

## ENFERMEDADES PROFESIONALES

# Promover la salud mental y física en el lugar de trabajo **es tarea de todos, especialmente de los empleadores**

Si bien la accidentabilidad laboral ha tenido una tendencia a disminuir durante la última década, han aumentado las enfermedades asociadas al trabajo, principalmente relacionadas a músculos y esqueleto, como también al estrés. **Por: Germán Kreisel**

**En Chile, según datos estadísticos de la Superintendencia de Seguridad Social las mayores tasas de accidentabilidad se observan en sectores relacionados con la Industria Manufacturera y el sector Transporte.** Asimismo, en faenas del sector industrial donde se trabaja con sustancias peligrosas, maquinarias o electricidad, y el sector Transporte de Carga o Pasajeros, son los golpes, caídas, atropellos, sobreesfuerzos, choques y colisiones las causas más comunes de accidentes en el trabajo.

Independiente del sector económico, el vínculo entre trabajador y empleador y las obligaciones de este último, están reguladas por el artículo 184 del Código del Trabajo y en la Ley N° 16.744 sobre Accidentes del Trabajo y Enfermedades Profesionales, que obligan al empleador a tomar medidas preventivas para evitar los factores de riesgo y reaccionar en caso de un accidente.

En esa línea, Tarik Lama, director de la Clínica Jurídica UDLA y experto en Derecho Laboral, indica que "es deber del empleador pagar, por cada trabajador contratado, un seguro contra accidentes y enfermedades profesionales a los organismos autorizados por ley, que deben administrar estos seguros. Estos organismos tienen la obligación de establecer programas de vigilancia y fiscalización que permitan disminuir los factores de riesgos y aumentar la protección a los trabajadores en la empresa u otorgar inmediata protección al trabajador cuando algo ocurre".

Lo primero es fomentar el auto-

**"El trabajo puede presentarse como un factor protector, pero no hay que descuidar el efecto que tiene la alta carga laboral y, por supuesto, situaciones de acoso o abuso, que deben ser resueltas con celeridad en cada organización".**

**TARIK LAMA, DIRECTOR DE LA CLÍNICA JURÍDICA UDLA Y EXPERTO EN DERECHO LABORAL.**



cuidado laboral y personal. Se deben conocer las limitaciones personales y las fortalezas, para siempre buscar mayor conocimiento de los riesgos asociados al trabajo; conocer las reglas plasmadas en el reglamento interno; capacitarse para estar preparados frente a casos de emergencia y mantenerse precavidos ante cualquier situación que este fuera de lo normal.

### Salud mental

Sin embargo, la salud laboral no pasa solo por los accidentes que se produzcan. También, están las enfermedades profesionales, que silenciosamente se presentan, principalmente asociadas a enfermedades músculo esqueléticas y de carácter mental. Según los especialistas, esto se debe principalmente a condiciones del trabajo que conducen a la enfermedad del siglo XXI, el llamado estrés, depresión u otros tipos de patologías. Así, de las enfermedades profesionales, más del 60% son de origen mental.

En esa línea, de acuerdo con la nueva edición del Termómetro de Salud Mental Achs-UC, el 13,7% de los encuestados presenta síntomas

moderados o severos de depresión, un alza estadísticamente significativa de 3,3 puntos porcentuales respecto de lo encontrado en la ronda anterior, de abril de 2024. Las mujeres tuvieron una prevalencia de 17,4%, casi el doble de los hombres (9,8%).

En el trabajo, las manifestaciones más severas se observaron en aquellas que evidenciaron altos niveles de agotamiento o burnout (80,5%) y entre quienes han experimentado en mayor proporción de situaciones de violencia y acoso laboral (55,4%). Dichos síntomas son inferiores entre quienes tienen mayores niveles de satisfacción laboral.

"El trabajo puede presentarse como un factor protector, pero no hay que descuidar el efecto que tiene la alta carga laboral y, por supuesto, situaciones de acoso o abuso, que deben ser resueltas con celeridad en cada organización", explica Daniela Campos, jefa técnica de Riesgos Psicosociales de Achs Seguro Laboral.

Por su parte, Claudio Oyarzún, gerente general de HumanNet, indica que la salud ocupacional y la contención emocional van de la mano sobre todo en el escena-

## 80,5%

**de los encuestados en el Termómetro de Salud Mental Achs-UC manifiestan altos niveles de agotamiento o burnout.**

rio actual, y han adquirido relevancia ya que durante estos años se han generado transformaciones tanto en el trabajo como también en lo familiar.

En la oficina debe existir un apoyo por parte de las jefaturas o gerencias en apoyo del área de recursos humanos. "Estas herramientas no se compran en un supermercado o en una tienda. Para ello, el empleador debe entregar información, compartir directrices y darle tips a los colaboradores.

Es decir, la idea es que los trabajadores se conozcan y sepan lo que les pasa. Y, desde ese punto de vista, buscar la solución más experta, lo que podría traducirse en recurrir a un profesional como un psicólogo y/o siquiátra, en trabajar menos horas, en destinar más tiempo a los hijos, etc.", detalla Oyarzún.