

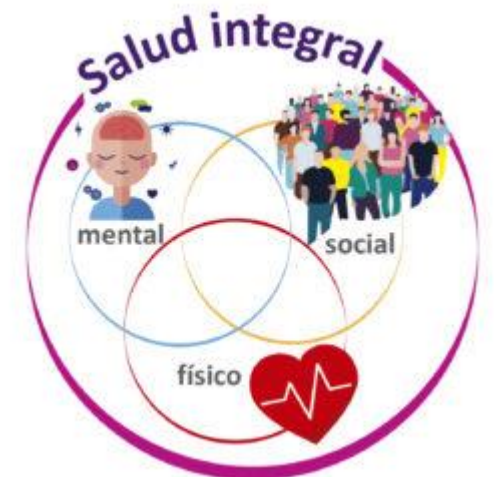
# “Factores psicosociales en las nuevas realidades laborales”

Miguel Iturra Mena  
Subgerente de factores psicosociales  
Instituto de Seguridad del Trabajo

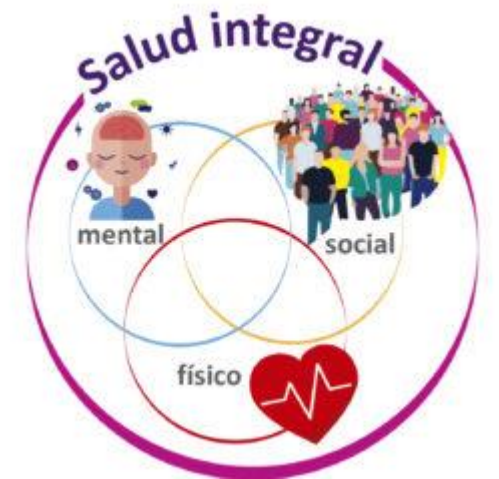
10-09-2020

ist

*Tu mutualidad!*



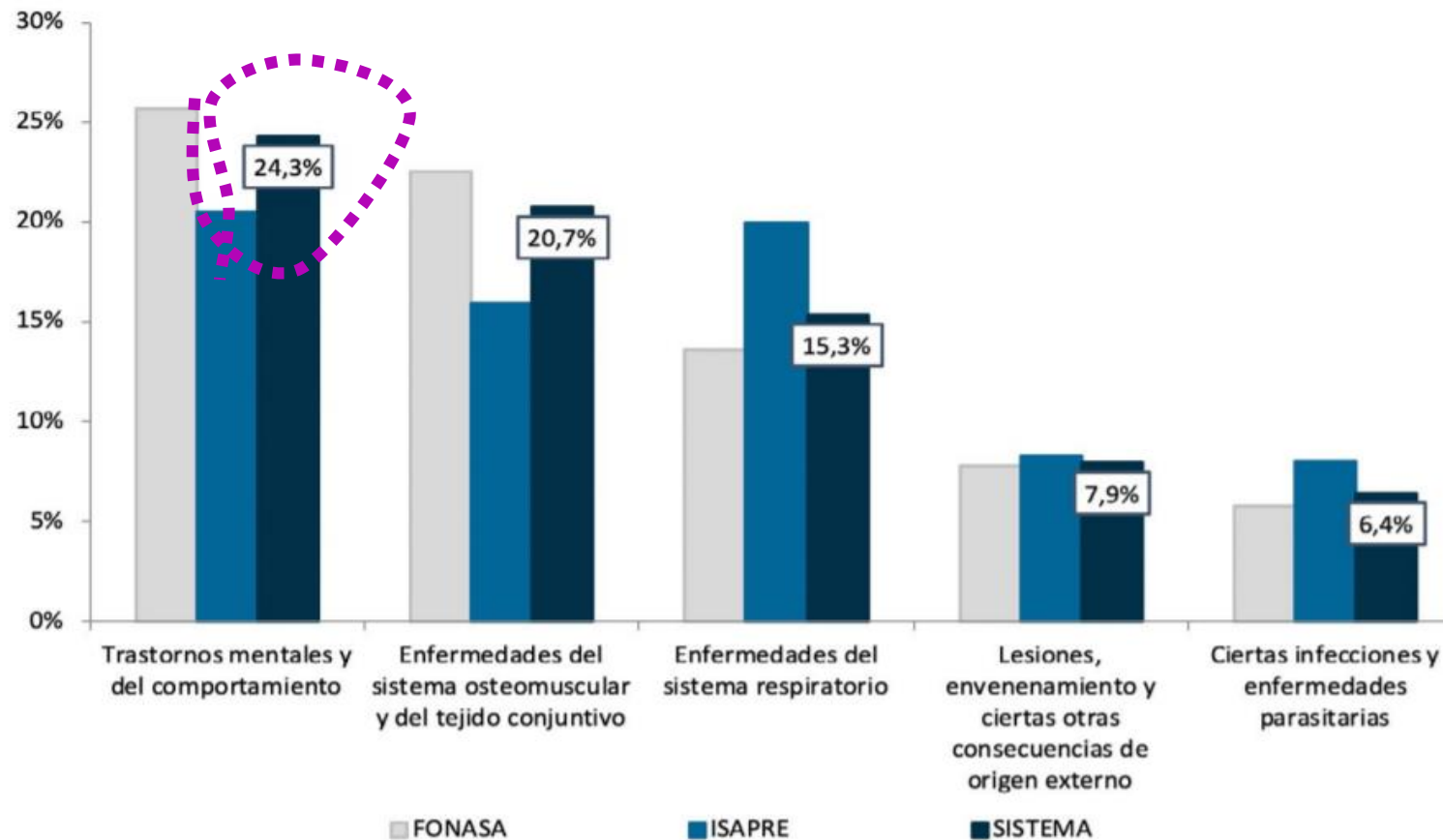
# Salud mental en Chile



# Salud mental en Chile

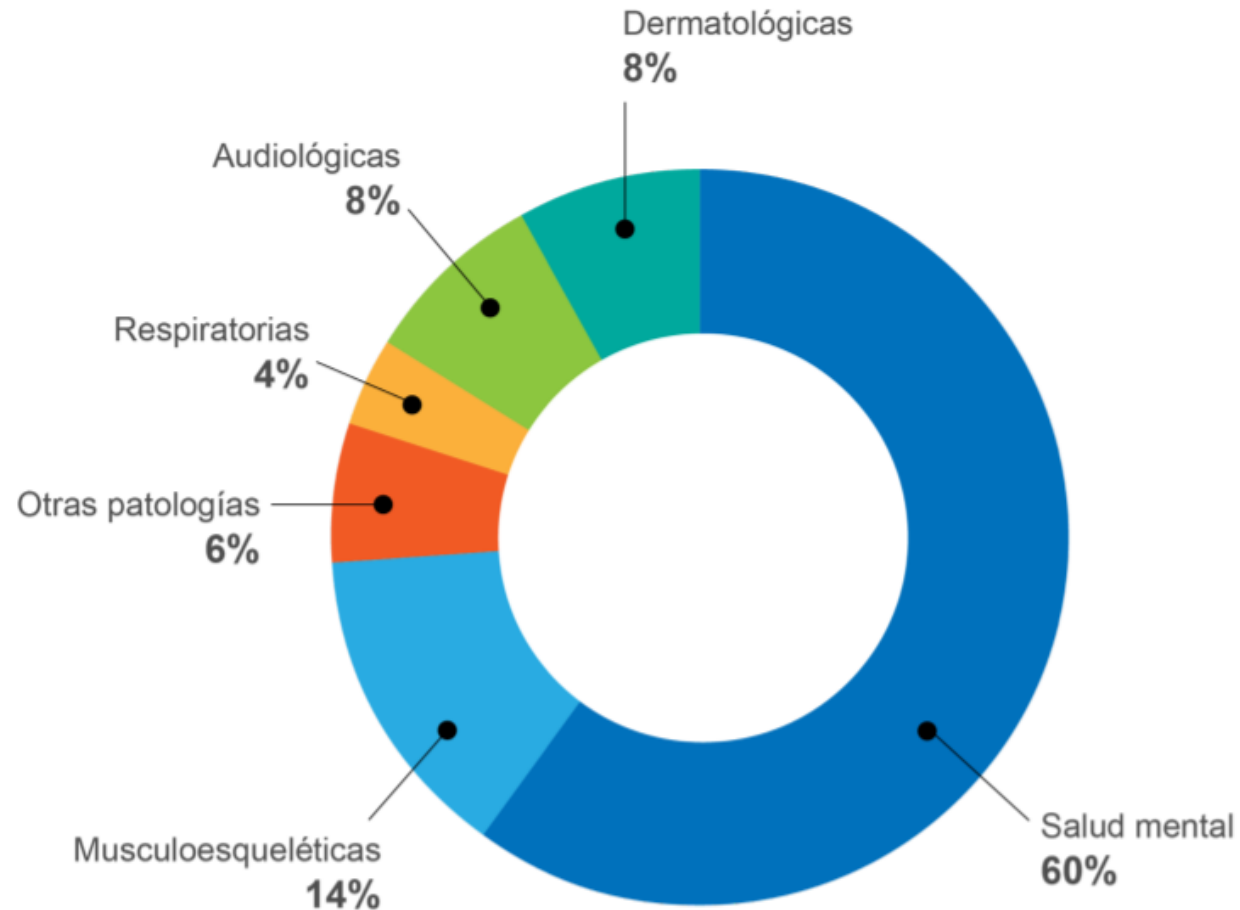
## Algunas estadísticas

Distribución de LME pronunciadas según diagnóstico CIE 10<sup>3</sup>, año 2019



# Salud mental en Chile

## Algunas estadísticas



# ¿Cómo ha impactado el mundo del trabajo?

## Salud mental en el contexto COVID-19



Las organizaciones se han debido replantear sus objetivos (por ejemplo, pasar del crecimiento sostenido a la sobrevivencia en el mercado).



El teletrabajo se ha vuelto la norma y no la excepción, conllevando a una integración casi indivisible entre el ámbito personal/familiar y el mundo laboral.



Labores que antes se consideraban como rudimentarias, se han convertido en esenciales para la vida.



Los sistemas de salud han debido aumentar su capacidad de respuesta, llegando al límite en muchos casos.

# ¿Cómo ha impactado el mundo del trabajo?

## Salud mental en el contexto COVID-19



Percepción de  
inseguridad laboral.



Incertidumbre respecto  
del futuro.



Agotamiento emocional.



Exigencia de mayor  
adaptabilidad.

# Factores protectores psicosociales

## Salud mental en el contexto COVID-19



Exigencias  
Psicológicas



Trabajo  
Activo y  
Desarrollo  
de  
Habilidades



Apoyo  
Social y  
Calidad del  
Liderazgo



Compensa-  
ciones



Doble  
Presencia

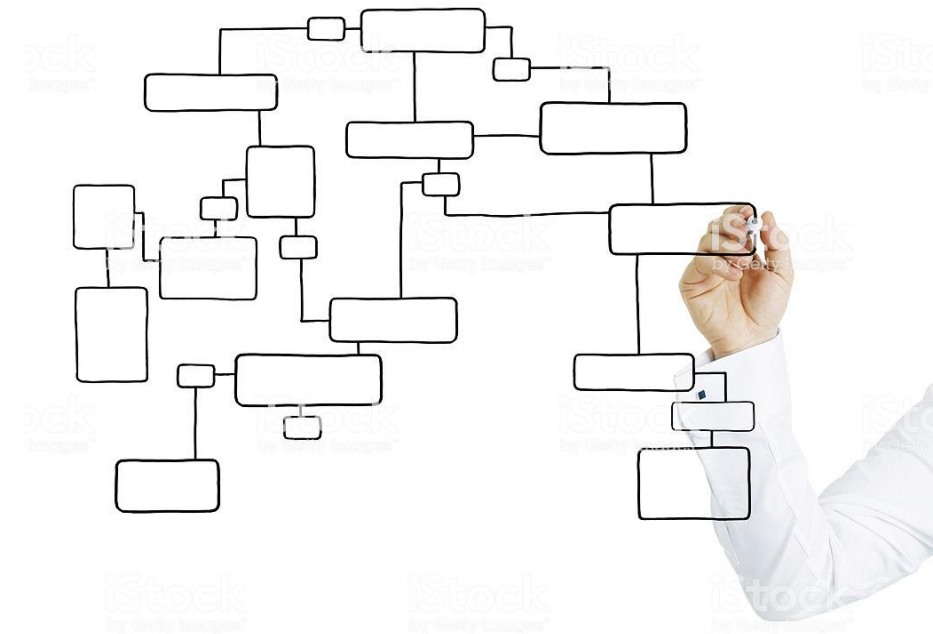
# ¿Cómo ha impactado el mundo del trabajo?

## Salud mental en el contexto COVID-19



### Exigencias psicológicas:

- Nuevas rutinas de trabajo pueden alterar los horarios laborales habituales
- La adaptación a la contingencia puede ocasionar un aumento de la carga de trabajo.
- Rediseño de puestos de trabajo.
- Incorporación de nuevas modalidades de trabajo y de tecnologías modifica las labores y por ende la complejidad para desarrollarla.
- Trabajadores en labores esenciales expuesto a un mayor desgaste emocional





# ¿Cómo ha impactado el mundo del trabajo?

## Salud mental en el contexto COVID-19



### Trabajo activo y desarrollo de habilidades

- En trabajos esenciales, disminución del control sobre el ritmo de trabajo por aumento de demanda del servicio.
- Nuevas habilidades; gestión del tiempo y de la autonomía (teletrabajo).
- En ciertos casos, desempeñarse bajo una nueva modalidad de trabajo sin preparación previa.



# ¿Cómo ha impactado el mundo del trabajo?

## Salud mental en el contexto COVID-19



### Apoyo social y calidad del liderazgo

- Menor claridad respecto a los horarios y formas de trabajo.
- Liderazgos pasan de ser presenciales a virtuales.
- Dejar de interactuar con compañeros y jefaturas puede ocasionar la sensación de aislamiento.



# ¿Cómo ha impactado el mundo del trabajo?

## Salud mental en el contexto COVID-19



### Compensaciones

- Percepciones de inestabilidad laboral producto de crisis nacional y mundial.
- Menor interacción con entorno laboral y, por ende, disminución de instancias de reconocimiento por desempeño realizado.



# ¿Cómo ha impactado el mundo del trabajo?

## Salud mental en el contexto COVID-19



### Doble Presencia

- El trabajar desde el hogar impacta en la relación con el resto de los integrantes de la familia.
- La carga domestica aumenta producto del cierre de servicios (colegios, aseo y cuidadores).
- Cese de actividades de ocio y esparcimiento.
- Disminución del tiempo personal en labores esenciales.
- Teletrabajo y derecho a desconexión.



# ¿Qué pueden hacer las organizaciones

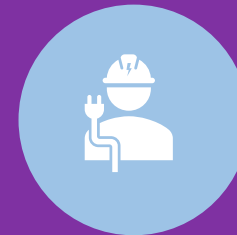
# Las organizaciones como espacio para promover la resiliencia



CREAR LAZOS DE  
APOYO MUTUO



FOMENTAR LA  
CREATIVIDAD



FACILITAR LA  
FLEXIBILIDAD DE  
LOS EQUIPOS DE  
TRABAJO



CONSTRUIR  
CONFIANZA Y  
SENTIDO DE  
COMUNIDAD

Reducir la  
incertidumbre.



# ¿Cómo están los trabajadores?







Horarios, modalidades de trabajo, tareas, carga laboral, requerimientos para el cuidado.



Plantear sus inquietudes y situaciones particulares.



Cuidar  
el vínculo



¿Qué hacer frente a  
imprevistos?



Reconocer el trabajo  
realizado por el equipo y  
sus integrantes.



ist

*tu mutualidad!*

¡Muchas gracias!

