

TERTULIAS ABIERTAS --- SOLASALDI IREKIAK



29 DE OCTUBRE - URRIAK 29 / 19.00 H.

HIKA ATENEO - TRAVESÍA DE LAS ESCUELAS 1, BILBAO

CUANDO EL TRABAJO NOS ENFERMA: EMPLEO Y SALUD MENTAL

LANAK GAIXOTZEN GAITUENEAN: ENPLEGUA ETA OSASUN MENTALA

PARTICIPAN / PARTE-HARTZAILEAK:

ERIKA VALERO

SOCIÓLOGA Y ENFERMERA. GRUPO DE INVESTIGACIÓN OPIK DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD Y CAMBIO DEMOGRÁFICO (UPV/EHU) / SOZIOLOGOA ETA ERIZAINA. OPIK OSASUNAREN DETERMINATZAILE SOZIALAK ETA ALDAKETA DEMOGRAFIKOA IKERKETA-TALDEA (UPV/EHU)

FÉLIX GILETE

PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN HIRIGOYEN CONTRA EL ACOSO LABORAL / LANEKO JAZARPENAREN AURKAKO HIRIGOYEN ELKARTEKO PRESIDENTEA

ALFONSO RÍOS

RESPONSABLE DE SALUD LABORAL DE CC.OO DE EUSKADI / EUSKADIKO CC.OO.KO LAN OSASUNEN ARDURADUNA

+INFO: BILBAOBIZKAIAPeopleSMuseum.com



BILBAO | PEOPLE'S
BIZKAIA | MUSEUM

hika
ateneo

CUANDO EL TRABAJO NOS ENFERMA: EMPLEO Y SALUD MENTAL

En las últimas décadas, las transformaciones en el mundo del trabajo han sido profundas y aceleradas. La globalización, la digitalización, las nuevas formas de gestión y la creciente precarización han modificado no solo la organización del empleo, sino también la experiencia subjetiva de quienes trabajan. En este contexto, la salud mental ha emergido como un ámbito de especial preocupación, revelando con claridad que las condiciones laborales no son solo un asunto económico o productivo, sino también una cuestión de dignidad, bienestar y justicia social.

El trabajo constituye una dimensión esencial de la vida humana: estructura el tiempo, da sentido, posibilita la autonomía y el reconocimiento social. Sin embargo, cuando se convierte en fuente de inseguridad, presión constante, aislamiento o acoso, puede transformarse en un espacio de sufrimiento. La idea de que el trabajo “nos enferma” interpela tanto a las instituciones como a la sociedad en su conjunto, al recordarnos que la salud mental no es únicamente un asunto individual, sino una construcción colectiva que depende de los entornos en los que vivimos y trabajamos.

Conscientes de la necesidad de reflexionar sobre estas cuestiones, proponemos un espacio de diálogo interdisciplinar en el que se abordará este problema desde tres perspectivas complementarias.

En primer lugar, una mirada analítica desde la sociología examinará cómo las dinámicas del mercado laboral, la precariedad y la intensificación del trabajo afectan a la salud mental y al tejido social.

A continuación, una aproximación de acompañamiento individual permitirá acercarnos a las vivencias de quienes han sufrido acoso laboral u otras formas de violencia psicológica en el ámbito profesional, así como a las estrategias de apoyo y

LANAK GAIXOTZEN GAITUENEAN: ENPLEGUA ETA OSASUN MENTALA

Azken hamarkadetan, lan munduan aldaketak sakonak eta bizkorak izan dira. Globalizazioak, digitalizazioak, kudeaketa modu berriek eta prekarizazio gero eta handiagoak enpleguaren antolaketa ez ezik, lan egiten dutenen esperientzia subjektiboa ere aldatu dute. Testuinguru horretan, osasun mentala kezka bereziko eremu gisa azaleratu da, argi eta garbi azalduz lan baldintzak ez direla soilik gai ekonomiko edo produktibo bat, baizik eta baita duintasun, ongizate eta justizia sozialeko kontu bat ere.

Lana giza bizitzaren funtsezko dimentsioa da: denbora egituratzen du, zentzua ematen du, autonomia eta aitorpen soziala ahalbidetzen ditu. Hala ere, segurtasunik ezaren, presio etengabearen, isolamenduaren edo jazarpenaren iturri bihurtzen denean, sufrimendu-espazio bihur daiteke. Lanak "gaixotu" egiten gaituela pentsatzeak erakundeei eta gizarte osoari eragiten die, osasun mentala gai indibiduala ez ezik, bizi eta lan egiten dugun inguruneen mende dagoen eraikuntza kolektiboa dela gogoraraztean.

Gai horiei buruz hausnartzeko beharraz jabetuta, diziplinarteko elkarriktarako gune bat proposatzen dugu, arazoari hiru ikuspegi osagarritatik heltzeko.

Lehenik eta behin, soziologiaren ikuspegi analitiko batek aztertuko du lan merkatuaren dinamikek, prekarietateak eta lanaren areagotzeak nola eragiten dioten osasun mentalari eta gizarte ehunari.

Ondoren, banakako laguntzaren hurbilketa batek aukera emango digu laneko jazarpena edo beste indarkeria psikologiko mota batzuk jasan dituztenen bizipenetara hurbiltzeko, bai eta esku-hartze komunitariotik eskain daitezkeen laguntza eta erreparazio estrategietara hurbiltzeko ere.

Azkenik, ikuspegi sindikal batek agerian utziko du osasunerako eskubidea – baita mentala ere

reparación que pueden ofrecerse desde la intervención comunitaria.

Por último, una perspectiva sindical pondrá de relieve la necesidad de reivindicar el derecho a la salud -también mental- como un componente esencial de la defensa de los derechos laborales, impulsando políticas y acciones que garanticen entornos de trabajo saludables, seguros y respetuosos con la persona.

Con esta mesa redonda queremos contribuir a una reflexión compartida sobre el modo en que concebimos el trabajo y sus efectos sobre la vida. Porque repensar el vínculo entre empleo y salud mental no es solo un ejercicio académico o técnico, sino un compromiso ético y social con el bienestar de las personas trabajadoras y con la construcción de un futuro laboral más humano.

– aldarrikatu behar dela, lan eskubideen defentsaren funtsezko osagai gisa, lan ingurune osasungarriak, seguruak eta pertsonarekiko errespetuzkoak bermatuko dituzten politikak eta ekintzak bultzatuz.

Mahai-inguru honen bidez, lana ulertzeko moduari eta horrek bizitzan dituen ondorioei buruzko hausnarketa partekatu bat egiten lagundu nahi dugu. Izan ere, enpleguaren eta osasun mentalaren arteko lotura birpentsatzea ez da ariketa akademiko edo tekniko bat soilik, baizik eta langileen ongizatearekiko eta lan etorkizun humanoagoa eraikitzearekiko konpromiso etiko eta soziala.

PARTICIPAN	PARTE-HARTZAILEAK
-------------------	--------------------------

ERIKA VALERO

Enfermera, doctora en Sociología, con Máster en Salud Pública, profesora de la Facultad de medicina y Enfermería de la UPV/EHU. Sus ámbitos de estudio principales se relacionan con las desigualdades en salud, los efectos de la precariedad laboral en la salud y la evaluación de diferentes estrategias y fenómenos vinculados con la salud a través de técnicas de investigación cualitativas. Pertenece al equipo de investigación OPIK Determinantes Sociales de la Salud y Cambio Demográfico (UPV/EHU)

<https://www.ehu.eus/es/web/opik>

Erizaina, Soziologian doktorea, Osasun Publikoko masterra duena, UPV/EHUko Medikuntza eta Erizaintza Fakultateko irakaslea. Bere azterketa-eremu nagusiak osasun-arloko desberdintasunekin, lan-prekarietateak osasunean dituen ondorioekin eta ikerkuntza-teknika kualitatiboen bidez osasunarekin lotutako estrategia eta fenomenoaren ebaluazioarekin lotzen dira. OPIK Osasunaren Determinatzaile Sozialak eta Aldaketa Demografikoa (UPV/EHU) ikerketataldeko kidea da

<https://www.ehu.eus/es/web/opik>

- Valero E, Utzet M, Martín U. ¿Cómo afectan las distintas dimensiones de la precariedad laboral a la salud mental?, *Gaceta Sanitaria* 2022;36(5):477-483. DOI: 10.1016/j.gaceta.2021.11.006
- Valero E, Martín U, Bacigalupe A, Utzet M. The impact of precarious jobs on mental health: a gender-sensitive literature review, *International Archives of Occupational and Environmental Health*. 2021;94(4):577-89. DOI: 10.1007/s00420-020-01605-7
- Utzet M, Valero E, Mosquera I, Martín U. Employment precariousness and mental health, understanding a complex reality: a systematic review. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 2020;33(5):569-98. DOI: 10.13075/ijomeh.1896.01553

FÉLIX GILETE

Presidente de la Asociación Hirigoyen contra el acoso moral en el trabajo.

<https://asociacion-hirigoyen.org/>

Laneko jazarpen moralaren aurkako Hirigoyen Elkarteko lehendakaria.

<https://asociacion-hirigoyen.org/>

ALFONSO RÍOS

Secretaría de Salud Laboral, Medio Ambiente, Política Lingüística y Movimientos Sociales. CC.OO. Euskadi. <https://ccoo.eus/>

Lan Osasuna, Ingurumena, Hizkuntza Politika eta Gizarte Mugimenduetako Idazkaritza. Euskadiko Langile Komisioak.

<https://ccoo.eus/>

- LGTBIfobia en el trabajo: incremento de los riesgos psicosociales y pautas para la prevención. <https://www.elsaltodiario.com/lgtbifobia/lgtbifobia-trabajo-riesgos-psicosociales-prevencion>
- Es necesaria la participación de las personas trabajadoras en la prevención de riesgos laborales. https://www.euskadi.eus/contenidos/entrevista/entrevista_210325_alfonso_rios/es_def/
- Reconocen como accidente laboral la baja por ansiedad de una trabajadora de limpieza de Bizkaia. <https://www.naiz.eus/eu/info/noticia/20250828/reconocen-como-accidente-laboral-la-baja-por-ansiedad-de-una-trabajadora-de-limpieza-de-bizkaia>
- La aplicación del punto de vista de género para la defensa de la salud laboral de las mujeres trabajadoras. <https://doi.org/10.1387/lan-harremanak.25211>