

Anexo 4. Buenas prácticas en salud mental laboral

Resumen galardones europeos por buenas prácticas



Elaboró:

Gloria H. Villalobos Fajardo

Psicóloga, PhD Ciencias de la Salud, Mag. Salud y Seguridad

Equipo Salud Mental SURA

ARL-Consultoría Gestión del Riesgo

Revisado por: Sura Colombia

Julio 2019

Programas en favor de un comportamiento saludable más allá del lugar de trabajo	
Mars, Industria de dulces	Polonia
Galardonado por su programa de componentes múltiples. Se trabaja en la evaluación del estado de salud y estilos de vida de cada trabajador. Sigue una serie de pasos de aprendizaje para vivir de una manera más saludable. Su fase de seguimiento de los resultados se convierte en una retroalimentación participativa para divulgar los cambios y ser agentes en su comunidad tanto interna como externa.	
Acercamiento a la salud mental	
Highways Agency – construcción de vías	Inglaterra
Sindicato y comercio se unieron para fomentar charlas con personas expertas en salud mental. Los gerentes y RR.HH. se reúnen para realizar cambios graduales en las prácticas de la organización. La actividad se hace a través de retroalimentación de los trabajadores y propuestas presentadas por internet. La buena práctica contempla medidas de apoyo como cursos de capacitación para gerentes de línea. La empresa cuenta también con una caja de herramientas para el estrés y tienen representantes como socorristas de salud mental. El trabajo es permanente y se efectúa seguimiento frecuente.	
Hacia la estabilidad interna	
IMLER AG- manufacturera-vehículos	Alemania
En virtud del aumento de los problemas relacionados con la salud mental y los costos del ausentismo, se definió como población objeto de la intervención el grupo de ingenieros dadas sus responsabilidades de trabajo con las máquinas y la presión del tiempo. La empresa lleva a cabo acciones con un método de evaluación desarrollado específicamente para identificar factores externos, la presión de trabajo y la repercusión de dichos factores. Se muestran resultados de mejora en la gestión de los factores psicosociales, así como en el clima de trabajo y en la reducción del ausentismo por enfermedad.	
Narración de anécdotas	

Programas en favor de un comportamiento saludable más allá del lugar de trabajo	
Hedensted Kommune-Centro de trabajo	Dinamarca
La compañía desarrolló políticas sanitarias mediante la participación de los trabajadores quienes narran y comparten anécdotas de la vida laboral en un día denominado «día de la inspiración». Las anécdotas enfatizan aspectos de su propia salud. A partir de estos aportes se establecieron las políticas que responden a las necesidades y experiencias positivas relatadas por los trabajadores.	
El papel del liderazgo en el manejo de los riesgos psicosociales	
Zavarovalnica Triglav -Seguros	Eslovenia
La compañía desarrolló un programa integral de acción para mejorar la salud, la satisfacción y el entusiasmo de la población trabajadora, a partir de los resultados de la evaluación psicosocial. El programa incluye servicios psicológicos, una “escuela de liderazgo”, tutorías para los directivos, conferencias y mejora en el flujo de comunicación e información. También incluye conferencias, programas educativos, acciones formativas y talleres relacionados con la carga de trabajo, el manejo del estrés, la mejora de las comunicaciones y las relaciones en el lugar de trabajo y la empresa cuenta igualmente con un comité de intermediación y gestión de conflictos. Los resultados más notables son la mejora en la capacidad de cooperación entre los trabajadores y la disminución del ausentismo.	
Mental Health first aid	
USDAW- Call center de primeros auxilios	Estados Unidos
El trabajo de intervención inició con la toma de conciencia acerca de que algunas ausencias al trabajo tuvieron su origen en reacciones de estrés, depresión y ansiedad. Además, se hicieron encuestas fuera del lugar de trabajo y se distribuyó información sobre salud mental y capacitaciones en primeros auxilios psicológicos. La compañía entrenó a 30 socorristas de salud mental para detectar precozmente trastornos mentales y así activar un procedimiento de ayuda soportado en el fomento de la confianza para dar apoyo a otros y cultivo de habilidades para preservar la salud mental.	
Resolución de conflictos	
Inspección regional penitenciaria	Polonia

Programas en favor de un comportamiento saludable más allá del lugar de trabajo	
Luego de aplicada una encuesta de riesgo psicosocial en el centro penitenciario se detectó en los guardas un elevado riesgo de estrés y síndrome de desgaste profesional. Como intervención se establecieron medidas organizativas, se implementaron talleres y actividades para abordar los factores de estrés, junto con formación en competencias psicosociales en directivos y jefes de división. Como resultado se logró disminuir la tasa de incapacidades por enfermedad causadas y se incrementó la satisfacción laboral.	
Gestión de estrés	
DHL- mensajería	Alemania
La empresa desarrolló un compromiso con la gestión de la salud mental de los trabajadores mediante una estrategia de mejora en las diversas políticas que se aplican en todos los países en que labora la empresa. Las políticas que se desarrollaron hacen relación a cultura corporativa, código de conducta y promoción de la salud en el lugar de trabajo. Las nuevas políticas se acompañaron de formación sobre liderazgo y salud mental, asesoramiento y vigilancia de la salud. Entre los resultados más destacados están la intervención de los riesgos psicosociales relevantes y la mejora de la productividad.	
Banca en movimiento	
BANCO LÂN & SPAR- Banco	Dinamarca
Dado que la presión del sector financiero incide en el incremento de ausencias por enfermedad, las acciones de intervención se enfocaron en dar apoyo a los trabajadores para un mejor equilibrio entre la vida personal y el trabajo. Como resultado se mejoró el clima laboral, aumentó la productividad y la satisfacción del cliente.	
Salud y seguridad	
UCATT-construcción	Estados Unidos

Programas en favor de un comportamiento saludable más allá del lugar de trabajo	
En esta compañía se trabaja sobre salud mental, disminución del estigma, y preservación de la salud y seguridad en el trabajo. Los resultados del programa fueron el compromiso de los trabajadores con el programa de entrenamiento y conciencia de salud mental. Se desarrolló un DVD y una Caja de herramientas, y se hace formación en seguridad y salud mental.	
Asesoramiento profesional y apoyo en la gestión de factores externos al trabajo	
DRU-S- Transporte	Italia
El programa de esta compañía se centra en el fomento del bienestar, ofrece una red de ayuda a la familia y asesora a los empleados para manejar las necesidades familiares. Incluye talleres para futuras madres y padres, talleres centrados en cómo enfrentarse al divorcio, al fallecimiento de un familiar y al matrimonio, entre otros.	
Apoyo al empleado	
IFA-academia de bomberos y atención de accidentes	Suiza
La Academia ofrece su apoyo a los empleados con urgencias económicas y desarrollan actividades de orientación para fomentar la salud mental en el lugar de trabajo.	
Prevención de síndrome de Burnout	
Siemens-tecnología	Bélgica
La compañía implementó un programa de manejo de estrés para ayudar a controlar los efectos de las jornadas prolongadas o irregulares de trabajo, las preocupaciones sobre la seguridad del trabajo, el impacto de los errores y la intensidad del trabajo. El programa se basa en cinco ámbitos para gestión de los recursos: sensibilización, implicación de la dirección, comunicación, formación y un servicio de asistencia para los trabajadores.	

Para ampliar la información se pueden consultar las siguientes fuentes:

Hassard, J., Cox, T., Murawski, S., De Meyer, S., Muylaert, K., Flintrop, J., & Podniece, Z. (2011). Mental health promotion in the workplace—A good practice report. European Agency for Safety and Health at Work, EU-OSHA; Bélgica.

TUC (2015). Good practice in workplace in mental health. Recuperado de: https://www.tuc.org.uk/sites/default/files/GoodPracticeMentalHealth_0.pdf

Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (2015). Buenas prácticas en gestión del estrés y de los riesgos psicosociales en el trabajo. Recuperado de: <http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/Buenas%20practicas%20en%20gestion%20del%20estres.pdf>

“Todos los derechos reservados. El presente documento, su diseño y contenido técnico, es para uso exclusivo de los usuarios/clientes de Suramericana S.A., razón por la cual se encuentra prohibido cualquier uso diferente, así como su comercialización, reproducción y transmisión sin el permiso previo y escrito de la misma. © Propiedad Intelectual de Suramericana S.A., (Julio de 2019).”