



Evento Híbrido
Virtual / Presencial



Organiza:

CSOA
CORPORACIÓN DE SALUD
OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

www.corporacionsoa.co

45° Congreso de Ergonomía, Higiene,
Medicina y Seguridad Ocupacional.

Hotel Intercontinental Medellín - Colombia
29, 30 y 31 de octubre de 2025

RIESGO PSICOSOCIAL Y SU RELACIÓN CON LA HIGIENE OCUPACIONAL: UN ENFOQUE INTEGRAL PARA LA GESTIÓN DEL BIENESTAR LABORAL



Organiza:

CSOA CORPORACIÓN DE SALUD
OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

31 SEMANA
de la SALUD
OCUPACIONAL
Aprendizaje, experiencia y empatía
en un mundo intergeneracional

CONTEXTO

¿Por qué hablar de **salud mental** en el **trabajo** hoy?

- A nivel mundial, se estima que cada año se pierden **12.000 millones de días** de trabajo debido a la **depresión y la ansiedad**, a un costo de **US\$ 1 billón** por año en pérdida de productividad.
- Según Organización Mundial de la Salud (**OMS**), más de **mil millones** de personas padecen trastornos de **salud mental**.
- Los trastornos de salud mental, como la **ansiedad y la depresión** constituyen la **segunda causa de discapacidad prolongada**.



¿Por qué hablar de **salud mental** en el **trabajo** hoy?

- Cada año se **suicidan** alrededor de **727.000** personas en el mundo, convirtiendo al suicidio en la **cuarta causa de muerte** para el grupo etario de 15 a 29 años
- Objetivos de **Desarrollo Sostenible (ODS)** de las Naciones Unidas consistente en reducir en un tercio los índices de suicidio de aquí a 2030. Si se mantiene la tendencia actual, solo se logrará una reducción del **12 %** para esa fecha.



- En Colombia según la encuesta de Gallup Group en 2024, el **48%**, de los colaboradores afirmó tener **estrés laboral**, situándose como el **noveno país** en Latinoamérica que más presenta este padecimiento.
- Los diagnósticos en entorno laboral, en su mayoría son causados por trastornos mentales.

Año	2019		2020		2021		2022		2023		2024	
	Laboral	Común	Laboral	Común	Laboral	Común	Laboral	Común	Laboral	Común	Laboral	Común
Sistema mental y del comportamiento	841	233	753	312	828	397	1029	295	1028	415	1366	522
Sistema Gastrointestinal	2	9	4	9	5	21	1	32	3	17	3	20
Sistema cardio y cerebrovascular	13	13	31	13	18	30	23	20	21	27	31	21
Total	856	255	788	334	851	448	1053	347	1052	459	1400	563

Organiza:

CSOA CORPORACIÓN DE SALUD
OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

31 SEMANA
de la SALUD
OCUPACIONAL
Aprendizaje, experiencia y empatía
en un mundo intergeneracional

DEFINICIONES

Riesgo Psicosocial

- Según la Organización Internacional del Trabajo (OIT) lo define como las “**interacciones** entre trabajo, medio ambiente, satisfacción laboral y condiciones organizativas, por una parte, y las capacidades del trabajador, su cultura, necesidades y situación personal fuera del trabajo





Higiene Ocupacional

- La higiene ocupacional es la ciencia de la **anticipación, reconocimiento, evaluación y control** de los peligros que surgen en o desde el **lugar de trabajo** y que podrían afectar la salud y el bienestar de los trabajadores, teniendo también en cuenta el posible impacto en las comunidades circundantes y el **medio ambiente** en genera.

Bienestar Laboral

- Según la Organización Mundial de la Salud (**OMS**) un entorno de **trabajo saludable** es aquel en el que los trabajadores y jefes colaboran en un proceso de mejora continua para promover y proteger la salud, seguridad y bienestar de los trabajadores y la sustentabilidad del ambiente de trabajo.



Organiza:

CSOA CORPORACIÓN DE SALUD
OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

31 SEMANA
de la SALUD
OCUPACIONAL
Aprendizaje, experiencia y empatía
en un mundo intergeneracional

RELACIÓN DE RIESGO PSICOSOCIAL E HIGIENE OCUPACIONAL

¿Cómo se relacionan el Riesgo Psicosocial con la Higiene?

Factor	Efecto en la Salud Mental	Consecuencias
Ruido Excesivo	Genera irritabilidad y tensión nerviosa. Interfiere con la comunicación.	Disminución de la concentración y el rendimiento.
Vibraciones	Provoca fatiga mental y discomfort.	Trastornos del sueño (por el estrés crónico).
Estrés Térmico (Calor/Frío)	Causa fatiga psíquica y malestar general.	Aumento de la frustración y el bajo estado de ánimo.
Iluminación (Deficiente/Excesiva)	Fatiga visual, dolores de cabeza y tensión nerviosa	Mayor riesgo de errores y accidentes (lo que genera ansiedad).
Radiaciones (Ionizantes/No Ionizantes)	Induce una fuerte ansiedad debido a la percepción de riesgo grave (ej. cáncer).	Estrés crónico y preocupación constante
Presión Atmosférica	Genera incertidumbre y miedo a fallos críticos del equipo.	Reducción del bienestar emocional

¿Como se relacionan el Riesgo Psicosocial con la Higiene?

- Los factores de **riesgo físicos** actúan como **estresores crónicos** que deterioran el bienestar mental, la concentración y el rendimiento del trabajador.



¿Cómo se relacionan el Riesgo Psicosocial con la Higiene?

Factor	Efecto en la Salud Mental	Consecuencias
Neurotóxicos (ej. Solventes, Metales Pesados)	Depresores del Sistema Nervioso Central (SNC).	Deterioro Cognitivo: Problemas de memoria, atención y concentración.
Anestésicos (ej. Tolueno, Xileno)	Generan estado de somnolencia , euforia o confusión.	Cambios de Personalidad e irritabilidad. Riesgo de Trastorno Psicótico.
Asfixiantes (ej. CO)	Impiden la llegada de oxígeno al cerebro.	Daño Cerebral (en casos graves) o cefaleas recurrentes.
Sustancias Tóxicas/Cancerígenas	Causa de enfermedades graves e irreversibles a largo plazo (cáncer, daño renal, etc.).	Ansiedad Crónica y Estrés debido a la percepción del riesgo y la incertidumbre sobre la salud futura.

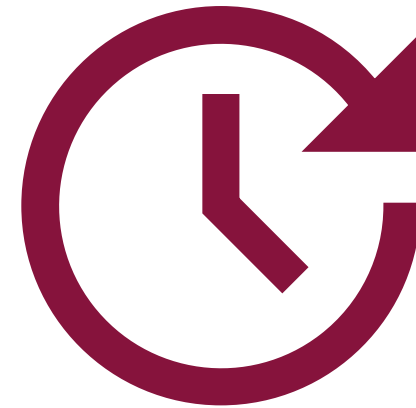
¿Cómo se relacionan el Riesgo Psicosocial con la Higiene?

- Los **agentes químicos** pueden causar efectos **neurotóxicos directos** (depresión, somnolencia) y generar **estrés crónico** por la percepción de peligro grave e irreversible.



1. Anticipación (Previsión)

- En higiene, se anticipan los contaminantes antes de introducir un nuevo proceso, equipo o químico o durante el proceso.
- **En Psicosocial:** Se trata de **prever los riesgos** derivados de **futuros cambios organizacionales o de diseño de trabajo** antes de que se implementen.
 - **Acciones Clave:**
 - **Diseño de Tareas y Puestos:** Considerar las demandas emocionales, la autonomía y el control sobre el trabajo, la claridad de rol y la carga de trabajo **desde la fase de diseño** de un nuevo proyecto, proceso o reestructuración.
 - **Planificación de Cambios:** Anticipar el impacto psicológico, adquisiciones, introducción de nuevas tecnologías o cambios de turnos, y planificar estrategias de comunicación y apoyo.



2. Reconocimiento (Identificación y cualitativa)

- En higiene, se identifica la presencia, naturaleza y posible alcance de agentes nocivos (ej. humos, ruido, vibraciones), cuando se habla de matrices cualitativas y probabilidades y consecuencias.
- **En Psicosocial:** Se trata de **identificar los factores estresores** o las condiciones organizacionales que pueden afectar negativamente la salud mental.
 - **Acciones Clave:**
 - **Maapeo de Factores:** Identificar las características del trabajo y su entorno que son fuentes potenciales de riesgo (ej. demandas excesivas, falta de apoyo social, baja recompensa, conflictos interpersonales, *mobbing*).
 - **Análisis de Indicadores:** Revisar datos existentes como tasas de ausentismo, rotación, quejas, incidentes de seguridad, diagnósticos recurrentes, y resultados de encuestas de clima laboral para señalar áreas problemáticas.



3. Evaluación (Medición Cuantitativa)

- En higiene, se mide la **exposición** (concentración, nivel) para compararla con límites máximos permisibles.
- **En Psicosocial:** Se evalúa la **magnitud e impacto** de los factores de riesgo identificados, como la batería de riesgo psicosocial, encuesta de estrés e instrumentos para validar estrategias de afrontamiento
 - **Acciones Clave:**
 - **Aplicación de Instrumentos:** Usar cuestionarios estandarizados para medir la percepción de los trabajadores sobre las dimensiones psicosociales (ej. demandas, autonomía, apoyo social, conflicto de rol).
 - **Cuantificación del Riesgo:** Determinar la *frecuencia o intensidad* con la que los trabajadores perciben estos factores y establecer un **nivel de riesgo** (generalmente cualitativo/cuantitativo) que requiere intervención.



4. Control (Intervención y Seguimiento)

- En higiene, se implementan medidas de control (eliminación, sustitución, ingeniería, administrativas, EPP) para reducir la exposición al nivel aceptable.
- **En Psicosocial:** Se diseñan e implementan **intervenciones en el origen** (la fuente del riesgo) y **a nivel individual** (fortaleciendo recursos).
 - **Acciones Clave:**
 - **Prioridad en el Origen (Diseño):** Aplicar medidas de **Control de Ingeniería/Administrativas** en el contexto psicosocial. Esto significa modificar la organización del trabajo: ajustar cargas, mejorar la comunicación, clarificar responsabilidades, fomentar la participación y el **liderazgo positivo**.
 - **Intervenciones Individuales:** Promover el desarrollo de habilidades de afrontamiento, manejo del estrés y resiliencia (consideradas como **EPP o último nivel** de intervención psicosocial).
 - **Seguimiento:** Monitorear la eficacia de las medidas implementadas y reevaluar periódicamente para asegurar que el riesgo se mantenga bajo control y que no surjan nuevos factores estresantes.



Organiza:

CSOA CORPORACIÓN DE SALUD
OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

31 SEMANA
de la SALUD
OCUPACIONAL
Aprendizaje, experiencia y empatía
en un mundo intergeneracional

GESTIÓN DEL BIENESTAR LABORAL

COHERENCIA ORGANIZACIONAL

- Basada en una cultura **ADN-H**
- **A: ADAPTABLE:** Lo suficientemente flexible para actuar frente a las condiciones cambiantes y a las necesidades individuales, siendo **resilientes y consientes** de las diferencias.
- **D: DINÁMICA:** Que comprende el movimiento constante y proactivo de las **generaciones** que convergen en la organización y que apunten siempre a la mejora continua.
- **N: NEGOCIABLE:** Porque valora la voz de todos los colaboradores y reconoce que las soluciones no son unidireccionales siendo **empáticos** con los diferentes procesos y personas.
- **H: HUMANA:** Para reconocer que su activo mas importe son las **PERSONAS**.



Evento Híbrido
Virtual / Presencial

45° Congreso de Ergonomía, Higiene,
Medicina y Seguridad Ocupacional.

Hotel Intercontinental Medellín - Colombia
29, 30 y 31 de octubre de 2025

51

SEMANA
de la SALUD
OCUPACIONAL

Aprendizaje, experiencia y empatía
en un mundo intergeneracional

“EL ALMA QUE SE CURA
A SÍ MISMA PUEDE
CURAR A OTROS”

Pitágoras

Organiza:

CSOA
CORPORACIÓN DE SALUD
OCUPACIONAL Y AMBIENTAL



www.corporacionsoa.co

