

SALUD LABORAL

EL ESTRÉS Y LA DEPRESIÓN REDUCEN LA PRODUCTIVIDAD DE LOS TRABAJADORES

GARA

UNA PERSONA FATIGADA, SIN MOTIVACIÓN, QUE DESEMPEÑA CADA DÍA UNA TAREA RUTINARIA O QUE DIRECTAMENTE SE ENCUENTRA BAJO UNA DEPRESIÓN PIERDE CAPACIDAD DE CONTROLAR SU TRABAJO Y REDUCE SU PRODUCTIVIDAD. ÉSTA IDEA OBVIA HA SIDO COMPROBADA EN UN ESTUDIO DEL CENTRO MÉDICO TUFTS, DE EEUU, LLEVADO A CABO DURANTE DOS AÑOS ENTRE MILES DE PERSONAS, Y HA SERVIDO PARA PONER EN MARCHA PROGRAMAS DE DETECCIÓN DE LA DEPRESIÓN EN EL LUGAR DE TRABAJO.

El estrés psicológico en la oficina o el lugar de trabajo puede hacer más difíciles que los trabajadores afectados por depresión desempeñen sus tareas y sean productivos, según un estudio que publica la revista "American Journal of Health Promotion".

«Hay un enorme costo económico y un costo humano», indicó la autora principal del estudio, Debra Lerner, directora del Programa sobre Salud, Empleo y Productividad en el Instituto de Investigación Clínica y Estudios de Políticas de Salud del Centro Médico Tufts.

«Tenemos que desarrollar y probar programas que enfoquen directamente la situación en el empleo de las personas con depresión», añadió.

Los investigadores analizaron los casos de 14.268 adultos empleados y compararon la situación de 286 trabajadores deprimidos y 193 no deprimidos. Para el estudio, el equipo reclutó participantes entre 2001 y

2003 en consultorios de médicos.

En muchos casos los trabajadores afectados por la depresión tenían problemas en su lugar de trabajo, dijo Lerner.

PRODUCTIVIDAD

«A menudo estaban fatigados y tenían problemas de motivación», indicó. «También podían tener dificultades para ajustarse al ritmo de trabajo o a una rutina, para desempeñar tareas físicas y aún para el manejo de su carga de trabajo habitual». Las conclusiones del estudio indican que hay una vinculación entre la productividad de un empleado y su capacidad para controlar su trabajo.

«El sitio de trabajo sí desempeña una parte importante», apuntó Lerner.

Ronald Kessler, profesor del Departamento de Políticas de Salud en la Escuela Médica de la Universidad Harvard, señaló en el artículo que las conclusiones del estudio «son coherentes con un creciente conjunto de pruebas de que la depresión tiene importantes efectos adversos en el desempeño laboral, tanto por el absentismo como por el comportamiento en el trabajo».

La depresión tiene un efecto mayor sobre la asistencia y la productividad que «la gran mayoría de otras condiciones de salud, con excepción quizá de los problemas músculo-esqueléticos y el insomnio», añadió.

Kessler dijo que esas conclusiones han llevado al desarrollo de varios programas para detectar la depresión en el sitio de trabajo y para tratar a los trabajadores afectados.

«Las evaluaciones empiezan a mostrar que estos programas pueden ser eficientes en términos de costos cuando se aplican cuidadosamente en la reducción de los costos indirectos de la depresión», añadió.

UNO DE CADA CUATRO

Según la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el trabajo, el estrés laboral afecta a uno de cada cuatro empleados



Una persona trabaja en una oficina con piezas de fruta en su escritorio. Los ritmos de trabajo alteran también los hábitos de alimentación y causan estrés. Víctor LERENA | EFE

europes y entre un 50% y un 60% de las bajas laborales se deben a este problema. El informe de la Agencia, publicado el pasado verano, coincide con las conclusiones que recoge el estudio estadounidense al subrayar que el estrés laboral supone un enorme costo tanto en sufrimiento humano como en perjuicios económicos.

PERJUICIO ECONÓMICO

Este organismo calcula que el perjuicio económico en la UE-15 ascendía a 20.000 millones de euros hace ya siete años, una cantidad que puede haberse duplicado en la actualidad, ya que el estudio auguraba que esta patología irá en aumento.

A este respecto, indica el mundo laboral ejerce sobre los trabajadores cada vez mayor presión en forma de flexibilidad de funciones, contratación temporal, inseguridad en el trabajo, mayores ritmos de actividad, y desequilibrios con la vida familiar. Además, como clave en la prevención del estrés, la Agencia Europea señala que debe atenderse a la gestión del trabajo, ya que actualmente suele ir dirigida más que a las personas que a las organizaciones. Así, propone medidas como conceder a los trabajadores tiempo suficiente para realizar sus tareas así como descripciones claras de su trabajo y recompensas por un buen rendimiento.

Las personas con depresión mostraron dificultades para ajustarse al ritmo de trabajo, desempeñar tareas físicas y para el manejo de su carga de trabajo habitual