

Día Mundial de la Salud Mental 2024: Trabajo y Salud Mental, un vínculo fundamental

El pasado 10 de octubre se celebró el Día Mundial de la Salud Mental y desde la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA se decidió, siguiendo la temática propuesta por la Federación Mundial de Salud Mental (WFMH, en sus siglas en inglés), poner el foco en la necesidad de priorizar la salud mental en el lugar de trabajo, bajo el lema “Trabajo y salud mental, un vínculo fundamental”.



El pasado 10 de octubre se celebró el Día Mundial de la Salud Mental y desde la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA se decidió, siguiendo la temática propuesta por la Federación Mundial de Salud Mental (WFMH, en sus siglas en inglés), poner el foco en la necesidad de priorizar la sa-

lud mental en el lugar de trabajo, bajo el lema “Trabajo y salud mental, un vínculo fundamental”.

La Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA destaca la necesidad de erradicar la precariedad laboral, ya que es un factor de riesgo clave para el bienestar psíquico de los trabajadores/as.



Precariedad laboral: un riesgo para la salud mental

Un informe del Ministerio de Trabajo y Economía Social (2023) revela que más del 50% de los empleos en España se encuentran en situación de precariedad, lo que afecta significativamente a la salud mental de los empleados.

Factores como los bajos salarios, la temporalidad, la falta de conciliación, la sobrecarga de trabajo o la brecha salarial pueden impactar de manera directa e importante en el bienestar de la persona trabajadora.

Estigma y salud mental

Respecto a las personas con problemas de salud mental, la baja inserción laboral es una de las principales barreras para su inclusión social. Esto se debe, en gran medida, a los prejuicios sociales que aún existen en muchas empresas y Administraciones Públicas.

El estigma ligado a los problemas de salud mental sigue siendo una realidad en el entorno laboral.

De acuerdo con un informe de Obertament (Salut Mental i estigma a les organitzacions catalanes. Informe 2023. Obertament), el 52% de los trabajadores que han faltado al trabajo debido a un problema de salud mental han ocultado la verdadera razón de su ausencia.

Por otro lado, el 60% de quienes han atravesado por un problema de salud mental no han dejado de acudir a su lugar de trabajo.

Según los datos del informe 'La situación de la salud mental en España', 2023 realizado por la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA y Fundación Mutua Madrileña, solo el 12,9% de las personas con un diagnóstico de salud mental se siente cómoda compartiendo su situación con sus compañeros y compañeras, lo que refleja el estigma persistente en los entornos laborales.

Además, las personas con problemas de salud mental enfrentan una de las tasas más bajas de inserción laboral. Según el INE, la tasa de empleo de personas con discapacidad psicosocial fue solo del 18.9% en 2022. El rechazo y los prejuicios son los principales impedimentos para su integración laboral.

Un entorno laboral inclusivo y saludable: clave para el bienestar

Para Nel González Zapico, presidente de SALUD MENTAL ESPAÑA *“No existe una única definición de ‘buen lugar de trabajo, sin embargo, sí parece que las diferentes escalas con que solemos medirlos coinciden en señalar como factores clave que las personas nos sintamos valoradas, que nuestra opinión se tenga en cuenta, que la organización sea flexible, que haya un buen ambiente, sea un lugar seguro y agradable y se reciba un trato justo a nivel de salario y reconocimiento. Aspiremos, por tanto, a esto”.*

“Más del 50% de los empleos en España se encuentran en situación de precariedad, lo que afecta significativamente a la salud mental de los empleados”

En el marco de esta celebración, la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA recibió, de la mano del director general de la Fundación ONCE, José Luis Martínez Donoso, el Sello Bequal, una distinción que se otorga a las empresas socialmente responsables con la discapacidad y que certifica la excelencia de la Confederación respecto a su política inclusiva con las personas con discapacidad.

Campaña #TrabajoySaludMental

Con motivo del Día Mundial de la Salud Mental, la Confederación lanzó la campaña #Trabajo-ySaludMental en redes sociales, presentando una serie de infografías que, de manera visual, abordan temas como la relación entre trabajo y salud mental, las barreras laborales que enfrentan las personas con problemas de salud mental y las repercusiones de la precariedad en el ámbito laboral.

La campaña también recoge las principales demandas de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA en este ámbito, entre las que se destacan:

1. Compromiso de las empresas en crear entornos laborales seguros, saludables e inclusivos, donde se promueva el cuidado de la salud mental sin tabúes ni prejuicios.
2. Impulso por parte de la Administración pública de medidas que combatan la precariedad laboral y regulen los riesgos laborales y psicosociales en las empresas.
3. Implementación en las empresas de sistemas de apoyo y adaptaciones, similares a las aplicadas para otras discapacidades, garantizando además la privacidad de la persona.

4. Provisión de recursos que faciliten la inserción laboral de personas con trastornos mentales, como formación, empleo ordinario, empleo con apoyo y Centros Especiales de Empleo.
5. Cumplimiento de las cuotas de reserva de empleo para personas con discapacidad (actualmente el 10%) en el sector público y privado, asegurando que al menos el 2% sea reservado para personas con trastornos mentales.
6. Incorporación de la metodología de apoyo de pares.

Conclusión

Desde la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, el pasado Día Mundial de la Salud Mental se quiso recordar que la salud mental y el trabajo están profundamente conectados.

Es fundamental que las empresas y la Administración Pública se comprometan a mejorar las condiciones laborales, eliminar el estigma y establecer entornos de trabajo donde la salud mental de los empleados y empleadas sea una prioridad.

Estigma y salud mental

- Respecto a las personas con problemas de salud mental, la baja inserción laboral es una de las principales barreras para su inclusión social. Esto se debe, en gran medida, a los prejuicios sociales que aún existen en muchas empresas y Administraciones Públicas.
- El estigma ligado a los problemas de salud mental sigue siendo una realidad en el entorno laboral.
- De acuerdo con un informe de Obertament (Salut Mental i estigma a les organitzacions catalanes. Informe 2023. Obertament), el 52% de los trabajadores que han faltado al trabajo debido a un problema de salud mental han ocultado la verdadera razón de su ausencia.

