



# PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

## RIESGOS PSICOSOCIALES



Se entiende por **riesgos psicosociales** las condiciones relacionadas con la organización del trabajo, el contenido y la ejecución de las tareas, así como las relaciones interpersonales y los contextos en los que se desarrolla el trabajo, que se materializan de manera inadecuada o deficiente.

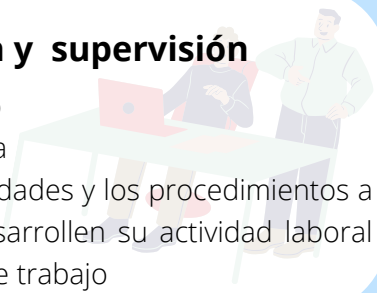
**Las condiciones psicosociales adversas, cuando están presentes, afectan negativamente a la salud o al bienestar de las personas trabajadoras autónomas. Algunas de las principales condiciones desfavorables son:**

1. Carga mental
2. Estrés
3. Insatisfacción laboral
4. Síndrome del quemado BURNOUT

## MEDIDAS PREVENTIVAS

### 1 Participación y supervisión

1. Reuniones de equipo
2. Comunicación directa
3. Informar de las novedades y los procedimientos a las personas que desarrollen su actividad laboral en el mismo centro de trabajo



### 2 Carga de trabajo o nivel de estrés

1. Controlar el nivel de exigencia y de formación
2. Planificar el diseño de tareas



### 3 Tiempo de trabajo

1. Garantizar el descanso obligatorio
2. Diseñar tareas dentro de la jornada laboral

### 4 Implicación

1. Coordinar la actividad laboral
2. Total implicación del personal en la actividad laboral

### 5 Evaluar riesgos

1. Identificar los riesgos
2. Diseñar protocolos de actuación
3. Contar con protocolos de adecuación



Infórmate ☎ 857 700 702

Financiado: