

## DECÁLOGO PARA LA INTERVENCIÓN Y GESTIÓN DE LOS FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO EN EL TRABAJO

### Introducción

La información es fundamental para prevenir accidentes laborales. Por ello, es importante conocer las condiciones sobre seguridad y salud en la empresa de modo que se consiga una salud integral de los trabajadores.

La prevención en riesgos laborales va más allá de los elementos físicos, químicos o biológicos. Incluye los factores psicosociales, que pueden dar origen a problemas como son el acoso laboral, trabajo emocional, burnout (síndrome del 'quemado') y fomento de las adicciones, entre otros.

Este documento nace de la relevancia que están adquiriendo estos riesgos en el trabajo, y que inciden gravemente en la salud, los accidentes y la productividad. Entre todos, debemos trabajar para lograr una gestión adecuada y evitarlos.

La piedra angular para prevenir los riesgos psicosociales está en crear un ambiente de trabajo saludable, basado en la confianza mutua entre empresario y trabajador. Un buen clima laboral mejora la calidad, la productividad y el bienestar.

La implantación efectiva de las medidas preventivas necesarias, el seguimiento de su eficacia y la integración efectiva de la prevención son de obligado cumplimiento en todos los niveles jerárquicos de la empresa. Por su parte, los trabajadores tienen el deber de cooperar con el empresariado para que éstos puedan garantizar entre todos unas condiciones de trabajo seguras.

Los riesgos psicosociales deben estar incluidos en la PRL de todas las empresas, sea cual sea su tamaño y sector empresarial. Para facilitar su cumplimiento, se ha elaborado este decálogo.

## DECÁLOGO PARA LA INTERVENCIÓN Y GESTIÓN DE LOS FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO EN EL TRABAJO

### 1. LIDERAZGO ORIENTADO A LAS PERSONAS

Apostamos por un modelo de gestión empresarial democrático y participativo, basado en una relación de confianza en nuestro equipo, que, a su vez, es consciente de sus obligaciones y responsabilidades.

### 2. COMUNICACIÓN PARA CONSEGUIR EL ÉXITO

Disponemos desde la dirección de un sistema de comunicación abierto y multidireccional, que además es transparente, accesible, eficaz, ajustado a la realidad de nuestra organización, y conocido por todo el equipo.

### 3. FOMENTO DE LA PARTICIPACIÓN Y DEL TRABAJO EN EQUIPO

Promovemos la colaboración de todo el personal en la aportación de ideas que contribuyan a mejorar la calidad y el funcionamiento de la empresa y de los puestos de trabajo.

Nuestro equipo humano es lo más importante. Conocer la opinión de todos es fundamental a la hora de la toma de decisiones para garantizar que las medidas adoptadas sean las idóneas y favorecer su aceptación e implantación.

### 4. ADAPTACIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO A LA PERSONA

Adecuamos la carga de trabajo y las exigencias de la actividad de cada puesto de trabajo a la capacidad de la persona que lo ocupa, dotándolo de la información y de los recursos que precisa para un desempeño satisfactorio y adecuado.

### 5. POTENCIAMOS UN AMBIENTE DE TRABAJO INTELIGENTE

Facilitamos y mejoramos la seguridad de los trabajadores mediante la digitalización, adaptando sus valores a cada persona.

### 6. ORGANIZACIÓN Y ENRIQUECIMIENTO DE TAREAS PARA COMBATIR EL CANSANCIO

Los trabajos repetitivos y monótonos pueden causar aburrimiento y agotamiento. Por ello, diseñamos y ofrecemos labores tendentes a evitar que lleguen a suponer una carga.

En todo caso, respetamos el derecho al descanso diario entre jornadas, semanal y las vacaciones anuales retribuidas, al igual que el derecho a una remuneración justa y a la promoción profesional en la empresa

**FREMM**



## DECÁLOGO PARA LA INTERVENCIÓN Y GESTIÓN DE LOS FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO EN EL TRABAJO

### 7. OBJETIVOS CLARAMENTE

**DEFINIDOS** Estamos comprometidos con un modelo de gestión que establezca claramente las metas. Velamos para que el equipo esté alineado con nuestro modelo de gestión y misión, con todos los puestos de trabajo perfilados y delimitados.

### 8. COMPROMISO CON LA PREVENCIÓN DEL ACOSO LABORAL

Estamos comprometidos con la información y formación de nuestros empleados para evitar el acoso psicológico en el trabajo. Disponemos de un protocolo de aplicación inmediata, si fuese necesario, para disminuir el daño que estas situaciones pudieran ocasionar.

### 9. FOMENTO DE LA CONCILIACIÓN ENTRE LA VIDA LABORAL Y PERSONAL

Fomentamos un entorno de trabajo responsable, comprometido y compatible con la vida privada de nuestro equipo, estudiando e implantando todas las medidas posibles que favorezcan la conciliación de la vida laboral con la personal.

### 10. COMPROMISO CON EL BUEN AMBIENTE EN EL TRABAJO FÍSICO Y PSICOLÓGICO

Ofrecemos entornos laborales amigables y saludables, favoreciendo que la plantilla esté alineada con un ambiente de confort, basado en el respeto y la concordia en toda la organización para favorecer la convivencia laboral.

Nos ocupamos de que las condiciones físicas de cada puesto sean las óptimas y de que el trabajo este adecuadamente organizado.

**Este decálogo ha sido elaborado para que las empresas y equipos humanos desarrollen sus cometidos con plena satisfacción, facilitando el cumplimiento de la normativa legal, junto a la misión y valores de la compañía.**

**FREMM**

