

## Evaluación de los Riesgos Psicosociales

La Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL) establece como una obligación del empresario, planificar la actividad preventiva a partir de una evaluación inicial de los riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores (artículo 16.2).

La evaluación de los riesgos psicosociales debe realizarse utilizando métodos que apunten al origen de los problemas (principio de prevención en el origen), es decir, a las características de la organización del trabajo.

La investigación ha aportado una amplia evidencia del efecto que para la salud del trabajador, tienen los principales factores de naturaleza psicosocial: exigencias de la tarea, control o influencia, apoyo social y compensaciones.

En cuanto a los métodos de evaluación han de plantear procedimientos concretos, de participación del empresario y sus representantes y de los trabajadores y sus representantes en todo el proceso de intervención preventiva, por ejemplo un grupo de trabajo específico que participe en todas estas fases del proceso de intervención. De esta manera, el conocimiento técnico se complementa con el derivado de la experiencia de los protagonistas.

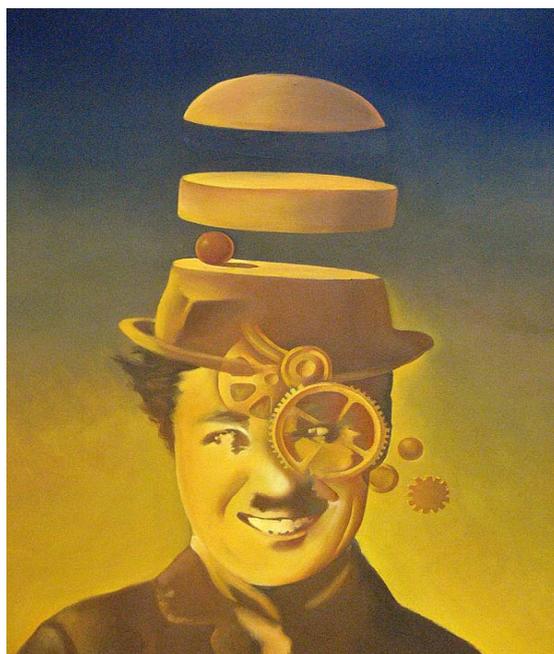
Actualmente se cuenta con distintos métodos de evaluación, pudiendo elegir el más adecuado respecto a las características y tipo de empresa.



## Características de los métodos

1. **Finalidad preventiva** de la evaluación: el objetivo no es sólo obtener información, sino utilizarla para adoptar medidas, art. 2.3 y 3.1 del Reglamento de los Servicios de Prevención. (RSP).
2. Debe permitir **estimar la magnitud** de los riesgos, en el caso de los riesgos psicosociales a través de puntuaciones y el **porcentaje de trabajadores expuestos** (art. 3.1 y art. 8 del RSP).
3. Debe dar información sobre la exposición **por puesto de trabajo** (art. 4.1 RSP).
4. Debe **evaluar condiciones de trabajo** (art. 4.1.a RSP) y específicamente las establecidas en el art 4.7. de la LPRL.
5. La identificación y valoración del riesgo deben **dar cabida a la información recibida por los trabajadores** (art 5.1 RSP).

Por consiguiente, habrá que exigir con rigor el cumplimiento de estos requerimientos legales marcados en el Reglamento de los Servicios de Prevención a cualquier método que se quiera emplear para evaluar los riesgos psicosociales.



## Método Istas 21

Se trata de una metodología de evaluación e intervención preventiva de los factores de riesgo de naturaleza psicosocial. Es la adaptación a la realidad española del método CoPsoQ (Cuestionario Psicosocial de Copenhagen), desarrollado por el Instituto Nacional de Salud de Dinamarca.

Hay tres versiones del método: corta para empresas de menos de 25 trabajadores, media: más de 25 trabajadores y versión larga, destinada a investigación.

Este instrumento conceptualiza las cuatro grandes dimensiones psicosociales (exigencias psicológicas en el trabajo, control o influencia, apoyo social en la empresa y calidad de liderazgo y compensaciones) de las que forman parte un total de 20 dimensiones, a la que se añadió la dimensión de *doble presencia*.

Estas 21 dimensiones psicosociales tratan de cubrir la mayoría de los riesgos psicosociales que pueden existir en el mundo laboral. Es un método de utilización pública y gratuita. Existe aplicación informática.



## Factores Psicosociales. Método de evaluación FPSICO. INSHT.

[www.mtas.es/insht/ntp/ntp\\_443.htm](http://www.mtas.es/insht/ntp/ntp_443.htm)



Elaborado por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, el ámbito para la utilización de este método es, en principio, cualquier empresa independientemente de su tamaño o actividad. Se vale de la aplicación de un cuestionario a los trabajadores, por departamentos, categorías profesionales, etc. Fue diseñado para sugerir cambios de organización y de gestión en la empresa, que ayuden a una mejora en el clima psicosocial, igualmente para detectar condiciones desfavorables en el marco laboral y obtener información, a partir de las percepciones de los trabajadores sobre las condiciones psicosociales de su trabajo.

El cuestionario está compuesto por 75 preguntas que responden a una distribución en siete factores,

- Carga mental
- Autonomía temporal
- Contenido del trabajo
- Supervisión-participación
- Definición de rol
- Interés por el trabajador
- Relaciones personales

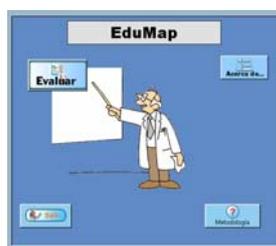
El método ha sido concebido para obtener valoraciones grupales de trabajadores en situaciones relativamente homogéneas.

El tiempo estimado para su realización es de 20 a 30 minutos

Dispone de aplicación informática.

## Método Inermap

[www.inermap.com/software/Psico.htm](http://www.inermap.com/software/Psico.htm)



El Instituto de Ergonomía MAPFRE, ha diseñado una metodología de evaluación de riesgos psicosociales con la finalidad de poder evaluar fácil y objetivamente los riesgos derivados de los factores psicosociales en los centros de trabajo.

Existen distintas versiones del método, en función del sector de actividad que se pretenda evaluar:

- **PSICOMAP**, para riesgos psicosociales en industria. Incluye trastornos del sueño derivados del trabajo a turnos.
- **EDUMAP**, sector educativo.
- **SANIMAP**, sanitario.
- **OFIMAP**, trabajos administrativos o de oficina.
- **TELEMAP**, teleoperadores.

## Factores Psicosociales. Identificación de las situaciones de riesgo.

[www.cfnavarra.es/insl/doc/FactoresPsicosociales2Ed.pdf](http://www.cfnavarra.es/insl/doc/FactoresPsicosociales2Ed.pdf)



Elaborado por el Instituto Navarro de Salud Laboral, este instrumento de evaluación sirve para llevar a cabo el primer acercamiento al estado general de la empresa desde el punto de vista psicosocial. Aquellas áreas donde surjan deficiencias serán el punto de arranque para evaluaciones de riesgo más específicas. Se estudian cuatro variables:

**Participación, implicación, responsabilidad** (define el grado de autonomía del trabajador para tomar decisiones).

**Formación, información, comunicación** (se refiere al grado de interés personal que la organización demuestra por los trabajadores facilitando el flujo de informaciones necesarias para el correcto desarrollo de las tareas).

**Gestión del tiempo** (establece el nivel de autonomía concedida al trabajador para determinar la cadencia y ritmo de su trabajo, la distribución de las pausas y la elección de las vacaciones de acuerdo a sus necesidades personales).

**Cohesión de grupo** (se refiere al patrón de estructura del grupo, de las relaciones que emergen entre los miembros del grupo. Este concepto incluye aspectos como solidaridad, atracción, ética, clima o sentido de comunidad).

También se incluyen en este cuestionario tres preguntas con el objetivo de reconocer la vulnerabilidad de la empresa a la existencia de acoso laboral.

El tiempo estimado para su realización es de 10 minutos

Dispone de aplicación informática.

## Otros

• **Cuestionario RED. Grupo Wont.** Universidad Jaime I  
[http://www.wont.uji.es/Riesgos\\_psicosociales.htm](http://www.wont.uji.es/Riesgos_psicosociales.htm)

• **Batería de factores psicosociales de salud laboral.** José Luis Meliá. Universidad de Valencia. Necesario contactar con ellos para su aplicación.  
<http://www.uv.es/~meliajl/index.htm>

• **Prevenlab** análisis, evaluación, gestión e intervención de factores psicosociales. (Universidad de Valencia).

• **Manual para la Evaluación y Prevención de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales en PYME.**

Elaborado por el INSHT y el Instituto de Biomecánica de Valencia.



Es necesario elegir el método que mejor se adapte a las características de la situación particular que se requiera evaluar. Así mismo se sugiere que la aplicación de la prueba se haga al 100% de la plantilla, sobre todo en pequeña y mediana empresa. Cuando no sea posible, hay que garantizar que todas las condiciones de trabajo distintas a las existentes en la empresa estén representadas.