

ÍNDICE 46720 PROTOCOLO DE RIESGOS PSICOSOCIALES

TEMA 1 TRABAJO, SALUD MENTAL Y CONTEXTO ACTUAL

- Qué entendemos hoy por salud mental en el trabajo (enfoque OMS).
- Transformaciones del trabajo: digitalización, intensificación, teletrabajo.
- Riesgos psicosociales como riesgo laboral emergente.
- Impacto en personas, equipos y organizaciones.
- Costes humanos, sociales y organizativos.
- Actividades tema 1
- Resumen tema 1

TEMA 2 MARCO LEGAL Y RESPONSABILIDADES EN ESPAÑA

- Prevención de Riesgos Laborales y riesgos psicosociales.
- Obligaciones de la empresa y derechos de las personas trabajadoras.
- Vigilancia de la salud: qué es y qué no es.
- Papel de la evaluación de riesgos psicosociales.
- Inspección de Trabajo y criterios actuales.
- Actividades tema 2
- Resumen tema 2

TEMA 3 FACTORES PSICOSOCIALES EN LA ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO

- Qué son los factores psicosociales.
- Organización del trabajo y carga mental.
- Exigencias emocionales y trabajo con personas.
- Autonomía, control y participación.
- Liderazgo, clima laboral y relaciones interpersonales.
- Conciliación y doble presencia.
- Actividades tema 3
- Resumen tema 3

TEMA 4 RIESGOS PSICOSOCIALES EMERGENTES

- Tecnoestrés, hiperconectividad y fatiga digital.
- Teletrabajo: riesgos invisibles.
- Violencia externa e interna en el trabajo.
- Acoso psicológico y ciberacoso.
- Trabajo emocional y desgaste profesional.
- Actividades tema 4
- Resumen tema 4

TEMA 5 CONSECUENCIAS DE LOS RIESGOS PSICOSOCIALES EN LA SALUD

- Estrés laboral: manifestaciones físicas y psicológicas.
- Ansiedad y depresión relacionadas con el trabajo.
- Burnout: concepto actual y límites.
- Impacto en el rendimiento y la seguridad.
- Estigmas en salud mental laboral.
- Actividades tema 5
- Resumen tema 5

TEMA 6 DETECCIÓN TEMPRANA Y SEÑALES DE ALERTA EN EL ENTORNO LABORAL

- Indicadores individuales y colectivos.
- Cambios de conducta y rendimiento.
- Absentismo, presentismo y rotación.
- Comunicación y escucha activa.
- Qué hacer y qué no hacer ante una sospecha.
- Actividades tema 6
- Resumen tema 6

TEMA 7 PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES

- Prevención primaria: diseño del trabajo saludable.
- Prevención secundaria: formación y sensibilización.
- Prevención terciaria: apoyo y retorno al trabajo.
- Medidas organizativas vs. individuales.
- Buenas prácticas en empresas saludables.
- Actividades tema 7
- Resumen tema 7

TEMA 8 PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN LAS ORGANIZACIONES

- Qué es una organización promotora de salud.
- Cultura preventiva y liderazgo saludable.
- Comunicación, participación y reconocimiento.
- Conciliación y bienestar sostenible.
- Evaluación y mejora continua
- Actividades tema 8
- Resumen tema 8

TEMA 9 INTEGRACIÓN PRÁCTICA Y EVALUACIÓN FINAL

- Integración de riesgos, salud y organización.
- Resolución de un caso global.
- Autoevaluación y conclusiones.
- Actividades tema 9
- Resumen tema 9

ANEXO

- Bibliografía
- Glosario de términos