INTERNACIONAL

Se pierden 12 mil millones de días laborales por depresión y ansiedad en trabajadores

29 de septiembre de 2022 · 5 min de lectura

Debido a la depresión y ansiedad que viven miles de personas económicamente activas en el mundo, se pierden alrededor de 12.000 millones de días de trabajo cada año, esto se traduce en una pérdida económica de casi un billón de dólares, así lo informaron la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Internacional del Trabajo (OIT), por lo que hicieron un llamado a las naciones para accionar ante los problemas de salud mental en el entorno laboral.

El pasado 28 de septiembre se publicaron las Directrices mundiales de la OMS sobre salud mental en el trabajo y una nota conjunta con la OIT. En dichas directrices se recomiendan medidas para hacer frente a los riesgos para la salud mental, como la gran carga de trabajo, los comportamientos negativos y otros factores que generan angustia en el trabajo. Esta es la primera vez que la OMS recomienda la formación de los directivos para que puedan prevenir los entornos laborales estresantes y responder a los trabajadores que sufren.

De acuerdo con el Informe Mundial de Salud Mental de la OMS de junio 2022, mostró que de los mil millones de personas que viven con un trastorno mental en 2019, el 15% de los adultos en edad de trabajar experimentaron un trastorno mental. Esto significa que el trabajo amplifica problemas sociales más amplios que afectan negativamente a la salud mental, como la discriminación y la desigualdad. La intimidación y la violencia psicológica (también conocida como "mobbing") es una queja clave de acoso laboral que tiene un impacto negativo en la salud mental. Sin embargo, hablar o revelar la salud mental sigue siendo un tabú en los entornos laborales de todo el mundo.

La pandemia por COVID-19 provocó un aumento del 25% en la ansiedad y la depresión general a nivel mundial, esto exhibió la falta de preparación de los gobiernos para lidiar con su impacto en la salud mental y reveló una escasez de los recursos de salud mental a nivel mundial. La ONU estima que, en 2020, los gobiernos de todo el mundo gastaron una media de sólo el 2% de los presupuestos sanitarios en salud mental, y los países de renta media-baja invirtieron menos del 1%.

Por su parte, el director general de la OMS, Tedros Adhanom Ghebreyesus, detalló en el prólogo del informe que se requiere transformar actitudes, acciones, así como los enfoques para promover y proteger la salud mental, así como para proporcionar cuidados y atención a quienes lo necesitan para alcanzar los objetivos mundiales establecidos en el Plan de acción integral sobre salud mental 2013–2030 de la OMS y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

“Al hacerlo, reduciremos el sufrimiento, preservaremos la dignidad de las personas e impulsaremos el desarrollo de nuestras comunidades y sociedades. Nuestra visión es la de un mundo en el que se valora, promueve y protege la salud mental; en el que se previenen los trastornos mentales; en el que toda persona puede ejercer sus derechos humanos y acceder a una atención de salud mental asequible y de calidad; y en el que todos pueden participar plenamente en la sociedad sin estigmatización ni discriminación”, agregó.

Las directrices presentan también una serie de recomendaciones para atender las necesidades de los trabajadores con problemas de salud mental, proponen intervenciones que apoyen su reincorporación al trabajo y, en el caso de los que padecen problemas graves de salud mental, ofrecen intervenciones que facilitan la incorporación al empleo remunerado. Además, se piden intervenciones dirigidas a la protección de los trabajadores sanitarios, humanitarios y de emergencias.

"Es hora de centrarse en el efecto perjudicial que el trabajo puede tener en nuestra salud mental", refirió el director general de la OMS. Agregó que el bienestar de los trabajadores es razón suficiente para actuar ya que una mala salud mental también puede tener un impacto debilitante en el rendimiento y la productividad de una persona, por lo que estas directrices pueden ayudar a “prevenir situaciones y culturas laborales negativas y ofrecer una protección y un apoyo a la salud mental muy necesarios para los trabajadores”.

"Dado que las personas pasan gran parte de su vida en el trabajo, es fundamental contar con un entorno laboral seguro y saludable. Tenemos que invertir para construir una cultura de prevención en favor de la salud mental en el trabajo, reformar el entorno laboral para acabar con el estigma y la exclusión social, y garantizar que los empleados con problemas de salud mental se sientan protegidos y apoyados", dijo Guy Ryder, director general de la OIT.

La OMS y la OIT explican en estas directrices estrategias prácticas para los gobiernos, los empleadores, así como los trabajadores y sus organizaciones en los sectores público y privado, con el objetivo de apoyar la prevención de los riesgos para la salud mental, proteger y promover la salud mental en el trabajo, y apoyar a las personas con problemas de salud mental para que puedan participar y prosperar en el mundo del trabajo.

Publicado en Punto de Referencia. Dirección original: https://puntodereferencia.mx/internacional/se-pierden-12-mil-millones-de-dias-laborales-por-depresion-y-ansiedad-en-trabajadores
Descargado el 21 de noviembre de 2026.