factores (especificidad). Debe **ADAPTARSE AL CONTEXTO**, cubrir todos los factores relevantes, fomentar la **PARTICIPACIÓN**, ofrecer **RESULTADOS CLAROS**, permitir **ACCIONES PREVENTIVAS**, respetar la **ÉTICA** y facilitar la **COMPARACIÓN** entre grupos o periodos.

Los representantes de las personas trabajadoras deben estar presentes en todo el proceso, desde la elección del método, la forma en que se van a realizar las encuestas, o la selección de unidades de análisis. Deberán buscar la participación de toda la plantilla y, además, velarán para que se cumplan los requisitos indispensables en la evaluación de riesgos psicosociales debiendo ser anónima. Habrá de evaluar la situación de riesgo y las consecuencias.

PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA PSICOSOCIAL.

Según el INSST (en Directrices Básicas para la Gestión de los Riesgos Psicosociales, 2022) la planificación de la actividad preventiva psicosocial debe dar respuesta a las siguientes preguntas:

DÓNDE: puestos y colectivos.

QUÉ: medidas, acciones.

CÓMO: modo de desarrollar las acciones.

PLAZO: cuánto tiempo es razonable emplear.

RESPONSABLE: implicando a diversos protagonistas.

RECURSOS: humanos y materiales