



Traducción Foro Económico Mundial ¿Cómo pueden los lugares de trabajo apoyar eficazmente la salud mental?

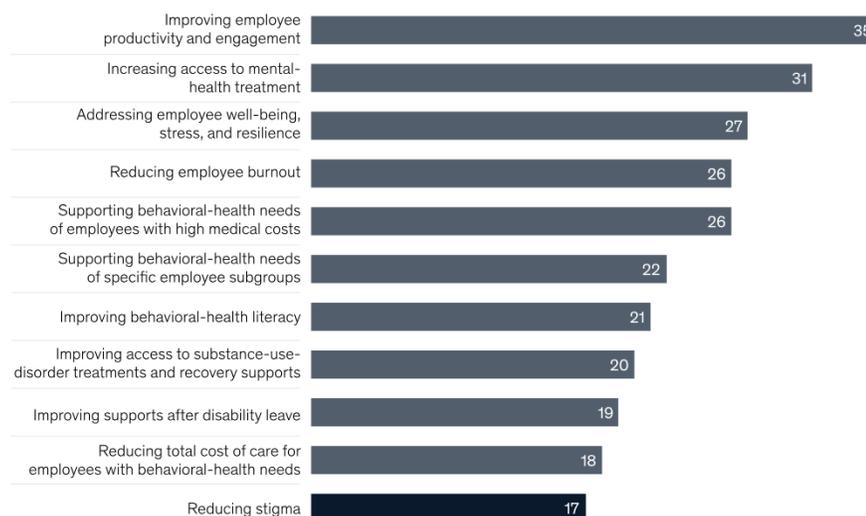
28 de septiembre de 2022

- **La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha publicado sus primeras directrices sobre salud mental en el trabajo, financiadas por Wellcome.**
- **Junto con Wellcome y el Foro Económico Mundial, la OMS insta a los empleadores a utilizar estas pautas para informar su estrategia de salud mental en el lugar de trabajo.**
- **Los empleadores también pueden desempeñar un papel fundamental al trabajar con los investigadores para llenar vacíos cruciales en la base de evidencia.**

Dado que se estima que la depresión y la ansiedad le cuestan a la economía global más de \$ 1 billón por año en pérdida de productividad, los legisladores y los empleadores han debatido durante mucho tiempo cómo los lugares de trabajo pueden apoyar la salud mental de manera más efectiva. Ahora, por primera vez, la OMS publica pautas basadas en evidencia que pueden comenzar a responder esta pregunta.

Los lugares de trabajo pueden desempeñar un papel importante en la salud mental. La investigación de Edelman, en siete países, encontró que el 78% de los empleados confían en sus empleadores, lo que convierte a los empleadores en una fuente potencialmente poderosa de apoyo para la salud mental. El trabajo puede ayudar a proteger y promover una buena salud mental, pero también puede contribuir a un daño potencial. Sin embargo, a pesar del creciente interés y la inversión en salud mental en el lugar de trabajo, particularmente durante la pandemia de COVID-19, todavía sabemos muy poco sobre los enfoques más efectivos.

Top behavioral-health priorities,¹ % of respondents indicating as a top 3 priority (n = 289)



¹Question: Respondents selected their organization's top 3 behavioral-health priorities for 2021 from the list above.
Source: McKinsey Health Employer Survey, 2020



Nuevas directrices para abordar la salud mental en el lugar de trabajo

Para abordar esto, la OMS elaboró directrices sobre salud mental en el trabajo, con financiación de Wellcome. Trabajando con expertos de todo el mundo, la OMS identificó un gran volumen de evidencia. Con base en un subconjunto más pequeño de los estudios más actualizados, relevantes y sólidos, las pautas establecen cómo los empleadores pueden usar intervenciones organizacionales, gerenciales e individuales para apoyar y manejar la salud mental en el trabajo. También brindan recomendaciones sobre cómo los empleadores pueden apoyar tanto a aquellos que regresan al trabajo después de una ausencia relacionada con la salud mental como a aquellos con problemas de salud mental que buscan obtener un empleo.

Por ejemplo, las pautas recomiendan el uso de la capacitación de gerentes para ayudar a proteger y promover la salud mental en el trabajo. La capacitación de gerentes no está diseñada para ayudar a los gerentes a diagnosticar o “tratar” problemas de salud mental. Pero al mejorar el conocimiento y las actitudes de los gerentes, la capacitación puede garantizar que los gerentes reconozcan y respondan de manera apropiada a los empleados que experimentan angustia emocional, y que sepan cuándo y cómo dirigir a aquellos a quienes administran para que reciban el apoyo adecuado. La capacitación de gerentes también puede ayudar a los gerentes a desarrollar habilidades interpersonales en la gestión y poder ajustar los factores estresantes del trabajo para sus equipos.

¿Qué sigue para las empresas que desean apoyar la salud mental en el lugar de trabajo?

Las pautas de la OMS, publicadas junto con un resumen de políticas en coautoría con la Organización Internacional del Trabajo, deberían ser el recurso de referencia para cualquier empleador que busque mejorar su enfoque para apoyar la salud mental en el lugar de trabajo. Ahora necesitamos que los empleadores lleven adelante estos hallazgos, implementen las recomendaciones y compartan sus lecciones aprendidas.

Las directrices de la OMS son un punto de partida, que marcan un momento importante en nuestra comprensión de la salud mental en el lugar de trabajo. Sin embargo, la investigación de la OMS identificó brechas significativas en la base de evidencia actual y una necesidad crítica de mejorar la calidad de la investigación.

Esto hace eco de los hallazgos del informe de Wellcome ¿Qué sigue para la salud mental en el lugar de trabajo: poner la ciencia a trabajar? Sobre la base de su primera comisión de investigación, Wellcome encargó a 15 equipos de investigación globales que cada uno revisara la evidencia detrás de un único enfoque prometedor para abordar la salud mental en el lugar de trabajo. Estas 15 revisiones cubrieron temas que incluyen apoyo para ayudar a los trabajadores por turnos a dormir mejor; intervenciones artísticas; y políticas de licencia por maternidad. Encontraron alguna evidencia para informar la implementación de estos enfoques, pero también subrayaron la falta de una base de evidencia sólida para la salud mental en el lugar de trabajo. En particular, los hallazgos destacaron la necesidad de realizar más investigaciones en países de ingresos bajos y medianos y más evidencia sobre cómo funcionan las intervenciones para diferentes grupos demográficos dentro de la fuerza laboral.



FUNCIÓN PÚBLICA

Llegar a un lugar donde sepamos qué funciona tendrá que ser un esfuerzo sostenido y colaborativo. Necesitamos probar enfoques de manera sólida en diferentes contextos laborales y para diferentes partes de la fuerza laboral. Hacer esta investigación de manera efectiva dependerá de las asociaciones entre los sectores público y privado. Los investigadores pueden desempeñar un papel en el diseño de evaluaciones científicas, pero necesitan la experiencia y los conocimientos de los empleadores sobre las intervenciones de prueba en la práctica en un contexto laboral. Las asociaciones público-privadas son poderosos impulsores del cambio y serán clave para desbloquear las estrategias de salud mental más efectivas en el lugar de trabajo.

Esperamos que el lanzamiento de las pautas de la OMS pueda ayudar a catalizar estas asociaciones y esperamos continuar trabajando juntos en todos los sectores para garantizar que estemos apoyando la salud mental en el lugar de trabajo de la manera más efectiva.