

Salud mental en el trabajo y el lucro privado de una minoría

Por: Eduardo Camin. 15/04/2024

Las enfermedades mentales han sido reconocidas desde tiempo primitivos. Antiguos escritos griegos y egipcios mencionan síntomas que hoy podrían ser considerados y avalados como evidencia subjetiva de las enfermedades mentales. De aquella información disponible, podemos asumir que en aquellos tiempos se pensaba que la mayoría de las enfermedades físicas y mentales eran causadas por espíritus endemoniados. Sin embargo, a diferencia de una enfermedad somática, la cual tiene a menudo una serie de causas probadas una enfermedad mental, puede tener variedad de causas.

8 Formas de apoyar la Salud Mental en el Trabajo

No obstante, el abordaje de los trastornos mentales no es la única forma de entender la salud mental, sobre todo si consideramos que la mayoría de la población no padece ningún trastorno mental y por lo tanto no tiene un diagnóstico psiquiátrico: no necesita tomar psicofármacos, no necesita internamiento, ni amerita atención psiquiátrica especializada, pero puede llegar a tener problemas de salud mental con afectaciones en su salud emocional que implicará la necesidad de buscar alternativas terapéuticas como algún tipo de psicoterapia, sin necesidad de tomar psicofármacos, pero si hay factores determinantes.

En 2011, la Organización Mundial de la Salud publicaba un estudio titulado “Impact of economic crises on mental health”, en el que se analizaba el impacto en la salud mental de la crisis económica iniciada en 2007, donde se comprobaba la relación entre el cambio en la tasa de suicidios con respecto al cambio en la desigualdad según los valores del coeficiente de Gini en determinados países europeos.

A su vez, se comprobaba igualmente el riesgo de padecer enfermedades mentales en personas que veían incrementadas sus deudas económicas. En ambos casos se encontró una relación entre esos factores económicos y el incremento de enfermedades mentales y suicidios.

Estudios posteriores, entre la OMS y la OIT sobre salud mental en el trabajo no hicieron más que avalar esta tendencia. Se estima que cada año se pierden 12.000 millones de días de trabajo debido a la depresión y la ansiedad, lo que cuesta a la economía mundial casi mil millones de dólares. Por lo tanto, es evidente que la situación económica es un factor determinante en la salud mental de las personas.

Empobrecimiento y salud mental

La situación de empobrecimiento generalizado que la clase trabajadora sufre cada día más en el capitalismo que genera numerosos problemas de salud, desde el estrés hasta la ansiedad y la depresión, que en ocasiones se convierten en suicidios.

El silencio generalizado sobre los suicidios en los medios, de (des) información lejos del temor al posible 'efecto llamado', está más relacionado con la incapacidad de encontrar factores que expliquen estos casos sin apuntar a la raíz de la gran mayoría de problemas que llevan a una persona a padecer problemas mentales que puedan acabar en suicidio, el propio sistema capitalista.

Las directrices mundiales de la OMS sobre la salud mental en el trabajo recomiendan medidas para hacer frente a los riesgos para la salud mental, como la gran carga de trabajo, los comportamientos negativos y otros factores que generan angustia en el trabajo. Por primera vez, la OMS recomienda la formación de los directivos para que puedan prevenir los entornos laborales estresantes y responder a los trabajadores que sufren.



El [Informe Mundial de Salud Mental](#) de la OMS, publicado en junio de 2022, mostró que de los mil millones de personas que viven con un trastorno mental en 2019, el 15% de los adultos en edad de trabajar experimentaron uno.. El trabajo amplifica problemas sociales más amplios que afectan negativamente a la salud mental, como la discriminación y la desigualdad. La intimidación y la violencia psicológica (también conocida como «mobbing» o acoso psicológico) son las quejas clave de acoso laboral que tienen un impacto negativo en la salud mental. Sin embargo, hablar o revelar la salud mental sigue siendo un tabú en los entornos laborales de todo el mundo.

Las directrices también recomiendan mejores formas de atender las necesidades de los trabajadores con problemas de salud mental, proponen intervenciones que apoyen su reincorporación al trabajo y, en el caso de los que padecen problemas graves de salud mental, ofrecen intervenciones que facilitan la incorporación al empleo remunerado. Es importante destacar que las directrices piden intervenciones dirigidas a la protección de los trabajadores sanitarios, humanitarios y de emergencias.

«El bienestar del individuo es razón suficiente para actuar, pero una mala salud mental también puede tener un impacto debilitante en el rendimiento y la productividad de una persona. Estas nuevas directrices pueden ayudar a prevenir situaciones y culturas laborales negativas y ofrecer una protección y un apoyo a la salud mental muy necesarios para los trabajadores.» ha dicho el Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus, Director General de la OMS



En otro documento de la OMS/OIT se explican las directrices de la OMS en términos de estrategias prácticas para los gobiernos, los empleadores y los trabajadores y sus organizaciones, en los sectores público y privado. El objetivo es apoyar la prevención de los riesgos para la salud mental, proteger y promover la salud mental en el trabajo, y apoyar a las personas con problemas de salud mental para que puedan participar y prosperar en el mundo del trabajo. Inversión y liderazgo serán fundamentales para la aplicación de las estrategias.

El Convenio de la OIT sobre Seguridad y Salud en el Trabajo (N°155) y la Recomendación N° 164) proporcionan un marco legal para proteger la salud y la seguridad de los trabajadores. Sin embargo, el [Atlas de Salud Mental](#) de la OMS descubrió que sólo el 35% de los países aseguraron contar con programas nacionales de promoción y prevención de la salud mental relacionada con el trabajo.

Por su parte la Covid-19 provocó un aumento del 25% en la ansiedad y la depresión en todo el mundo, lo que puso de manifiesto la falta de preparación de los gobiernos para lidiar con su impacto en la salud mental y reveló una escasez crónica de recursos de salud mental a nivel mundial. En 2020, los gobiernos de todo el mundo gastaron una media de sólo el 2% de los presupuestos sanitarios en salud mental, y los países de renta media-baja invirtieron menos del 1%.

El capitalismo principal causante



Sabemos de antemano que derivamos en un Waterloo en perspectivas: nada de lo que digamos perturbara las conciencias, pero, aunque lo enseñe Maquiavelo no es cierto que “el fin justifique los medios”. Ya que el fin no puede considerarse excelente cuando los medios son detestables, y es condenarse a todos los enojos el subordinar la moral, que es la única soberana.

Pero en un contexto social en el que la respuesta política brilla por su ausencia, se nos propone como modelo a seguir la figura del emprendedor, el «hombre hecho a sí mismo», la representación legítima del éxito en nuestra época. De igual manera, el sistema nos ofrece su particular solución para facilitar la pesada digestión de nuestros fracasos y frustraciones: la interiorización individual del desempleo, la precariedad o la frenética flexibilidad laboral generan niveles de estrés y sufrimiento

que son tratados como trastornos mentales a base de ansiolíticos y otros psicofármacos, para consuelo de los grandes laboratorios.



Más de la mitad de la fuerza laboral mundial trabaja en la economía informal, más de 2500 millones de trabajadores, para los cuales no hay protección regulatoria en materia de salud y seguridad. Con frecuencia, estos trabajadores operan en entornos laborales inseguros, durante largas horas, con escaso o nulo acceso a protecciones sociales o financieras, y se enfrentan a la discriminación, todo lo cual puede redundar en detrimento de la salud mental. En 2019 se estimó que el 15% de los adultos en edad de trabajar tenía un trastorno mental. Se estima que cada año se pierden 12 000 millones de días de trabajo debido a la depresión y la ansiedad, a un costo de mil millones de dólares por año en pérdida de productividad.

Aunque pueden los riesgos psicosociales pueden encontrarse en todos los sectores, algunos trabajadores tienen más probabilidades de estar expuestos a ellos, por la labor que realizan o los entornos en que se desempeñan y la manera de hacerlo. Los trabajadores de la salud, humanitarios o en situaciones de emergencia a menudo tienen que realizar tareas que conllevan riesgos elevados de exposición a eventos adversos, lo que puede afectar negativamente a su salud mental.

Las recesiones económicas o las emergencias humanitarias y de salud pública provocan riesgos como la pérdida de empleos, la inestabilidad financiera, la reducción de las oportunidades de empleo o el aumento del desempleo. Sin duda, el lugar de trabajo puede constituir un entorno que amplifique problemas generales que afectan negativamente a la salud mental, incluidas la discriminación y la desigualdad, basadas en factores como la raza, el sexo, la identidad de género, la orientación sexual, la discapacidad, el origen social, la condición de migrante, la religión o la edad.

Lo veamos como lo veamos, dentro del capitalismo la clase trabajadora no puede

aspirar a un bienestar mental. La única forma de lograr reducir los factores que incrementan estos problemas es armonizar las relaciones de producción, superar todas las contradicciones del capitalismo, construir un sistema en el que la producción de bienes materiales se rija por criterios sociales, no por el afán de lucro privado de una minoría.

Como lo señalaba Karl Marx en «El Manifiesto Comunista “No ha dejado otro (...) vínculo entre hombre y hombre que el interés desnudo , que el frío “pago” en efectivo”(...) Ha disuelto la dignidad humana en valor de cambio.

**Periodista uruguayo residente en Ginebra, exmiembro de la Asociación de Corresponsales de Prensa de Naciones Unidas en Ginebra. Analista Asociado al Centro Latinoamericano de Análisis Estratégico (CLAE, www.estrategia.la)*

[LEER EL ARTÍCULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ](#)

Fotografía: Estrategia

Fecha de creación

2024/04/15