

La UPRL informa

¿Cómo debe ser un entorno de trabajo saludable?

Entorno laboral en el cual las condiciones organizacionales van dirigidas a lograr el bienestar físico, social, emocional, familiar y psicológico.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) considera el lugar de trabajo como un entorno prioritario para la promoción de la salud en el siglo XXI, para el cual, se requiere la participación activa y mancomunada de trabajadores, empleadores, entidades dedicadas a la promoción de la salud y prevención de la enfermedad profesional, los cuales, en un esfuerzo conjunto y mediante la implementación de programas diseñados de manera específica para cada sector económico u organización, impactarán de manera positiva sobre el bienestar laboral y calidad de vida de los trabajadores.



De esta forma, puede definirse un entorno de trabajo saludable como todo entorno laboral en que las condiciones organizacionales van dirigidas a lograr el bienestar físico, social, emocional, familiar y psicológico, mediante adecuados programas de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST), fomentando el crecimiento personal, estimulando prácticas de vida saludable, priorizando valores organizacionales que garanticen adecuadas relaciones interpersonales, generando de manera consecuente un clima laboral idóneo.

De acuerdo con la Organización Internacional del Trabajo (OIT), "la promoción de la salud en el lugar de trabajo complementa las medidas de seguridad y salud en el trabajo (SST) como parte de los esfuerzos combinados de los empleadores, los trabajadores y las autoridades nacionales para mejorar la salud y el bienestar de las mujeres y los hombres en el trabajo".

Como ha sido mencionado previamente, se concibe la salud como un conjunto integral de diferentes áreas del individuo, por lo que toda labor adelantada en esta materia apuntará al mejoramiento del bienestar laboral y calidad de vida de los trabajadores.

La UPRL informa

Un entorno de trabajo saludable se compone de múltiples factores que se interrelacionan, generando así un ambiente o clima laboral ideal.

Dentro de estos factores podemos encontrar, entre muchos otros:

- Relaciones Interpersonales y comunicación
- Estilo de liderazgo
- Trabajo en equipo
- Compromiso SST
- Gestión de los niveles de estrés

El clima laboral es el ambiente en el que se desarrolla el trabajo, que evoca percepciones y emociones positivas o negativas, según sus características. Este influye en la satisfacción del personal y está mediado por la forma de relacionarse y la cultura organizacional. El clima laboral se relaciona de manera directa con la capacidad productiva de los trabajadores, es decir, en una organización cuyo clima laboral sea adecuado, los trabajadores desempeñarán las tareas asignadas de manera más efectiva; de igual forma, se reduce el índice de accidentes de trabajo y enfermedad laboral, se favorecen las relaciones interpersonales sanas, entre muchas otras consecuencias directas e indirectas.

A diferencia de lo que ocasionalmente algunas personas consideran, múltiples estudios sobre clima laboral indican que para los trabajadores es un aspecto de gran relevancia al momento de escoger o permanecer en un lugar de trabajo, de manera particular se encuentra que quienes más valoran un adecuado clima laboral son aquellos trabajadores que han experimentado de manera cercana un entorno de trabajo marcado por situaciones conflictivas, desprotección laboral o deficiente comunicación entre compañeros, llegando a equiparar o incluso a dar mayor importancia al clima laboral que al salario devengado.

Para lograr mejorar y mantener un adecuado clima laboral, deben tomarse en consideración y trabajar cada día por la calidad de temas como las relaciones interpersonales, el estilo de liderazgo de todos aquellos quienes tiene procesos y personal a cargo, fomentar el trabajo en equipo, garantizar el compromiso de todos los actores con la seguridad y salud en el trabajo, y finalmente, implementar estrategias que ayuden a gestionar los altos niveles de estrés en la organización.

La piedra angular en un entorno laboral sano puede ser la calidad de las relaciones interpersonales entre compañeros de trabajo, estas se definen como asociaciones que se crean entre seres humanos, basados en emociones, sentimientos, intereses, actividades, o cualquier otra comunidad.

Las relaciones interpersonales se basan en la comunicación y se enmarcan en una serie de reglas que permiten una adecuada interacción, facilitan nuestra adaptación al entorno y garantizan nuestra supervivencia, tomando en consideración que los seres

La UPRL informa

humanos somos seres gregarios, es decir, filogenéticamente diseñados para convivir en sociedad.

La comunicación es el proceso de producción, circulación y puesta en juego de sentidos, ideas, paradigmas o realidades. Esta definición exige el reconocimiento de la diversidad, ya que el mensaje va acompañado del contexto en el cual es interpretado y reeditado. Este contexto es la cultura.

Fuente: [Prevención Integral](#)