Trabajo y salud. La paradoja del trabajo y la salud

Según la OMS (Organización Mundial de la Salud) la **salud** es definida como "el estado completo de equilibrio y bienestar físico, psíquico y social, que implica la ausencia de afecciones o enfermedades". La definición no se queda en una mera ausencia de enfermedades sino que aboga por un "bienestar". Este bienestar es fácilmente entendible cuando se trata del aspecto físico. Cuesta más cuantificarlo cuando se trata del bienestar psíquico y/o social, pero también es mensurable.

Trabajamos precisamente para contribuir a ese estado de bienestar, entre otros beneficios y, a modo de ejemplo, podemos citar:

- Físico, pues trabajando podemos contribuir a satisfacer necesidades físicas e incluso contribuir a ese bienestar.
- Psíquico, pues el trabajo hace que la persona se sienta útil al resto de las personas con su trabajo y sienta realizarse sus capacidades.
- Social pues le permite relacionarse con otras personas en su entorno de trabajo.

Trabajamos para tener ese estado de equilibrio y bienestar psíquico, físico y social del que habla la OMS pero sin embargo trabajando podemos perder esa salud.

Trabajando podemos tener un perjuicio físico (una lesión, una caída, una enfermedad...) psíquico (estrés, fatiga mental...) o social (aislamiento social, trabajo a turnos...). Es la paradoja del trabajo y la salud.

Ahí precisamente tiene su sentido la prevención de **riesgos** laborales para tratar de detectar aquellos **factores de riesgo** que pueden causar un **daño**.

Uno de los problemas que tiene la prevención de riesgos es que usa un lenguaje coloquial (prevención, daño, riesgo, enfermedad, accidente, incidente...) pero con finalidad técnica. Por ejemplo el término "incidente", todos tenemos una idea de lo que puede ser un incidente... pero en prevención es un hecho que podría haber causado un daño pero no lo ha causado. Por ejemplo, cae una portería de fútbol en el patio del colegio pero no pilla a nadie debajo, no ha habido daños... aun así podría haberlo causado, eso en prevención de riesgos es un "incidente". ¿Te parece que los incidentes deberían de ser también comunicados e investigados?

Copyright 2026

Revision #2
Created 2022-02-01 11:12:00 CET by Equipo CATEDU
Updated 2022-06-22 11:00:24 CEST by Equipo CATEDU

Copyright 2026