

La igualdad también es prevención.

Entornos laborales saludables e igualitarios

- ✓ Reduce absentismo
- ✓ Mejora clima laboral
- ✓ Aumenta productividad
- ✓ Cumple con la normativa
- ✓ Protege la salud mental

Marco normativo



Ley 31/1995, Obliga a evaluar todos los riesgos, incluidos los psicosociales.

Ley Orgánica 3/2007. Establece la igualdad efectiva en el ámbito laboral.

Real Decreto 901/2020. Regula los planes de igualdad en las empresas.

“Integrar la salud mental y la perspectiva de género en la prevención de riesgos laborales permite crear entornos de trabajo más seguros, inclusivos y saludables para todas las personas”

¡Te esperamos!

Font i Monteros, 8 b
07003 Palma

971 76 44 88

www.ugtbalears.com

salut.laboral@balears.ugt.org



Salud Mental, género y PRL

Salud mental laboral

La salud mental en el trabajo se define como el estado de bienestar en el que la persona puede afrontar las demandas laborales, desarrollar sus capacidades y contribuir productivamente sin que las condiciones de trabajo generen daño psicológico.

Incluye la prevención de:

- Estrés laboral crónico
- Burnout
- Acoso laboral y sexual
- Fatiga mental
- Violencia en el trabajo

Perspectiva de género aplicada a PRL

La perspectiva de género no implica tratar igual a todas las personas, sino identificar desigualdades estructurales y corregirlas previamente.

Supone integrar el análisis de:

- División sexual del trabajo
- Segregación horizontal y vertical
- Brecha salarial
- Sobrecarga de cuidados
- Violencias estructurales
- Mandatos de género



Riesgos psicosociales con enfoque género

Factores organizacionales

- Sobrecarga de trabajo
- Falta de control sobre tareas
- Ambigüedad de rol
- Jornadas extensas o partidas
- Trabajo emocional

Riesgos emergentes

- Teletrabajo y difusión de límites
- Violencia externa
- Intensiicación digital
- Microdiscriminaciones

Factores diferenciados por género:

Dimensión	Impacto frecuente en mujeres	Impacto frecuente en hombres
Doble presencia	Alta	Media
Exposición a acoso sexual	Alta	Baja
Accidentes laborales graves	Baja	Alta
Solicitud de ayuda psicológica	Mayor	Menor
Sectores precarizados	Alta presencia	Variable

¿Qué debe hacer la empresa?

- ✓ Evaluar riesgos con datos desgregados por sexo.
- ✓ Incorporar análisis prsicosociaal en PRL
- ✓ Implantar protocolo contra el acoso
- ✓ Garantizar conciliación contra el acoso
- ✓ Formar en igualdad y salud mental
- ✓ Diseñar EPIs adaptados a diferentes cuerpos