

Estrés Laboral:

Hoy día, muchos trabajadores enfrentan una gran presión para cumplir con las exigencias de la vida laboral moderna.

Los riesgos psicosociales tales como el aumento de la competitividad, mayores expectativas sobre el rendimiento y largas horas de trabajo contribuyen a que los ambientes de los lugares de trabajo sean cada vez más estresantes. Con el ritmo de trabajo dictado por las comunicaciones instantáneas y altos niveles de competitividad global, las líneas divisorias entre el trabajo y la vida privada son cada vez más difíciles de identificar. Además, debido a los cambios sustanciales en las relaciones laborales y la recesión económica actual, los trabajadores están experimentando cambios organizacionales y de reestructuración, menores oportunidades laborales, aumento de trabajo precario, temor a la pérdida del empleo, despidos masivos y desempleo, así como menor estabilidad financiera, con graves consecuencias para su salud mental y bienestar.

En los últimos años, el impacto de los riesgos psicosociales y del estrés relacionado con el trabajo ha recibido cada vez más atención entre los investigadores, los especialistas y los responsables políticos. El estrés relacionado con el trabajo es actualmente reconocido como problema global que afecta a todos los países, todas las profesiones y todos los trabajadores, tanto en los países desarrollados como en desarrollo. En este complejo contexto, el lugar de trabajo es una fuente importante de riesgos psicosociales y al mismo tiempo el lugar idóneo para tratarlos y proteger la salud y el bienestar de los trabajadores.

Fuente: OIT; <http://www.ilo.org/safework/events/safeday/lang-es/index.htm>