

## El “mentalwashing”: el nuevo lavado de cara de las empresas

**Por: Laura Villadiego. 30/09/2023**

El debate sobre la relación entre salud mental y trabajo empieza a generalizarse, pero las empresas lo abordan con medidas que no van a la raíz del problema: las condiciones laborales

Dice la psiquiatra Belén González que cada vez recibe más casos clínicos de personas que llegan con cuadros de ansiedad provocados por la sensación de impotencia que tienen ante la vulneración de sus derechos laborales. “Se sienten absolutamente desprotegidos. Están tan alienados, aislados que no se pueden apoyar los unos en los otros”, relata. “Esa soledad es muy dañina”, continúa.

Cada vez hay más datos sobre la relación inequívoca entre trabajo y salud mental. Así, la Organización Mundial de la Salud (OMS) [incluyó en 2019 el Síndrome del Trabajador Quemado](#) en su clasificación internacional de enfermedades como un “fenómeno ocupacional”. En 2022, un informe de la misma organización cifró en un 15% los adultos en edad de trabajar que sufrían algún problema mental. La [encuesta sobre Condiciones de Trabajo y Salud \(COTS\)](#) realizada por el Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud de la Fundación 1º de Mayo (ISTAS-F1M) conjuntamente con POWAH\_UAB mostraba que un 60,6% de la población asalariada en España estaba en riesgo de mala salud mental.

Y eso empieza a permear en la sociedad, que poco a poco va hablando de salud mental. Algo que, asegura Belén González, está siendo utilizado por las empresas para hacer un nuevo lavado de cara. “Lo que encontramos es que, igual que se hace el pinkwashing o greenwashing, ahora estamos en vías de hacer un mentalwashing en el que las empresas han empezado a hablar de salud mental”, explica González, quien es además una de las coautoras del Informe PRESME, recientemente publicado por el Ministerio de Trabajo y elaborado por un comité de personas expertas con el objetivo de realizar un diagnóstico detallado de la situación en España de la precariedad laboral y de sus efectos sobre la salud mental.

Y como el greenwashing, el mentalwashing funciona de forma parecida: promesas,

programas y políticas que quedan bien sobre el papel, pero que tienen poco contenido real. Sólo cambia el destinatario. En vez de ser las personas consumidoras, se dirigen a sus propios trabajadores y trabajadoras. “Esas empresas dicen que se preocupan por la salud mental de sus trabajadores y sus trabajadoras e incluso implementan programas que aparentemente van dirigidos a mejorar la salud mental de sus trabajadoras, pero no tienen otra intención que hacer un lavado de cara”, continúa.

Y González apunta a una prueba evidente: prácticamente ninguno de esos programas busca poner remedio al problema de raíz, la precariedad de las condiciones de empleo y trabajo. “La precariedad es una política de empresa, no es un acontecimiento repentino. No ocurre sin premeditación. La precariedad laboral es un sistema que opera en beneficio de las empresas y de las instituciones y en perjuicio de los trabajadores”, explica, en términos de peores condiciones de trabajo y por ende de condiciones de vida y enfermedad.

El informe del Ministerio de Trabajo ahonda en esa idea. “La precariedad laboral es hoy omnipresente en el empleo asalariado, incluso en el que tiene estabilidad, así como en muchos trabajos no asalariados e informales. Paradójicamente, aunque la precarización se encuentra en todas partes, en gran medida está oculta, no se evidencia. Ni la comprendemos suficientemente bien, ni la medimos adecuadamente, ni la solventamos de una forma apropiada”, asegura el documento.

Uno de los casos clínicos incluido en el informe es representativo de esto, explica González. “El motivo de consulta era que el paciente llegó al hospital con un cuadro de ansiedad y de depresión, aferrado a su ordenador del trabajo a pesar de estar de vacaciones”, relata. “No podía desconectar porque no se lo permitían. Siempre le estaban pidiendo cosas urgentes, algo que no podía esperar para mañana”, continúa. Son las vidas-trabajo de las que habla la filósofa Remedios Zafra o la “sociedad del cansancio” que teoriza el coreano Byung-Chul Han.

Y la única forma real de solucionarlo, asegura González, es implementar medidas que atajen de verdad esa precariedad, cambiando las prácticas de gestión laboral relativas a la carga de trabajo, las plantillas, las jornadas, etc. sin intención de lavar nada. “Pero no podemos estar esperando que las empresas motu proprio hagan un movimiento para que los trabajadores trabajen menos y en mejores condiciones de trabajo y ellas tener menos beneficios. Esto no va a pasar”, asegura. “Y necesitamos que esto pase, no solamente por la salud de los trabajadores y trabajadoras, sino

porque estamos en un sistema económico que es absolutamente insostenible socialmente”, concluye.

[LEER EL ARTÍCULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ](#)

Fotografía: Por experiencia

**Fecha de creación**

2023/09/30