



MARTES DE TIPS

LA DEPRESIÓN LABORAL EN MÉXICO

ADMINISTRACIÓN



La depresión laboral se está volviendo un mal común entre los trabajadores mexicanos y aunque para muchas áreas de Recursos Humanos no debe ser un motivo para justificar el ausentarse del trabajo, es una de las principales causas de incapacidad, tan solo durante el año pasado siete mil trabajadores fueron incapacitados por depresión por el IMSS y parte del problema es la falta de sensibilidad por parte de los responsables de RH para analizar las condiciones de trabajo de los empleados.

EXISTEN MUCHAS CAUSAS QUE PROVOCAN LA DEPRESIÓN LABORAL

Una persona puede generar un nivel de estrés alto en su vida laboral que posteriormente se convertirá en un padecimiento de depresión por algunas de las siguientes causas: *un mal clima laboral, presión por cubrir objetivos inalcanzables, un jefe déspota y prepotente, discriminación por raza, genero, posición económica y/o preferencia sexual o simplemente el desprecio de los mismos colaboradores hacia las personas que realizan actividades laborales básicas como son: el personal de intendencia, los obreros, mensajeros o secretarías.*

PARA EL 2020 MÉXICO TENDRÁ UN GRAN NÚMERO DE PERSONAS CON DEPRESIÓN

La Organización Mundial de la Salud pronostica que para el año 2020 la depresión será la segunda causa de discapacidad en el mundo, y la primera en países en vías de desarrollo como México, actualmente *4 de cada 10 empleados* mexicanos sufre de discriminación o acoso laboral.

SI A LAS MALAS CONDICIONES LABORALES LE SUMAMOS OTRAS CAUSAS EXTERNAS

Si a las malas condiciones laborales a las que se enfrentan los empleados en la actualidad le sumamos los *problemas familiares, el tráfico o las dificultades de movilidad, las deudas* y esa insaciable necesidad de cubrir expectativas y quedar bien con todo su entorno, es obvio que nos encontraremos con un gran número de mexicanos con tal presión que parecen una olla exprés a punto de explotar.

PROBLEMAS FAMILIARES, LABORALES Y VIOLENCIA EN EL ENTORNO

Esto no solo está afectando en su vida laboral, también golpea en el entorno familiar por eso ha incrementado el número de divorcios y casos de violencia familiar, se ha vuelto común ver en las vías públicas personas peleándose a golpes entre ellos a veces sin un motivo de peso, en pocas palabras está siendo un gran problema para la sociedad en general.

ES UNA OBLIGACIÓN DE R.H. Y UNA RESPONSABILIDAD DE LAS EMPRESAS

Las áreas de Recursos Humanos *tienen la obligación de analizar el problema y hacer algo al respecto*, evitando las largas jornadas laborales, procurando que los empleados tomen vacaciones, brindar sueldos competitivos, facilitando un adecuado clima laboral y evitar la discriminación y el acoso laboral en todas sus formas, entre otras acciones fáciles de llevar a cabo, es un problema real que no podemos dejar de lado, las organizaciones pueden aportar mucho más de lo que se imaginan en mejorar la calidad de vida de sus empleados y por consecuencia evitar que caigan en una depresión laboral.

ESTE DOCUMENTO FUE ELABORADO POR:

Departamento de Recursos Humanos de la Junta de Asistencia Privada.

CONTACTO MARTES DE TIPS:

Katya Butrón Yáñez, Tel. 5658 5897 ext. 8014 • kbutron@jap.org.mx