



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació

Informació sobre l'avaluació de riscos psicosocials

Mètode F-PSICO 4.0 del INSST

2023

Llei 31/1995, de Prevenció de Riscos Laborals

- (...) L'empresari ha de garantir la seguretat i la salut dels treballadors al seu servei en tots els aspectes relacionats amb el treball (art 14).
- (...) Condicions de treball (...) totes aquelles característiques del treball, incloses les relatives a l'organització i l'ordenació (art 4.d).

RD 39/1997, Reglament dels serveis de prevenció

Art 3.1. Avaluació de riscos

- L'avaluació dels riscos laborals és el procés adreçat a estimar la magnitud d'aquells riscos que no s'hagin pogut evitar per tal d'obtenir la informació necessària perquè l'empresari estigui en condicions de prendre una decisió adequada sobre la necessitat d'adoptar mesures preventives i, en aquest cas, sobre el tipus de mesures que s'hagin d'adoptar.

Què són els Riscos Psicosocials?

Segons l'Agència Europea de Seguretat i Salut en el Treball “Els riscos psicosocials són aquells aspectes del disseny, organització i direcció del treball i del seu entorn social que poden causar danys psíquics, socials o físics a la salut dels treballadors”.

Conseqüències

- Les conseqüències per a la salut física, mental i social poden ser molt greus.

Objectius de l'avaluació de Riscos Psicosocials

- ❑ Detectar les situacions de risc psicosocial.
- ❑ Establir estratègies d'intervenció adequades per tal de millorar les condicions psicosocials.
- ❑ Afavorir la salut física, psíquica o social i el desenvolupament de la feina.

Els danys que poden causar depenen

- De les condicions objectives de l'organització.
- De les característiques i habilitats d'adaptació dels individus exposats al risc.
- De la percepció dels problemes.

Danys individuals

- Insatisfacció laboral.
- Fatiga.
- Fatiga crònica.
- Estrès.
- Malalties.
- Accidents.
- ...
- Mort.

Alguns símptomes d'insatisfacció a la feina

- Procurar fugir de la feina.
- Sentir l'insuportable pas de la jornada.
- Aïllament.
- Desinterès per projectes.
- Desesperança.

Conseqüències econòmiques

- Absentisme.
- Errors.
- Accidents.
- Despeses Seguretat Social.
- Pèrdua eficàcia.
- Pèrdua eficiència.
- Pèrdua productivitat i competitivitat.
- Deteriorament economia general.
- ...

Prejudicis

- L'estrès, en algunes feines, va en el sou.
- L'estrès depèn de la persona. No es pot avaluar.
- Hi ha empreses que no tenen riscos psicosocials.
- Hi ha llocs de treball que no tenen riscos psicosocials.
- Els riscos psicosocials no es poden identificar.
- ...

Mètode d'avaluació de factors psicosocials F-PSICO 4.0 del INSHT

- ❑ NTP 443 del INSHT- Factors psicosocials: Metodologia d'avaluació.
- ❑ NTP 450 del INSHT- Factors psicosocials: fases per a la seva avaluació.
- ❑ NTP 702 del INSHT- El procés d'avaluació dels factors psicosocials.
- ❑ NTP 926 del INSHT- Factors psicosocials: Metodologia d'avaluació.

Definició de factors de risc psicosocial

Són aquelles condicions presents en una situació laboral directament relacionades amb l'organització del treball i el seu entorn social, amb el contingut del treball i la relació de la tasca i que es presenten amb capacitat per afectar el desenvolupament del treball i la salut (física, psíquica o social) del treballador o treballadora.

Fases de l'avaluació

- Recull d'informació del centre de treball i de la seva situació.
- Entrevista amb l'equip directiu.
- Administració d'enquestes a tot el personal del centre.
- Entrevistes individuals (si cal).
- Anàlisi de la informació.
- Elaboració de l'informe i establiment d'estratègies d'intervenció per tal de millorar les condicions psicosocials.
- Presentació de resultats.

Factors de risc:

- Temps de treball (**TT**)
- Autonomia (**AU**)
- Càrrega de treball (**CT**)
- Demandes psicològiques (**DP**)
- Varietat/contingut (**VC**)
- Participació/Supervisió (**PS**)
- Interès pel treballador/Compensació (**ITC**)
- Desenvolupament de rol (**DR**)
- Relacions i suport social (**RAS**)

Factor: Temps de treball

Aquest factor avalua l'**impacte del temps de treball** en els períodes del temps de treball des de la consideració dels períodes de descans que permet l'activitat, de la seva quantitat i qualitat i de l'efecte del temps de treball en la vida social.

Es considera inadequada l'organització que no compleix els mínims establerts per la legislació i que dificulta l'equilibri entre la vida laboral i els compromisos socials i familiars.

Factor: Autonomia de treball

Condicions de treball referents a la capacitat i possibilitat individual per a gestionar i prendre decisions tant sobre aspectes de l'estructuració temporal de l'activitat laboral, com sobre qüestions de procediment i organització del treball.

- ❑ **Autonomia temporal:** Discrecionalitat concedida al treballador o la treballadora sobre la gestió d'alguns aspectes de l'organització temporal de treball i descansos.
- ❑ **Autonomia per decidir:** Capacitat del treballador o la treballadora per influir en el desenvolupament quotidià del seu treball.



Factor: Càrrega de treball

Nivell de demanda de treball a la que el treballador o la treballadora ha de fer front.

Es valora en tres blocs:

- Pressions de temps**
- Esforç d'atenció**
- Quantitat i dificultat de la feina**

El risc associat a la càrrega de treball fa referència tant a l'excés, com a la manca de treball.

Factor: Demandes psicològiques

Es refereixen als diferents tipus d'exigències en la realització del treball.

- ❑ **Exigències cognitives:** venen definides pel grau de pressió o mobilització i d'esforç intel·lectual en funció dels requisits de maneig d'informació i coneixement, de planificació, presa d'iniciatives, etc.
- ❑ **Exigències emocionals:** degudes a la necessitat de reprimir sentiments o emocions i mantenir la compostura a la feina o l'exposició a situacions d'alt impacte emocional. Tant en la relació amb usuaris del servei, companys, caps o continguts del treball.

La situació adequada es dona quan hi ha equilibri entre les capacitats de la persona i les exigències de la feina. És a dir, no hi ha demandes excessives, ni tampoc impossibilitat d'aplicar les capacitats humanes.

Factor: Varietat / Contingut del treball

Sensació que el treball que es realitza té un significat i utilitat essent valorat i reconegut, proporcionant al treballador o treballadora un sentit més enllà de les contraprestacions econòmiques.

Factor: Supervisió / Participació

Fa referència al **control sobre el treball que exerceix el treballador o la treballadora** directament o a través de la participació en diversos aspectes relacionats amb el seu treball, i el que exerceix l'organització sobre el treballador/a través de la supervisió de la seva feina.

Els riscos associat a la **supervisió** es deriva tant de seva la inexistència, com de l'exercici d'una supervisió excessiva.

Factor: Interès pel treballador / Compensació

Grau en què l'empresa mostra una preocupació de caràcter personal i a llarg termini pel treballador o treballadora (promoció, formació, desenvolupament de carrera, informació, percepció de seguretat en el treball i d'equilibri entre el que aporta i el que rep de l'empresa).

Factor: Desenvolupament de rol

Considera els problemes que poden derivar-se de la definició d'objectius, funcions i responsabilitats dels llocs de treball.

Comprèn:

- L'ambigüitat de rol:** que resulta de la manca de definició clara de funcions i responsabilitats.
- El conflicte de rol:** que fa referència a demandes incongruents, incompatibles o contradictòries entre si o que puguin suposar un conflicte de caràcter ètic pel treballador o treballadora.

Factor: Relacions i suport social

Es refereix a les **relacions que s'estableixen entre les persones en el lloc de treball** i comprèn, per una banda, el **suport social** (de companys i companyes, caps, altres fonts) i per una altra, la **qualitat de les relacions** en especial l'exposició a situacions conflictives.

Qüestionari F-PSICO 4.0

- L'objectiu del qüestionari és conèixer alguns aspectes sobre les condicions psicosocials del treball.
- És un qüestionari anònim i es garanteix la confidencialitat de les respostes.
- Cal respondre sincerament a totes les preguntes.
- Consta de 44 preguntes, algunes d'elles múltiples, de manera que el nombre d'ítems és 89. Ofereix informació sobre 9 factors.
- És imprescindible respondre a **totes les preguntes**.



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació

