

# Laboratorio-Observatorio de Riesgos Psicosociales de Andalucía

LARPSICO | Universidad de Jaén



## "PERSONAS TRABAJADORAS" SANAS Y EMPRESAS PRÓSPERAS. UNA GUÍA PRÁCTICA PARA EL BIENESTAR EN EL TRABAJO

Healthy workers, thriving companies.  
A practical guide to wellbeing at work

*Autoría* Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo, 2018



**Junta de Andalucía**

Consejería de Empleo, Formación  
y Trabajo Autónomo

INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN  
DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO  
OBSERVATORIO

del IAPRL



Universidad de Jaén

# "PERSONAS TRABAJADORAS" SANAS Y EMPRESAS PRÓSPERAS. UNA GUÍA PRÁCTICA PARA EL BIENESTAR EN EL TRABAJO

Healthy workers, thriving companies.  
A practical guide to wellbeing at work

Autoría Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo, 2018

## OBJETO

Una guía práctica elaborada por la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo con título **Healthy workers, thriving companies. A practical guide to wellbeing at work** ("Personas trabajadoras sanas y empresas prósperas. Una guía práctica al bienestar en el trabajo) y que tiene como objeto ayudar a las micro y pequeñas empresas a crear un entorno de trabajo en el que las personas trabajadoras se mantengan saludables y productivas, donde la empresa prospere abordando los riesgos psicosociales y los trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo.

## PRINCIPALES ASPECTOS TRATADOS

Esta guía presenta un enfoque de cinco pasos para administrar dos problemas de salud ocupacional bastante desafiantes que son comunes en los lugares de trabajo: riesgos psicosociales y trastornos musculoesqueléticos (TME). En ellos se incluyen un conjunto de recomendaciones específicas según el riesgo a tratar para su adecuada implementación en las empresas. Los cinco pasos son:

- preparación (**recursos disponibles, cómo y cuándo, etc.**),
- evaluación de riesgos (Identificación de los riesgos psicosociales en su lugar de trabajo<sup>1</sup>),
- planificación de acciones (acordar qué acciones se tomarán para eliminar o reducir los riesgos y establecer un plan de acción),

- actuación (implementar y supervisar acciones acordadas) y
- evaluación (revisar todo el ciclo de evaluación de riesgos y planificación e implementación de acciones).

Todo ello, a partir de la obligación legal contemplada en la **Directiva Marco 89/391, de 12 de junio de 1989, relativa a la aplicación de medidas para promover la mejora de la seguridad y de la salud de los trabajadores.**

## VALORACIÓN

Para la población trabajadora europea, según **ESENER-3**, se constata que los riesgos psicosociales y que trastornos musculoesqueléticos son los dos principales problemas que causan mayores daños sobre la salud de las personas trabajadoras. De hecho, su preocupación por esta materia fue expuesta en el año 2017 de manera concreta por una importante Comunicación de la Comisión Europea sobre la salud y seguridad en el trabajo destacando la importancia de prevenir los riesgos psicosociales y trastornos musculoesqueléticos (**TME**). A este respecto, esta Guía ha recogido un conjunto de propuestas prácticas teniendo un gran valor práctica sobre la materia por su claridad y al estar dirigida a todo tipo de empresas con independencia del tamaño de la misma, así como su utilización por la población laboral, representantes sindicales, especialistas y profesionales de la seguridad y salud que trabajan en dichas empresas.

<sup>1</sup> Para una mayor información sobre la evaluación de riesgos psicosociales véase <https://www.juntadeandalucia.es/empleoformacionytrabajoautonomo/webiapr/laboratorios/larpsico/publicaciones/otras-publicaciones>