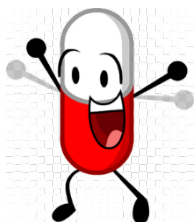


LA SALUD MENTAL EN EL TRABAJO



El 10 de octubre se celebra el Día Internacional de la Salud Mental. El concepto holístico de **salud**, tal y como la OMS la define, no puede entenderse sin contemplar el aspecto psíquico de la persona.

La **salud mental también es un derecho laboral**, el desempleo y la precariedad laboral son factores que contribuyen a la pérdida de la misma; la inestabilidad y los bajos salarios alimentan la desesperanza y la depresión. Estos riesgos psicosociales, entre otros, generan lugares de trabajo tóxicos que incrementan la demanda de atención psicológica, con el coste personal y social que ello conlleva¹. Destacamos los siguientes aspectos:

- Las mujeres presentan tasas mayores de problemas de salud mental que los hombres.
- La OMS estima que el 15% de las y los adultos en edad laboral tiene un trastorno mental², el 5% de los y las adultas de todo el mundo padece depresión y el 38% de personas adultas en Europa experimenta algún trastorno mental (los más importantes: **ansiedad** 14%, **insomnio** 7% y **depresión grave** 6,9%). En el estado español la prevalencia es entre la población de más de 15 años: 5,8% ansiedad y 5,3% depresión.
- Aproximadamente el 23% de las y los trabajadores ha experimentado violencia o acoso en el trabajo³.
- Se considera que los trastornos mentales son el principal riesgo asociado al suicidio⁴.
- Estas patologías apenas se reconocen como contingencia profesional⁵.

Urge por tanto normativa, concienciación y formación, incluyendo la perspectiva de género, frente a este grave problema.

- 1- En 2023 se registraron 603.521 bajas laborales por problemas de salud mental, un incremento del 17% respecto a 2022. Además, la duración de las bajas por TM (2023) es 2,5 veces mayor que las de otros diagnósticos (aprox. 116 días de duración media en 2023).
- 2- La ansiedad y la depresión son los más comunes. Se estima (OMS) una pérdida de 12.000 millones de días de trabajo a nivel mundial (1 billón de dólares/año en pérdida de productividad).
- 3- Siendo las mujeres, las personas jóvenes (16-35 años) y las/los trabajadores migrantes los más vulnerables.
- 4- En 2023 se registraron 3.952, de los cuales 1.255 eran personas ocupadas.
- 5- Hay una falta de psicólogos en la sanidad pública y en las mutuas de AT. A fecha de 2023, el conjunto de las 18 mutuas registradas totaliza 70 psicólogos y 16 psiquiatras para 50 provincias, más dos ciudades autónomas. Lo que significa que hay provincias (y mutuas) que no tienen ninguno de estos profesionales. Se estima que sólo un 10% recibe apoyo psicológico por parte del empleador/a.

