



## RISCOS PSICOSSOCIAIS

O mundo laboral sofreu uma mutação profunda nos últimos tempos, o trabalho deixou de se centrar na produção industrial em massa para se focar na prestação de serviços. Com todas estas alterações surgiram também novos riscos para a segurança e saúde dos trabalhadores, os riscos psicossociais.

De acordo com a definição da Organização Internacional do Trabalho – OIT, os riscos psicossociais são as interações que se produzem entre o trabalho e as pessoas, com as suas capacidades, necessidades e condições de vida fora do trabalho. O equilíbrio que se estabelece entre estas relações apresenta uma influência decisiva no rendimento, na satisfação e na saúde do indivíduo.

### FUNDAMENTO LEGAL

**De acordo com o previsto no artigo 15.º da Lei n.º 102/2009, de 10 de Setembro e respectivas alterações, são obrigações gerais do empregador, assegurar, nos locais de trabalho, que as exposições aos agentes químicos, físicos e biológicos e aos factores de risco psicossociais não constituam risco para a segurança e saúde do trabalhador.**

**O conceito de factores psicossociais, designa as condições que se encontram presentes numa situação laboral:**

- **A organização do trabalho:** Estabelece o que se produz, com quê, em quanto tempo e em que quantidade, criando como factores de risco o ritmo de trabalho, monotonia, horários, relações interpessoais.
- **O conteúdo do trabalho:** O significado que a tarefa tem para quem executa, a motivação, autonomia, o ritmo de trabalho e a responsabilidade.
- **Estrutura da organização empresa:** Tipo de gestão na empresa e se as chefias reúnem a confiança da generalidade dos trabalhadores, evitando assim conflitos.

### CONSEQUÊNCIAS PARA O TRABALHADOR

**As principais consequências sobre a saúde e o bem-estar do trabalhador, decorrentes de condições psicossociais desfavoráveis são:**

- Carga mental,
- Stress,
- Insatisfação laboral,
- Dificuldades de relacionamento,
- Desmotivação...

### ALGUNS EXEMPLOS DOS NOSSOS DIAS

**Stress:** Constitui uma das maiores causas de doenças relacionadas com o trabalho na União Europeia. É causado por um desajuste entre o indivíduo e o trabalho.

**Assédio moral/sexual no trabalho:** Um comportamento injustificado e continuado de perseguição e pressão psicológica para um trabalhador ou grupo de trabalhadores, com a possibilidade de constituir um risco para a sua saúde e segurança.

**Violência no Trabalho:** Uma situação na qual um indivíduo ou grupo de indivíduos é alvo, no local de trabalho, de actos de agressão ou violência sob a forma de agressão física, verbal ou comportamento desrespeitador, por parte de clientes e ou utilizadores.

### AVALIAÇÃO DE RISCOS

**Uma avaliação é uma abordagem correcta destes riscos, permite a sua prevenção e respectiva gestão, em qualquer tipo de empresa.**

**Este diagnóstico permite avaliar os factores psicossociais e acima de tudo determinar medidas a adoptar, para eliminar ou reduzir os seus efeitos na saúde dos trabalhadores.**

**Com uma abordagem correcta, estes riscos podem ser prevenidos e geridos com sucesso.**

**A Fermabe pode prestar qualquer esclarecimento que necessite acerca deste tema.**

*Mente sã em corpo sã*