



**LAS CLAVES**

PREVENCIÓN

**Se presta atención a la salud física, pero las empresas deben proteger también la mental**

CONSECUENCIAS

**«Hay gente que aguanta años, pero acaba rompiéndose y puede llegar al suicidio»**

riedad y protección física. A nadie se le ocurre subirse a un andamio sin casco ni arnés. Y si se cae y se rompe una pierna en esas condiciones es sencillo determinar las causas e imponer sanciones. Los temas psicosociales son más complejos», señala Mencías. Por eso, para prevenirlos, «hace falta que la dirección de cada empresa se implique y considere la salud mental tan importante como la física».

Para Mencías, la aparición del 'burnout' puede deberse a dos tipos de factores. «Hay algunos puntuales e inevitables como la pandemia, que está haciendo mella en los sanitarios. En esos casos hay que actuar sobre el impacto que tienen en las personas para evitar que cunda una sensación negativa. Eso se puede hacer con formación para gestionar el estrés, por ejemplo». Más complicados de atacar son los factores

organizacionales que están detrás de la mayoría de casos. «La formación en liderazgo es clave. También es indispensable implementar una comunicación fluida dentro de la empresa y evitar que los trabajadores se sientan poco reconocidos, algo que no solo está relacionado con la remuneración», explica Mencías.

Quirón Prevención también detalla otros factores personales y organizacionales que 'quemar' a los trabajadores. Entre los primeros destaca «la baja tolerancia a la frustración y al estrés», así como circunstancias vitales que suponen un lastre emocional, como enfermedades graves o el cuidado de dependientes. Entre los segundos, a los mencionados por Mencías suma «algunas en las tareas asignadas al puesto de trabajo, el sobredimensionamiento de funciones y responsabilidades, un ambiente laboral complicado, o la sobrecarga de trabajo sostenida». En cualquier caso, la empresa de riesgos laborales destaca que «la prevención es posible» y pone el énfasis en la evaluación continua del entorno de trabajo.

## El 'burnout' solo será reconocido en España si se incluye en la legislación

**Z. ALDAMA**

BILBAO. «Como sucede con la salud mental en general, es positivo que se visualice el trastorno del 'trabajador quemado', pero mucho me temo que va a tener poco impacto entre nuestros trabajadores». Ibon Zubiela, del sindicato LAB, lo tiene claro. Y Alfonso Ríos, de CC OO, también. «Que la OMS lo reconozca es un paso en la buena dirección, pero tendrá poco recorrido en España si el marco legal no se adecúa», añade. Miguel Ángel Mencías, del Colegio de Psicólogos de Bizkaia, concuerda: «Nadie se va a coger una baja por el 'burnout'».

La razón de que así sea hay que buscarla en el Real Decreto 1299 de 2006, que recoge el listado de enfermedades laborales reconocidas en nuestro país. Ahí no hay ni rastro del síndrome del 'burnout', razón por la que quienes lo sufren solo puede acudir, a lo sumo, accidente laboral. «Las mutuas suelen rechazarlo, aduciendo causas per-

sonales como fuente de los síntomas. Pero hemos conseguido sentencias que reconocen que el origen es laboral», apunta Ríos. «La única vía es acudir a la Seguridad Social o a los tribunales», añade Zubiela, que hace un llamamiento a que los trabajadores que lo sufran busquen en los sindicatos la forma de hacerse oír.

En esta coyuntura, los especialistas coinciden en que la única posibilidad de que el 'síndrome del trabajador quemado' sea reconocido ampliamente en España está en que sea recogido por el decreto. Y señalan que no hay que confundirlo con otros problemas psicosociales, como el acoso laboral, que pueden provocar síntomas similares. «Será la empresa la que tenga que demostrar que no es un caso de 'burnout'», indica Zubiela, que subraya la necesidad de avanzar en entornos laborales más amables y en apartados como el telerabajo o la desconexión para mejorar la salud mental de los empleados.

## CONTRA LA PÉRDIDA AUDITIVA, DISFRUTA DE LA MEJOR OFERTA EN AUDÍFONOS

oferplan.elcorreo.com

Oferplan  
EL CORREO



PRECIO OFERTA

995€

PRECIO ORIGINAL

2.395€

DTO.

58%

• OPCIÓN A: Audífono con 5 años de pilas gratis, rehabilitación auditiva valorada en 500€, seguro a todo riesgo incluido, revisiones gratuitas de por vida, por solo 995€ en lugar de 2.395€ (58% de Dto.)

gran vía  
clínicas audiológicas

Centro Audiológico Gran Vía

Larraskitu 1A Dpto - 7, Rekalde - Bilbao  
Cita previa en el teléfono: 944 392 250

RPS 220/17



PRECIO OFERTA

1.295€

PRECIO ORIGINAL

3.240€

DTO.

60%

• OPCIÓN B: Audífono recargable sin pilas, incluido el cargador, rehabilitación auditiva valorada en 500€, seguro a todo riesgo incluido, revisiones gratuitas de por vida, por solo 1.295€ en lugar de 3.240€ (60% de Dto.)

- De los mejores fabricantes de Alemania, Suiza y Dinamarca.
- Espectro multifrecuencial para oír bien en todos los entornos.
- Prácticamente invisible.
- Unidades limitadas.



Oferta disponible en oferplan.elcorreo.com titularidad de Diario El Correo, S.A.U., con domicilio en Gran Vía, 45, Edificio Sota, Bilbao. Condiciones de Uso y Protección de Datos disponibles en oferplan.elcorreo.com

