

10 DE OCTUBRE

# La salud mental en el trabajo



**El Día Internacional de la Salud Mental se celebra el 10 de octubre y tiene como objetivo concienciar sobre la importancia de la salud mental y promover su bienestar en todo el mundo. El lema elegido para este año es “La salud mental en el trabajo”. Esta fecha fue establecida por la Federación Mundial de la Salud Mental en 1992 y desde entonces se ha convertido en una plataforma para abordar temas relacionados con la salud mental y la lucha contra el estigma asociado a los trastornos mentales.**

Tal y como subraya la OMS, desde USO creemos que existe un vínculo esencial entre la salud mental y el ámbito laboral. Estamos convencidos de que los lugares de trabajo seguros y saludables ayudan a proteger la salud mental, mientras que las condiciones poco saludables, la estigmatización, la discriminación y la exposición a riesgos como el acoso y otras condiciones de trabajo deficientes son riesgos importantes que afectan a la salud mental y la calidad de vida en general y, en consecuencia, a la participación y la productividad en el trabajo.

Desde USO tenemos claro que los gobiernos, los empleadores y todas las partes interesadas debemos colaborar para ayudar a mejorar la salud mental en el trabajo aplicando medidas en las que se tenga en cuenta la opinión de los propios trabajadores, sus representantes y personas con experiencia directa con problemas de salud mental. Al invertir esfuerzos y

recursos en enfoques e intervenciones basados en la evidencia, se vela por que todos los trabajadores tengan la oportunidad de desarrollarse en el trabajo y en la vida.

En FEUSO somos testigos de la preocupante generalización de altos niveles de estrés en los centros educativos que están afectando seriamente a la salud mental de los docentes y del resto de la comunidad educativa. «En nuestras periódicas visitas a los centros —comenta Imma Badia, secretaria de Acción Sindical y Salud Laboral de FEUSO—, vemos cómo los trabajadores reclaman ayuda especializada en estas cuestiones, sobre las que apreciamos, además, una cierta alarma social. Desde FEUSO contamos con un Gabinete de Salud Mental con el fin de fomentar la prevención de los problemas psicológicos, tan extendidos en la comunidad educativa a todos los niveles».

Por todo ello pedimos una mayor implicación de las Administraciones y de las empresas en la atención a los trabajadores y trabajadoras, que se destinen los recursos necesarios y que se incremente la ayuda de personal especializado en la Salud Mental en los centros de enseñanza. Este asunto, como reconocen todas las partes, ya ha dejado de ser una cuestión decorativa y ahora mismo es, como lo vemos desde FEUSO, una prioridad esencial.