

VARIABLES EXTRALABORALES QUE PUEDEN AFECTAR A LA SEGURIDAD LABORAL EN MÉXICO

Extra-occupational variables that may affect occupational safety in México.

De Jesús Ortiz Aarón Osiel
aarondjesuso@gmail.com

Universidad de Guadalajara
Licenciatura en Seguridad Laboral,
Protección Civil y Emergencias

Resumen

Los factores generadores de estrés fuera del centro de trabajo son elementos que deben tomar la misma importancia como los que encontramos dentro de las actividades de trabajo. El comportamiento de una persona está basado en las condiciones de su desarrollo, el cual influirá en su manera de actuar y desenvolverse en sus actividades laborales. Existen factores psicosociales internos, pero son pocas veces las que se evalúan el impacto que tienen las condiciones fuera del trabajo, no tomamos en cuenta la calidad de vida de las personas, su estilo de vida e incluso la manera de transportarse.

Palabras clave:

Factores psicosociales, condiciones extralaborales, estrés, seguridad laboral, comportamiento, variables sociodemográficas.

Abstract

The factors that generate stress outside the workplace are elements that should take on the same importance as those found within the work activities. A person's behavior is based on the conditions of his or her development, which will influence the way he or she acts and performs in his or her work activities. There are internal psychosocial factors, but the impact of conditions outside of work are rarely evaluated, we do not take into account the quality of life of people, their lifestyle and even the way they travel.

Keywords:

Psychosocial factors, extra-work conditions, stress, job security, behavior, sociodemographic variables

Recepción: 30.06.2021

Aceptación: 28.07.2021

Cite este artículo como:

De Jesús, A. O. (2021). Variables extralaborales que pueden afectar a la seguridad laboral en México. (M. Quiroz, & D. Zamora, Edits.) *Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo*, 4(4). Obtenido de <https://journal.poligran.edu.co/index.php/gsst/issue/archive>.

INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia el trabajo ha representado un riesgo para la salud debido a las condiciones en las que se labora las que pueden ocasionar accidentes o enfermedades de todo tipo. Afortunadamente los tiempos y el marco jurídico ha cambiado al pasar de los años, y consigo, han mejorado de forma importante estas condiciones. La atención y preocupación por los riesgos laborales se han centrado en los riesgos físicos, químicos y ambientales, pero también se ha generado una especial atención a aquellos factores que afectan a la salud mental de los trabajadores, que son los factores de riesgo psicosocial. Actualmente con la creciente globalización, el ritmo de vida de las grandes ciudades, la alta competitividad, el crecimiento de las urbes y el descontrolado crecimiento poblacional ha traído nuevas enfermedades como el estrés.

Factores de riesgo psicosocial

Los agentes físicos y químicos no son los únicos que significan un riesgo a la salud de las personas ocupacionalmente activas, también existen elementos de origen psicosocial que afectan a la salud. La (Organización Mundial de la Salud, 1948) define a la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. En México, la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (Secretaría del Trabajo y Previsión Social, 2018) define a los factores de riesgo psicosocial como: Aquellos que pueden provocar trastornos de ansiedad, no orgánicos del ciclo sueño-vigilia y de estrés grave y de adaptación, derivado de la naturaleza de las funciones del puesto de trabajo, el tipo de jornada de trabajo y la exposición a acontecimientos traumáticos severos o a actos de violencia laboral al trabajador, por el trabajo desarrollado. El (Ministerio de Salud de Colombia, 2015) nos dice que los Factores de Riesgo Psicosocial (FRPS) son condiciones psicosociales cuya identificación y evaluación muestra efectos negativos en la salud de los trabajadores o en el trabajo.

Por su parte, el gobierno de España, por medio del (Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, 2021) cataloga que los factores psicosociales se definen como aquellas condiciones presentes en una situación laboral directamente relacionadas con la organización del trabajo y su entorno social, con el contenido de trabajo y la realización de la tarea y que se presentan con capacidad para afectar el desarrollo del trabajo y la salud. Todos ellos coinciden en que los FRPS son aquellos elementos ligados al ambiente y condiciones del trabajo que por su relación con las actividades laborales afectan al factor psicosocial, modificando su conducta y derivando en el daño de su estado de salud. Se apunta a los factores que se encuentran dentro del ambiente laboral, pero no se han tomado en cuenta aquellos factores que pueden afectar a los trabajadores fuera del centro de trabajo, los

cuales se deben abordar con la misma importancia que los factores intralaborales.

Factores psicosociales extralaborales

Para poder evaluar de manera más concisa y completa los factores psicosociales no solo se deben tomar en cuenta, así lo señala el (Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, 2021), las condiciones de trabajo no pueden ser analizadas si no se incluyen las condiciones de la vida extralaboral. Estos factores comprenden los aspectos del entorno familiar, social y económico del trabajador. A su vez, abarcan las condiciones del lugar de vivienda, que pueden influir en la salud y bienestar del individuo. (Ministerio de la Protección Social, 2010). Las situaciones personales fuera del trabajo pueden influir en el estado de salud y el bienestar e inclusive sobre su estado de ánimo y rendimiento. Estos factores pueden perjudicar o favorecer el desempeño de sus actividades laborales y la manera de desenvolverse en ellas y sus procesos.

Un hombre o mujer no puede deshacerse de sus emociones o deslindarse de sus responsabilidades en casa y tampoco puede darles más importancia a sus obligaciones en el trabajo que a las del hogar.

Factores basada en el comportamiento

La seguridad laboral es una rama de gran importancia, no solo trata de evitar accidentes, sino también de prevenir enfermedades. El comportamiento juega un rol de consideración en la seguridad, ya que el cambio de comportamiento puede considerarse un riesgo. La inmensa mayoría de los accidentes laborales dependen fuertemente de del comportamiento inseguro en el trabajo (Meliá, 2007) y esto no solo depende del personal que labora bajo un acto inseguro, si no de aquel que permite que se cree o se mantenga una condición insegura. Hablando del personal de limpieza que desarrolla su actividad en un pasillo con muchas máquinas que representan riesgo mecánico y deja el piso húmedo sin señalización, está manteniendo un comportamiento que es inseguro para el/ella mismo/a y a sus compañeros. El encargado de mantenimiento que omite darle mantenimiento a las máquinas y/o herramientas como es debido y sabes que puede provocar un accidente se convierte en cómplice si se llega a desatar una desgracia.

Teoría Tri-condicional del comportamiento seguro

De acuerdo con la Teoría Tri-condicional del Comportamiento Seguro (Meliá, 2007), para que una persona trabaje segura deben darse tres condiciones: debe poder trabajar seguro; debe saber trabajar y seguro y debe querer trabajar seguro. Las tres condiciones son necesarias y ninguna de ellas es condición suficiente. Es esencial identificar en cuál o cuáles de las tres condiciones tenemos que actuar en una empresa o en una subunidad de esta, para poder efectuar una correcta planificación de la prevención y para poder desarrollar una acción

preventiva eficaz. Los métodos de intervención indicados para cada condición son claramente distintos. El comportamiento influye enormemente en estas tres condiciones, si no le damos las condiciones a nuestros trabajadores nuestro comportamiento es el que está erróneo al pensar que no sucederá ningún accidente o se desarrollará una enfermedad.

¿Cómo afectan los factores extralaborales a la seguridad laboral?

Las responsabilidades fuera del trabajo pueden rebasar las que ya tenemos dentro del trabajo y existen puntos que pueden ser críticos para cada persona, y esto también depende de las variables sociodemográficas de cada individuo. Una mujer de 29 años que no tuvo acceso a educación superior, madre soltera y que no recibe apoyo económico, se verá superada por las preocupaciones y responsabilidades en su hogar. Al no contar, quizá, con auto para poder transportarse de la casa al trabajo y del trabajo a la casa también tendrá que lidiar con esa problemática, los tiempos de traslado pueden ser muy altos, deberá despertar muy temprano por las mañanas, reduciendo sus tiempos de sueño, no tendrá la disponibilidad de llevar una dieta saludable dado su tiempo limitado consumiendo comida rápida o chatarra. Estas circunstancias disminuirán su rendimiento y su satisfacción dentro del trabajo pudiendo inclusive perder su trabajo por no desempeñarse como debería. Por otro lado, un hombre de 45 años encargado de la seguridad en una empresa dedicada a la fabricación de cartón tiene problemas económicos por deber la hipoteca de la casa, la colegiatura de sus hijos y además, se descompuso su coche y la reparación es muy costosa, olvida que tiene que delimitar una banda compresora de papel que se descompuso, provocando que uno de los trabajadores pierda una extremidad.

Estudios relacionados con los factores extralaborales

- ✓ Olga Sánchez en el 2009 - Comparó los factores intra y extralaborales en una población de 12 hombres y 12 mujeres, dando resultados preocupaciones de cuidado y atención a la familia que representan un obstáculo para ejecutar con satisfacción su trabajo.
- ✓ Londoño (2010) los problemas de vivienda representan un factor de riesgo para la depresión relacionados con los créditos hipotecarios y demás gastos ligados a la vivienda.
- ✓ Gutiérrez y García (2005). Desplazamiento vivienda-trabajo-vivienda, factor que incrementa el estrés del trabajador.
- ✓ Gómez y Rodríguez (1997). Ingresos familiares. Relación inversa entre ingresos y depresión.

CONCLUSIÓN

Contar con una buena salud mental dentro de nuestro ambiente de trabajo va más allá de mantener buenas condiciones de trabajo. La calidad de vida de los trabajadores fuera nos dará la pauta para prevenir el riesgo psicosocial y consiga enfermedades posteriores. Los factores extralaborales más comunes, según estudios, son: la situación económica del grupo familiar, las características de la vivienda y su entorno, el desplazamiento vivienda - trabajo - vivienda, comunicación y relaciones interpersonales y las relaciones familiares. El prestar atención a nuestros trabajadores en estos aspectos ayudarán a que ellos se desenvuelvan mejor y se sientan importantes y parte de la empresa.

REFERENCIAS

Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. (20 de 04 de 2021). ¿Qué es un factor de riesgo psicosocial? Obtenido de Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo: [https://www.insst.es/-/que-es-un-factor-de-riesgo-psicosocial-](https://www.insst.es/-/que-es-un-factor-de-riesgo-psicosocial-#:~:text=Los%20factores%20psicosociales%20se%20definen,del%20trabajo%20y%20la%20salud%20)

#:~:text=Los%20factores%20psicosociales%20se%20definen,del%20trabajo%20y%20la%20salud%20(

Meliá, J. L. (2007). Seguridad Basada en el Comportamiento. Valencia: Universidad de Valencia. Ministerio de la Protección Social. (Julio de 2010). Batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial. Obtenido de Subcentro de Seguridad Social y Riesgos Profesionales:

<https://fondoriesgoslaborales.gov.co/documents/publicaciones/estudios/Bateria-riesgo-psicosocial-1.pdf>

Ministerio de Salud de Colombia. (30 de 07 de 2015). Ministerio de Salud de Colombia. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/abece-pausas-activas.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (7 de Abril de 1948). ¿Cómo define la OMS la salud? Obtenido de Preámbulo de la Constitución de la Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/about/who-we-are/frequently-asked-questions>

Secretaría del Trabajo y Previsión Social. (23 de Octubre de 2018). NOM-035-STPS-2018. Obtenido de Diario Oficial de la Federación: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle_popup.php?codigo=5541828

Londoño, N.H., Juárez, F., Palacio, J., Muñiz, O., Agudelo, D., Marín, C.A., Lemos, M., Toro, B.E., Ochoa, N.L., Hurtado, M.H., Escobar, B., Herrón, I.,

Gómez, I., Uribe, A.F., Rojas, A.L., Pinilla, M.L., Villa-Roel, D., Villegas, M.J., Arango, A.L., Restrepo, P.A. y López, I.C. (2010). Factores de riesgos psicosociales y ambientales asociados a trastornos mentales. *Suma psicológica*, 17(1), 59-68.

Guerrero, J. (2003). Los roles no laborales y el estrés en el trabajo. *Revista Colombiana de Psicología*, 12, 73-84.

Sánchez, O. (2009). Factores intra y extra laborales de los y las trabajadoras de una empresa pública de Costa Rica. *Revista Enfermería Actual de Costa Rica*, 17, 1-9.

Gómez, C. y Rodríguez, N. (1997). Factores de riesgo asociados al síndrome depresivo en la población colombiana. *Rev. Col. Psiquiatría*, 26(1), 23-35.

Gutiérrez, J. y García, J. (2005). Cambios en la movilidad en el área metropolitana de Madrid: El creciente uso del transporte privado. *Anales de geografía de la universidad Complutense*, 25, 331-351.