

El contenido de esta publicación es responsabilidad exclusiva de la entidad ejecutante y no refleja necesariamente la opinión de la Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales.

Este producto forma parte del estudio "Información y sensibilización sobre los riesgos psicosociales en el sector de ocio educativo y animación sociocultural para el fortalecimiento de la implicación de empresario y trabajadores", que ha sido ejecutado en el marco de la convocatoria de asignación de recursos de la Fundación para la Prevención de los Riesgos Laborales (FPRL) a través de las acciones AE 0051/2015 y AE 0054/2015. Dirigido a los centros ocio educativo y animación sociocultural con menos de 50 trabajadores sin representación sindical.



PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Información y sensibilización
sobre los riesgos psicosociales
en el **sector de ocio educativo y
animación sociocultural** para el
fortalecimiento de la implicación
de empresarios y trabajadores

Con la financiación de:

AE-0051/2015
AE-0054/2015



Ejecutado por:



¿QUÉ SON LOS RIESGOS PSICOSOCIALES?

El INSHT define los riesgos psicosociales como “aquellas condiciones presentes en una situación laboral directamente relacionadas con la organización del trabajo, el contenido del trabajo y la realización de la tarea, y que se presentan con la capacidad para afectar el desarrollo del trabajo y la salud del trabajador, es decir, cómo trabajamos, qué y de qué manera lo hacemos, puede ser un factor de riesgo psicosocial.

PRINCIPALES RIESGOS PSICOSOCIALES

Las cinco dimensiones que explicamos a continuación, engloban las características desfavorables de la organización del trabajo que generan los riesgos psicosociales (*definición estándar de los siguientes riesgos psicosociales*):

- **Exceso de exigencias psicológicas:** cuando hay que trabajar rápido o de forma irregular, cuando el trabajo requiere que escondamos los sentimientos, callarse la opinión, tomar decisiones difíciles y de forma rápida;
- **Falta de influencia y de desarrollo:** cuando no tenemos margen de autonomía en la forma de realizar nuestras tareas, cuando el trabajo no da posibilidades para aplicar nuestras habilidades y conocimientos o carece de sentido para nosotros, cuando no podemos adaptar el horario a las necesidades familiares, o no podemos decidir cuándo se hace un descanso;
- **Falta de apoyo y de calidad de liderazgo:** cuando hay que trabajar aislado, sin apoyo de los superiores o compañeros y compañeras en la realización del trabajo, con las tareas mal definidas o sin la información adecuada y a tiempo;
- **Escasas compensaciones:** cuando se falta al respeto, se provoca la inseguridad contractual, se dan cambios de puesto o servicio contra nuestra voluntad, se da un trato injusto, o no se reconoce el trabajo, el salario es muy bajo, etc.
- **Doble presencia:** el trabajo doméstico y familiar supone exigencias cotidianas que deben asumirse de forma simultánea a las del trabajo remunerado. Las mujeres siguen realizando y responsabilizándose del trabajo doméstico y familiar, por lo que la doble presencia es más prevalente entre el colectivo de mujeres.

LA SITUACIÓN LABORAL DE LA MUJER Y SU EXPOSICIÓN A LOS RIESGOS PSICOSOCIALES

Las particularidades de la situación actual de la mujer en cuanto a factores de riesgos psicosociales se ven reflejadas en numerosos estudios, artículos, diagnósticos y demás publicaciones. Citamos el siguiente ejemplo a modo informativo:

- *Según la OIT, en una hoja informativa sobre “Género, Salud y Seguridad en el Trabajo”, “la doble jornada (y la consiguiente carga de trabajo) tienen una fuerte repercusión sobre la salud: provoca estrés, fatiga crónica, envejecimiento prematuro y trastornos psicósomáticos, así como mayores frecuencias de enfermedades relacionadas con el trabajo, y reduce el tiempo de descanso necesario para reponerse. Al mismo tiempo, supone una fuente de insatisfacción ante la imposibilidad de atender correctamente ambas esferas: a menudo las jornadas laborales remuneradas dificultan poder atender las necesidades de la familia como se considera necesario. También se pone de manifiesto en estudios e investigaciones que el deterioro de la salud en las mujeres que compaginan el trabajo remunerado y no remunerado aumenta a medida que aumenta la cantidad de hijos e hijas. Desde el punto de vista de los contenidos de las tareas, se produce una exposición múltiple a los mismos tipos de riesgos, dado que las ocupaciones donde las mujeres están más representadas implican a menudo el cuidado y la atención a la familia. Destacan las lesiones, molestias y desgaste del sistema osteomuscular, por movimientos repetitivos, posturas forzadas, manipulación constante de cargas, etc., y los problemas de salud mental o psicosociales por la presión y exigencias elevadas y la falta de control sobre el trabajo que suele caracterizar los empleos feminizados”.*¹



¹La organización del trabajo y los riesgos psicosociales: una mirada de género, OIT.