



RIESGOS PSICOSOCIALES: MUCHO POR HACER ...(1)

El pasado mes de Diciembre Unicaja anunció la puesta en marcha de la evaluación de riesgos psicosociales. CCOO llevaba años reclamando esta medida ([Infosalud 20](#), [Infosalud 35](#), [Infosalud 42](#), [Infosalud 43](#)). El proceso de evaluación que ahora se inicia debe contribuir a mejorar nuestras condiciones laborales, identificando cuales son los riesgos psicosociales que día a día va minando nuestra salud física y psicológica.

¿Cuáles son esos los principales riesgos psicosociales?

- **Estress:** presión por objetivos irrealizables, falta de plantilla, exceso de carga laboral
- **Violencia:** atracos, protestas de clientes que llegan a derivar en acoso, ocupación de oficinas...
- **Acoso laboral:** inseguridad contractual; amenazas con cambios de puesto o función, con no cobrar incentivos, con expedientes disciplinarios...
- **Desgaste profesional:** burnout o síndrome del quemado, falta de comunicación, ausencia de reconocimiento profesional...
- **Conflicto para conciliar familia y trabajo:** prolongación de jornada sistemática, traslados, alejamiento del domicilio familiar, etc.

¿Por qué se originan?

Los riesgos psicosociales, que ponen en riesgo nuestra salud, se originan por una deficiente organización del trabajo y una ambición desmedida por los resultados que descarga una presión insoportable sobre la plantilla.

¿Cómo nos afectan a la salud?

Generando respuestas fisiológicas (reacciones neuroendocrinas), emocionales (sentimientos de ansiedad, depresión, alienación, apatía, etc.), cognitivas (restricción de la percepción, de la habilidad para la concentración, la creatividad o la toma de decisiones, etc.) y conductual (abuso de alcohol, tabaco, drogas, violencia, asunción de riesgos innecesarios, etc.)



Continuará...