

Índice General

Página

PALABRAS DEL AUTOR Y AGRADECIMIENTOS A LA 2.^a EDICIÓN.....	21
PRÓLOGO A LA 2.^a EDICIÓN.....	23
INTRODUCCIÓN	
LA PSICOSOCIOLOGÍA COMO BRÚJULA ESTRATÉGICA: DE LA OBLIGATORIEDAD LOCAL AL IMPERATIVO GLOBAL	27
 CAPÍTULO 1	
ORIGEN Y ANTECEDENTES.....	31
Introducción	31
1. Los factores psicosociales: historia del concepto.....	32
2. Psicosocial.....	38
2.1. <i>Psicología Social del Trabajo</i>	<i>39</i>
2.2. <i>Sociología de la Medicina</i>	<i>40</i>
2.3. <i>Sociología del trabajo.....</i>	<i>41</i>
2.4. <i>Sociología industrial</i>	<i>42</i>
2.5. <i>Psicología de la Salud Laboral</i>	<i>43</i>
2.6. <i>Psicología de la Salud Ocupacional (PSO).....</i>	<i>43</i>
2.7. <i>Psicología del Trabajo y de las Organizaciones (PTO)....</i>	<i>44</i>
2.8. <i>La Macroergonomía</i>	<i>45</i>
2.9. <i>Sistema Sociotécnico</i>	<i>46</i>

	<u><i>Página</i></u>
2.10. <i>Psicología Positiva</i>	47
2.11. <i>La Seguridad psicológica</i>	49
3. Los orígenes de la Ergonomía	50
3.1. <i>Avances por lo civil y lo militar</i>	51
3.2. <i>El marco de la CECA y las investigaciones ergonómicas</i> ..	52
3.3. <i>La creación de la Asociación Española de Ergonomía (AEE)</i>	54
3.4. <i>La Asociación Internacional de Ergonomía (IEA)</i>	55
3.5. <i>La creación de la Asociación Asturiana de Ergonomía (PREVERAS)</i>	56
3.5.1. El logotipo de PREVERAS.....	56
4. La ergonomía y la psicosociología aplicada: una especialidad preventiva	57
4.1. <i>Psicosociología Aplicada. La perspectiva cultural y social de la especialidad preventiva</i>	61
4.1.1. Formación y especialización en Psicosociología Aplicada	63
5. Síntesis del capítulo	67
 CAPÍTULO 2	
FACTORES, RIESGOS Y DAÑOS PSICOSOCIALES	69
Introducción	69
1. El paso del tiempo en lo psicosocial	73
2. Factores de riesgo psicosociales	74
3. Vigilancia de la salud por exposición a riesgos psicosociales	82
3.1. <i>Cuestionario de Salud Total de Goldberg o General Health Questionnaire</i>	88
3.1.1. El protocolo de vigilancia de la salud por riesgos psicosociales	90
3.2. <i>Estrés postraumático</i>	93

	<i><u>Página</u></i>
4. Factores de riesgo psicosociales y siniestralidad laboral (accidentes y enfermedades)	96
4.1. <i>Factores psicosociales y accidentes de trabajo</i>	97
4.1.1. Los Precursores del Error: condiciones previas al fallo humano	99
4.1.2. Seguridad Basada en el Comportamiento (SBC). ..	102
4.2. <i>Relación entre factores psicosociales y enfermedades profesionales. trastornos musculoesqueléticos (TME).....</i>	105
4.2.1. Tiempo de trabajo, trabajo a turnos y cáncer. ...	109
5. Las psicopatologías laborales en la legislación española ..	110
6. Síntesis del capítulo	112
7. Caso de estudio	112

CAPÍTULO 3

FACTORES ORGANIZACIONALES E INDIVIDUALES	119
Introducción	119
1. Indicadores <i>a priori</i> relacionados con los riesgos psicosociales	121
2. Factores organizacionales.....	122
2.1. <i>La carga de trabajo</i>	122
2.2. <i>El conflicto y la ambigüedad del rol.</i>	127
2.3. <i>Nuevos riesgos organizacionales</i>	127
2.3.1. Injusticia organizacional	128
2.3.2. Deficiente liderazgo	130
2.3.3. El aislamiento	132
2.3.4. El teletrabajo.....	133
2.3.5. El reconocimiento en el trabajo	136
3. Variables individuales. aspectos psicológicos	137
3.1. <i>Género y riesgos psicosociales</i>	141
3.2. <i>Edad, envejecimiento y riesgos psicosociales</i>	147
4. Síntesis del capítulo	149

CAPÍTULO 4

RESISTENCIAS, RESILIENCIA Y REALIDAD PSICOSOCIAL 151

Introducción	151
1. Una realidad: la crisis	152
1.1. <i>Informes y datos actuales sobre los riesgos psicosociales</i> ...	154
2. La resiliencia y el compromiso individual	162
2.1. <i>La Resiliencia</i>	162
2.2. <i>Compromiso con la organización o «engagement»</i>	163
3. La situación de los RPS en Latinoamérica	165
3.1. <i>Chile</i>	165
3.2. <i>Colombia</i>	168
3.3. <i>Perú</i>	175
3.4. <i>Argentina</i>	177
3.5. <i>Ecuador – Panorama Normativo de los Riesgos Psicosociales</i>	180
3.6. <i>México</i>	184
3.7. <i>Uruguay</i>	190
4. Síntesis del capítulo	194

CAPÍTULO 5

TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN Y DE EVALUACIÓN

Introducción	195
1. Observación	198
1.1. <i>Tipos de observación</i>	199
1.1.1. <i>Observación según las características de la situación</i>	199
1.1.2. <i>Observación según la intervención del observador</i>	200

	<u><i>Página</i></u>
1.1.3. Observación según la clase de conducta observa- da	201
1.1.4. Observación según los instrumentos y registro de datos	201
1.2. <i>Fuentes de sesgo de la observación</i>	202
2. El cuestionario	203
3. La entrevista	206
3.1. <i>Tipos de entrevista</i>	207
3.2. <i>Concepto y tipos de sesgos</i>	208
3.3. <i>Las escalas</i>	208
3.3.1. Escala Likert	209
4. Algunas claves para evaluar los riesgos psicosociales	213
5. Las técnicas de evaluación de los riesgos psicosociales ...	215
5.1. <i>Los ítems ipsativos en la evaluación de los riesgos psicoso- ciales</i>	217
5.2. <i>Evaluación del riesgo psicosocial. Técnicas estándar</i>	220
5.2.1. Método F-PSICO	221
5.2.2. Método MentallyPro	226
5.2.3. El método ISTAS	231
5.2.4. MPF (Mini Psychosocial Factors)	235
6. Síntesis del capítulo	244
7. Caso de estudio	244
CAPÍTULO 6	
COSTE Y CONSECUENCIAS DE LOS RIESGOS	
PSICOSOCIALES. SALUD MENTAL, ABSENTISMO	247
Introducción	247
1. El coste de las patologías mentales	253
2. El absentismo	256
2.1. <i>Causas del absentismo</i>	258

	<u>Página</u>
2.2. <i>El absentismo psíquico o presentismo</i>	261
3. Síntesis del capítulo	265
 CAPÍTULO 7	
EL POLISÉMICO ESTRÉS	267
Introducción	267
1. Los orígenes del término	268
2. Los modelos de estrés laboral	273
2.1. <i>El estrés laboral y los «tres estreses»</i>	275
2.2. <i>El modelo transaccional</i>	280
2.2.1. Instrumento para medir la escala de estrés percibido	283
3. Situaciones de estrés	284
3.1. <i>Factores de estrés</i>	286
3.2. <i>Modelos de estrés laboral</i>	287
3.2.1. Modelo DC de Robert Karasek	288
3.2.1.1. Cuestionario Demanda-Control de Karasek	295
3.2.2. Modelo ERI de Johannes SIEGRIST o modelo de Desequilibrio Esfuerzo/Recompensa	297
3.2.2.1. Cuestionario ERI (Effort-Reward Imbalance)	300
3.3. <i>Otras técnicas para la evaluación del estrés</i>	301
4. Las consecuencias del estrés	302
4.1. <i>Biomarcadores y riesgo psicosocial</i>	302
5. Prevención del estrés	304
5.1. <i>Estrategias individuales para reducir el estrés laboral</i>	304
5.2. <i>Prevención del estrés. Acciones sobre la organización</i>	304
5.2.1. Estrategias a nivel organizacional	305
5.3. <i>La prevención de Estrés en el Trabajo. La Guía de la OIT</i>	306

	<u>Página</u>
5.4. <i>Novedades sobre el estrés (2015-2025)</i>	309
6. El tiempo de trabajo y el descanso. La recuperación para el trabajo	309
6.1. <i>¿Estrés postvacacional, síndrome o leve depresión?</i>	311
6.1.1. Recomendaciones	312
7. Síntesis del capítulo	313
8. Casos de estudio	313
 CAPÍTULO 8	
BURNOUT O SÍNDROME DEL QUEMADO.	323
Introducción	323
1. Definición de <i>burnout</i>	324
2. Evolución del <i>burnout</i>	327
3. El trabajo emocional.	328
4. Situación actual y síntesis de las investigaciones	329
5. Desarrollo del proceso de quemarse por el trabajo	332
5.1. <i>Instrumentos de medida del burnout.</i>	334
5.2. <i>Instrumento de valoración Maslach Burnout Inventory (MBI).</i>	334
6. Antecedentes del <i>burnout</i>	339
7. Consecuencias del <i>burnout</i>	345
8. Estrategias de intervención o afrontamiento sobre el <i>burnout</i>	351
9. Sentencias y tratamiento legal del <i>burnout</i>	355
10. La prevención del <i>burnout</i> en las organizaciones. Efectos de la IA.	357
11. Síntesis del capítulo	358
12. Caso de estudio	358
13. Referencias del caso de estudio	366

CAPÍTULO 9

MOBBING O ACOSO PSICOLÓGICO EN EL TRABAJO	367
Introducción	367
1. Los orígenes	369
2. Los factores de riesgo del <i>mobbing</i>.	373
3. Sectores con más casos de acoso.	376
4. Los perfiles de la víctima y el acosador	377
4.1. <i>Tipologías del mobbing</i>	<i>379</i>
4.2. <i>El Convenio n.º 190/2019 de la OIT, sobre la eliminación de la violencia y el acoso en el trabajo.</i>	<i>381</i>
5. Metodologías y técnicas de valoración	383
6. La gestión del acoso por el especialista	388
7. Las conductas de acoso	389
8. Los protocolos y procedimientos de gestión de conflictos de acoso laboral y otras situaciones afines	392
9. La prevención del acoso psicológico	398
10. Aspectos jurídicos en España relacionados con el acoso psicológico.	399
11. Power harassment. abuso de poder jerárquico y consecuencias para el trabajador.	400
12. Los criterios técnicos de la inspección de trabajo (ITSS) .	403
13. Síntesis del capítulo	404

CAPÍTULO 10

LA VIOLENCIA FÍSICA: DE ADENTRO Y DE AFUERA	407
Introducción	407
1. Violencia en el lugar de trabajo	410
2. Tipos de violencia	412

	<u><i>Página</i></u>
3. Causas de la violencia.	417
4. Consecuencias de la violencia	418
5. Prevención de la violencia.	418
5.1. <i>Acciones para después de los incidentes violentos</i>	421
5.2. <i>Violencia a los profesionales sanitarios</i>	423
6. Síntesis del capítulo	426
7. Caso de estudio	426
CAPÍTULO 11	
LA VIOLENCIA SEXUAL EN EL ÁMBITO LABORAL	431
Introducción	431
1. Concepto	432
2. Referencias en la normativa	433
3. Tipos de acoso sexual	437
4. Consideraciones sobre el acoso sexual	439
5. Consecuencias	439
6. Prevención y actuación	439
7. Síntesis del capítulo	440
CAPÍTULO 12	
ERGOMANÍA, SUICIDIOS Y AUTOPSIAS	443
Introducción	443
1. La adicción al trabajo o Ergomanía.	444
1.1. <i>Características de la adicción al trabajo</i>	447
1.2. <i>Perfil del laboradicto o trabajólico</i>	448
1.3. <i>Tipologías investigadas</i>	449
1.4. <i>Situación actual</i>	450
2. Conciliación, desconexión	451

3. Carga mental, tecno estrés, fatiga mental, inteligencia artificial	452
4. Caso de estudio	458
4.1. <i>Los suicidios en el trabajo</i>	460
4.2. <i>La muerte por exceso de trabajo (o karoshi) en Japón</i>	465
4.3. <i>Las autopsias psicológicas. Investigar la contingencia</i>	466

CAPÍTULO 13

PARECIDO PERO DIFERENTE. LA SALUD MENTAL Y LOS RIESGOS PSICOSOCIALES SON OTRA COSA	471
Introducción	471
1. Responsabilidad Social Empresarial	475
2. EFR Modelo de Gestión de Empresa Familiarmente Responsable	477
3. Clima Organizacional Laboral (CO)	477
3.1. <i>Dimensiones del clima organizacional</i>	479
4. Calidad de vida Laboral	483
5. Satisfacción e insatisfacción en el trabajo (SL)	484
6. Empresas saludables	488
7. Las Mejores Empresas para Trabajar	491
8. Síntesis del capítulo	494

CAPÍTULO 14

TOMAR MEDIDAS. LA INTERVENCIÓN	495
Introducción	495
1. La intervención psicosocial	501
1.1. <i>El Proceso de Intervención</i>	504
1.2. <i>Un procedimiento de intervención en la empresa</i>	510
2. Modalidades de intervención	512

	<i><u>Página</u></i>
2.1. <i>Prevención Primaria</i>	513
2.1.1. Lego Serious Play	514
2.2. <i>Prevención Secundaria</i>	519
2.2.1. Prevención Secundaria Intervención psicosocial centrada la organización	520
2.2.1.1. Implementar un sistema de gestión de conflictos	520
2.2.1.2. Mediación.....	521
2.2.1.3. DISC y su aportación interpretativa en la intervención psicosocial	521
2.2.1.4. Plan de formación en el estrés y la sa- lud mental.	523
2.2.1.5. Formación de socorristas en Salud Mental (PASM)	524
2.2.2. Prevención Secundaria Intervención psicosocial centrada en el individuo	525
2.3. <i>Prevención Terciaria</i>	533
2.3.1. La reincorporación al trabajo tras una Incapaci- dad Temporal por un problema de salud mental .	534
3. Síntesis del capítulo	538
BIBLIOGRAFÍA	539