

# EL ESTRÉS LABORAL EN EL PUNTO DE MIRA DEL INSTITUTO ESPAÑOL DE OCEANOGRAFÍA

Trabajadores de los 10 Centros Oceanográficos de la Institución se beneficiarán de esta iniciativa con una campaña de Gestión del estrés.

Del 19 al 23 de octubre se celebra la Semana Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo, una iniciativa promovida por la Agencia Europea (EU-OSHA) para concienciar sobre la necesidad de garantizar la prevención de riesgos laborales en los lugares de trabajo de Europa y potenciar la difusión de las campañas “Trabajos Saludables”.



El Instituto Español de Oceanografía, coordinado con la Agencia Europea de Seguridad y Salud en el Trabajo y a través de su centro de referencia en España, el Instituto Español de Seguridad e Higiene en el Trabajo con sede en Madrid, organizará **una campaña de GESTIÓN DEL ESTRÉS** a lo largo del mes de octubre o noviembre (cada centro pondrá el mes que sea) para sensibilizar a todo el colectivo sobre la necesidad de lograr lugares de trabajo seguros y saludables y para hacer llegar el mensaje de que “gestionar eficazmente el estrés y los riesgos psicosociales es posible y merece la pena”.

El estrés es el segundo problema de salud relacionado con el trabajo en Europa, de ahí su importancia para detectarlo y gestionarlo; repercute en la salud del trabajador y, consecuentemente, en la salud del colectivo laboral. Muchas veces con pequeñas y puntuales mejoras en la organización del trabajo, unas buenas prácticas y sin ningún coste, es suficiente para crear un buen ambiente psicosocial lo cual implicará un aumento del bienestar individual y colectivo que conllevará la mejora de los resultados, la innovación y la productividad tanto individual como colectiva.

El objetivo será conseguir que tanto directivos como trabajadores participen para crear un buen ambiente psicosocial de trabajo con un diálogo bilateral ininterrumpido entre las dos partes.

El IEO ha decidido integrarse como **socio participante activo en la campaña Trabajos Saludables** realizando una serie de charlas-coloquio dirigidas a los trabajadores de cada uno de los 10 centros oceanográficos con los que cuenta la Institución. Los ponentes en el CO de Coruña son:

- **PAULA GONZÁLEZ RUEIRO**, Técnica Superior en Prevención del sindicato CIG hablará sobre “**LA INCIDENCIA DE LA JORNADA LABORAL EN EL ESTRÉS Y EN LOS RIESGOS PSICOSOCIALES**”

- **ELENA MANCHA MONTERO DE ESPINOSA**, Jefa del Seguridad y Salud de la Inspección de Trabajo hablará sobre “**GUIA PRÁCTICA DE LA PREVENCIÓN DE LOS RIESGOS PSICOSOCIALES**”

-**MARTA CHAO**, Experta del Servicio de Prevención de ASPY dará una charla sobre “**LA GESTIÓN DEL ESTRÉS**”