

Salud laboral y trabajo decente como prioridad de Estado

El Día Internacional del Trabajo recuerda la lucha histórica de millones de trabajadores por condiciones laborales más justas, seguras y dignas. Más de un siglo desde su origen, esta conmemoración mantiene plena vigencia, especialmente cuando el trabajo continúa siendo, para muchas personas, un espacio de desgaste físico, emocional y mental más que una fuente de bienestar. Hoy, hablar de trabajo decente significa garantizar condiciones laborales que protejan la salud, la dignidad y la vida de quienes sostienen el desarrollo de las sociedades.

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) define el trabajo decente como aquel que se realiza con respeto a los derechos fundamentales, con remuneración justa, protección social, seguridad, estabilidad, oportunidades de desarrollo y diálogo social. Bajo esta perspectiva, la salud laboral deja de ser un aspecto complementario para transformarse en un eje central en los derechos de los trabajadores.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), en tanto, advierte que el trabajo puede ser un factor protector de la salud mental cuando ofrece estabilidad, propósito, inclusión y bienestar; sin embargo, cuando se desarrolla en condiciones deficientes, se convierte en un importante factor de riesgo para la salud.

Los entornos laborales marcados por sobrecarga, extensas jornadas, falta de personal, inseguridad contractual, violencia, acoso, discriminación, supervisión autoritaria, escaso reconocimiento y baja autonomía favorecen la aparición de riesgos psicosociales que afectan profundamente la salud mental.

Pero el impacto no se limita a la salud mental, las malas condiciones laborales también generan trastornos musculoesqueléticos, enfermedades cardiovasculares, hipertensión, agotamiento físico, burnout, ausentismo prolongado y disminución del rendimiento, entre otros.

La OMS estima que cada año se pierden 12 mil millones de días laborales por depresión y ansiedad, con un enorme impacto económico a nivel mundial. Esto se traduce en mayor ausentismo, licencias médicas prolongadas, rotación de personal y disminución del rendimiento.



Priscilla Inostroza Salazar
Académica de Enfermería
Universidad Andrés Bello

En los equipos de salud, esta situación es aún más crítica. El Consejo Internacional de Enfermeras (CIE) advierte que los entornos sanitarios se encuentran entre los más peligrosos, con exposición constante a riesgos biológicos, físicos, ergonómicos y psicológicos, además de altas cargas de trabajo y estrés permanente.

La evidencia demuestra que invertir en ambientes laborales saludables no representa un gasto, sino una estrategia de desarrollo sostenible. La prevención de riesgos psicosociales, la formación de líderes en salud mental, la disponibilidad de equipos de protección personal, las cargas laborales razonables, la participación de los trabajadores en la toma de decisiones y la existencia de políticas públicas sólidas son acciones concretas que pueden mejorar la calidad de vida y fortalecer la productividad.

Por ello, el trabajo decente debe asumirse como una verdadera política de Estado. No basta con crear empleo si éste deteriora la salud de las personas. El crecimiento económico no puede sostenerse sobre el agotamiento, la precarización o el sufrimiento silencioso de los trabajadores.

Garantizar ambientes laborales seguros, saludables y humanizados sigue siendo una tarea pendiente, urgente y una responsabilidad compartida entre gobiernos, empleadores y sociedad.