

# Conferencia

## Estabilidad Laboral y Salud Mental



**Dr.Félix  
Villamayor**

Socio de estudio  
Irún & Villamayor

# **Bienestar y salud mental en el lugar de trabajo.**

---

**Salud Mental: Nuevos desafíos.**

**Félix Villamayor**

# Marco Legal.

Constitución Nacional: Derecho a la vida, a la salud y al cumplimiento de las normas laborales (Art. 4, 68 y 99)

Código del Trabajo. (Ley 213/93)

**Artículo 273º.-** La política de prevención de riesgos ocupacionales se desarrolla a través de la seguridad, higiene y medicina del trabajo, entendida como conjunto de técnicas, estudios y acciones encaminadas al perfeccionamiento de las condiciones ambientales, materiales, organizativas y personales *destinadas a evitar daños o alteración de la integridad física, funcional o psicológica de los trabajadores.*

Ley de Prevención de Riesgos Laborales (Ley Nº 5804/17)

Art. 4. Definiciones:

j) **Salud Ocupacional:** se entenderá en adelante como Seguridad y Salud en el Trabajo, definida como aquella disciplina que trata de la prevención de las lesiones y enfermedades causadas por las condiciones de trabajo, y de la protección y promoción de la salud de los trabajadores. Tiene por objeto mejorar las condiciones y el medio ambiente de trabajo, así como la salud en el trabajo, que *conlleva la promoción y el mantenimiento del bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las ocupaciones.*

# Salud del Trabajador.

---

La pandemia ha intensificado algunos problemas existentes y ha introducido nuevos desafíos para la salud de los trabajadores.

## Etapa pre pandemia:

Enfermedades de origen físico

como:

- Accidentes de trabajo.
- Enfermedades profesionales.
- Enfermedades comunes.
- Ausentismo – Límite y conocimiento del plazo de recuperación.

## Etapa post pandemia:

Enfermedades de origen mental

como:

- Estrés Laboral.
- Burnout.
- Ansiedad Depresión.
- Ausentismo – Sin límite y conocimiento del plazo de recuperación.

# Problemática de la salud mental en el trabajo.

## Origen.

Los problemas de salud mental en el ámbito laboral tienen múltiples orígenes que pueden actuar de manera independiente o interactuar entre sí, intensificando los efectos negativos.

### ORIGEN



#### Fuera del trabajo:

- Factores Personales y Sociales.
- Problemas Familiares.
- Situaciones Económicas.
- Condiciones de salud.



#### A causa del Trabajo:

- Estrés Laboral.
- Burnout.



#### Generada intencionalmente en el trabajo:

- Mobbing Laboral.
- Violencia Laboral.

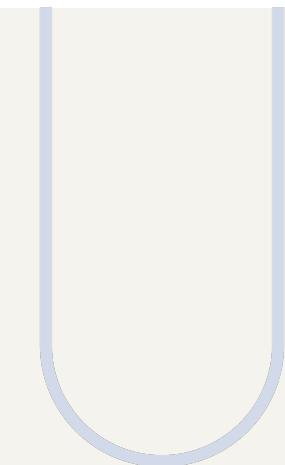


#### Jerárquico.



#### Entre pares.

# **Violencia Laboral: Mobbing.**



Se entiende por "violencia laboral" toda acción ejercida sobre el/la trabajador/a de manera directa mediante actos, comentarios, proposiciones o conductas con connotación sexual o no, mobbing o acoso sexual, no consentidas por la víctima ejercidas por superiores o compañeros de igual o inferior jerarquía.

Se incluye en esta causal el acoso sexual que, en forma indirecta, cause al trabajador o a la trabajadora un ambiente laboral de naturaleza hostil, intimidatoria, ofensiva y humillante. Se considerará que esta forma de violencia laboral reviste especial gravedad cuando la víctima se encuentre en una situación de particular vulnerabilidad.

**Protocolo de acción: Res. MTESS 388/19**

**Código del Trabajo: Art. 81 y 84.**

**Contingencia Judicial: Daño moral/psicológico por mobbing. Sin límite de cuantía.**

# Estrategias para mitigar la problemática.

## **1. Implementar Políticas de Bienestar Laboral – La Prevención es vital.**

Elaborar protocolos contra todo tipo de violencia laboral. Realizar capacitaciones a modo de identificar situaciones de riesgos y plan de acción en caso de que ocurra un hecho que deba ser investigado.

## **2. Promover la Conciliación Vida-Laboral**

Ofrecer opciones de teletrabajo, flexibilidad en los horarios, vacaciones adecuadas. Programas de bienestar, jornadas de salud mental, horarios flexibles.

## **3. Fomentar un Ambiente de Trabajo Positivo – Crecimiento y desarrollo.**

Capacitación en comunicación efectiva, resolución de conflictos, reconocimiento del trabajo bien hecho. Oportunidades de formación, mentorías, desarrollo de carrera.

## **4. Apoyo Psicológico**

Acceso a servicios de salud mental, líneas de ayuda, programas de asistencia al empleado.

## **5. Cultura Organizacional Inclusiva**

Promover la diversidad y la inclusión, respeto por las diferencias generacionales.

**¡Muchas gracias!**