

# Specific psychosocial exposures for workers' mental health: A population-based study

Albert Navarro, Mireia Utzet, Sergio Salas, Clara Llorens, Emilia Molinero-Ruiz, Salvador Moncada  
*American Journal of Industrial Medicine*, 2017; 60: 747-752



DOI: 10.12961/apr.2018.21.03.8

## ENTREVISTA CON ALBERT NAVARRO

**1. ¿Cuál es la procedencia, especialización y áreas de trabajo de los autores del artículo? ¿Qué características le parecen más destacables de este grupo de trabajo?**

Se trata de un grupo multidisciplinar de profesionales de la *Universitat Autònoma de Barcelona* (UAB), del Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud (ISTAS) y del *Institut Català de Seguretat i Salut Laboral* de la *Generalitat de Catalunya*, de disciplinas como la sociología, la estadística y la medicina. Si bien se trata de personas que trabajan en distintas instituciones, hace años que colaboran en el estudio de la exposición a riesgos psicosociales del trabajo, entre otros, en la Encuesta de Riesgos Psicosociales o en la adaptación del método COPSOQ en España. En nuestra opinión los puntos fuertes de este grupo de colaboración es el verdadero trabajo en equipo y el hecho de reunir profesionales que trabajan tanto desde la lógica de la investigación como de la intervención en las empresas.

**2. ¿Cómo se ha financiado el estudio?**

El trabajo de campo se corresponde a la *Segona Enquesta Catalana de Condicions de Treball* elaborada el año 2010 por el *Institut Català de Seguretat i Salut Laboral* de la *Generalitat de Catalunya*. Además, parte del trabajo de investigación se financió gracias a una beca I+D en Prevención de Riesgos Laborales de la Fundación *Prevent* concedida en 2013.

**3. ¿Qué problema pretende abordar este estudio y dónde radica su interés o relevancia para la seguridad y salud en el trabajo?**

Pretende identificar las posibles asociaciones entre aspectos específicos relacionados con la exposición a riesgos psicosociales y la presencia de trastornos psicológicos menores. Así, en este trabajo analizamos ítems sobre exigencias en el trabajo, control, apoyo social, inseguridad y conflicto trabajo-familia, intentando que sean lo más concretos posibles con el fin de aportar información relevante para la toma de decisiones y el diseño de intervenciones efectivas.

**4. ¿Qué aporta este estudio de novedoso o destacable en relación al resto de producción científica sobre el problema estudiado?**

Como hemos comentado en el punto anterior, el interés principal del estudio es la obtención de información sobre aspectos

concretos de los riesgos psicosociales. En nuestra opinión, esta es precisamente la principal aportación, dado que habitualmente las publicaciones derivadas de estudios sobre riesgos psicosociales muestran resultados de escalas que miden las exposiciones que, si bien para la investigación permiten la obtención de información valiosa, desde el punto de vista de la prevención son difíciles de abordar. En la empresa, una mayor concreción en la caracterización de la exposición facilita la implementación de medidas preventivas adecuadas.

**5. ¿Se han encontrado con alguna dificultad o contratiempo para el desarrollo del estudio?**

Al trabajar con los datos de la *Segona Enquesta Catalana de Condicions del Treball*, que, obviamente, no estaba planificada para este estudio en concreto, echamos en falta algún ítem que creemos que hubiera sido interesante tener en cuenta, por ejemplo la inseguridad relacionada con la pérdida del trabajo.

**6. ¿Se han obtenido los resultados esperados o se ha producido alguna sorpresa?**

Si bien no existían antecedentes claros, podíamos imaginar que ítems relacionados con la inseguridad laboral o las exigencias emocionales del trabajo serían algunos de los más intensamente asociados a los trastornos psicológicos, como efectivamente sucedió. Probablemente lo que menos esperábamos era que un ítem de la dimensión del control, concretamente el que se refiere a “la falta de posibilidades de aprender cosas nuevas en el trabajo”, fuera uno de los que se asociaba con la presencia de trastornos mentales. Hasta el momento, en los estudios sobre riesgos psicosociales y salud que habíamos llevado a cabo en España no se había logrado mostrar relación evidente entre los indicadores de control en el trabajo y los de salud de los trabajadores y trabajadoras, en contra de lo que la evidencia muestra en la mayor parte de otros países.

**7. ¿Cómo ha sido el proceso de publicación? ¿Han sufrido alguna incidencia?**

Ha sido bueno, aunque, como la mayoría de veces, demasiado lento.

Sección coordinada por:

Dr. Guillermo García González  
Profesor Agregado Derecho del Trabajo y SS  
Universidad Internacional de La Rioja (UNIR)  
guillermo.garcia@unir.net

**8. ¿Qué implicaciones tiene este estudio para la prevención de riesgos laborales? ¿Cuál sería la recomendación para mejorar la práctica profesional en relación al problema estudiado?**

La reducción de la exposición a riesgos psicosociales puede ser una fuente importante para la mejora de la salud mental de la población trabajadora. Concretamente, medidas que permitan gestionar adecuadamente las exigencias sincrónicas del trabajo de cuidados y del empleo, eliminar incertidumbres en relación al salario o a la posibilidad de encontrar otro empleo caso de perder el actual, medidas para la prevención y gestión de las demandas emocionales en el trabajo o hacer que este sea creativo y permita aprender cosas nuevas, son aspectos concretos que permitirían mejorar la salud de los y las trabajadoras. Luego, se deberían planificar intervenciones y políticas que permitan abordar estos aspectos, tanto desde las instituciones públicas como desde la empresa privada.

**RESUMEN DEL ARTÍCULO**

El artículo que se presenta tiene como objetivo identificar las posibles asociaciones entre exposiciones específicas a riesgos psicosociales y la presencia de trastornos psicológicos menores. Para ello se analiza una muestra representativa de la población asalariada en *Catalunya* en 2010, n=2741 trabajadores, obtenida a partir de la *II Enquesta Catalana de Condicions de Treball*. La variable dependiente fue estar expuesto a riesgo de un trastorno psicológico menor, obtenido a partir del cuestionario GHQ-12; la exposición a riesgos psicosociales se obtuvo mediante los ítems concretos que forman el cuestionario PSQCAT (adaptación catalana del cuestionario COPSOQ-ISTAS21).

Las exposiciones más prevalentes hacen referencia al control en el trabajo y a la inseguridad laboral. Así, 3 de cada 5 trabajadores o trabajadoras manifiestan no tener ninguna influencia sobre la cantidad de trabajo que se les asigna y casi la mitad no pueden ausentarse una hora sin pedir permiso si tienen algún problema personal o familiar; algo más de 2 de cada 5 están preocupados por la dificultad de encontrar un nuevo empleo caso de perder el actual y más de un tercio están preocupados por si les varían el salario. La prevalencia de trabajadores y trabajadoras con riesgo de trastorno mental menor aumenta ante la presencia de los siguientes factores: 1) necesitar estar en casa y en el trabajo a la vez; 2) estar preocupado/a porque te varíen el salario; 3) tener un trabajo emocionalmente exigente; 4) estar preocupado/a por la dificultad de encontrar un nuevo empleo si se perdiera el actual; 5) tener un trabajo que no permite aprender cosas nuevas y; 6) tener una carga de trabajo irregular que provoca que finalmente acabe acumulándose.

Si bien los resultados obtenidos deberían ser confirmados por estudios longitudinales, la evidencia proporcionada en este estudio debería ayudar en la planificación de posibles intervenciones con el objetivo de mejorar la salud mental de la población asalariada.