



Lidera el canvi en salut mental.
Estratègies avançades en la Vigilància de la Salut.

29/01/2026 - 10h-13h

Dra. Ramona Garcia-Macià



Health
& Health SL

Health & Health SL

Activar Windows

Ve a Configuración para activar

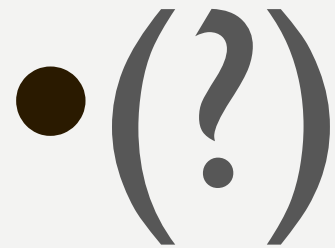
PROMOURE LA SALUT MENTAL-VS



DRA RAMONA GARCIA-MACIA

29.01.2026

TRES IDEES FORÇA:



1. Quins efectes tenen les condicions de treball - RPS- sobre la salut mental.?
2. Quin impacte té la malaltia mental sobre l'efectivitat i l'eficiència laboral.?
- 3.. Com interaccionen els trets de personalitat, amb els factors psicosocials?

CONTEXT EPIDEMIOLÒGIC. O.M.S.

- Intentarem abordar aquestes preguntes, entretant les dades de l'OMS ens interpel·len:
 - **Els trastorns psíquics són responsables del 30% de les malalties no transmissibles. I, serà la Primera causa d'incapacitat IT al món.**
- La depressió i l'ansietat afecten a 1000 milions de persones, i consumeixen **12 mil milions de dies perduts /any . I un bilió d'€ / any.**
A Espanya 2025, la IT → 32.000 milions €, l' 1 % del PIB.
 - La OMS identifica que els factors psicosocials laborals contribueixen de forma significativa la carga global de salut mental (càrrega mental, estressors, conflictes... són factors psicosocials relacionats directa o indirectament amb el treball.

MM. MALALTIA MENTAL. DSM-V

- Una malaltia mental és una alteració clínica cognitiva, de la regulació emocional i conductual. I va associada a un estrès significatiu o una discapacitat: laboral, social o personal.

Pro
mo
ció-



-
Vigi
làn
cia
!!

MM: CAUSA O CONSEQÜÈNCIA?

- 1. Quins efectes tenen les condicions de treball - RPS- sobre la salut mental?
- (?) 2. Quin impacte té la malaltia mental sobre l'efectivitat i l'eficiència laboral?
- 3.. Com interaccionen els trets de personalitat, amb els factors psicosocials?



PRIMUM NON NOCERE.
PRIMER NO FER MAL

(ENS REFERIM ALS RISCOS DE LA FEINA)

1. EFECTES DELS RISCOS PSICOSOCIALS SOBRE LA MALALTIA

- Vigilància de la salut específica. Protocol VS-
proposem 4 nivells de vigilància.

Nivell I. Screening salut mental . Identificar nivell d'exposició al risc

Nivell II Proves d'ansietat i depressió

Nivell III. Anamnesi clínica i proves especialitzades

Nivell IV . Derivació a especialistes de salut mental.

Segons el nivell de Risc psicosocial, augmentarem la periodicitat.

Fer Vigilància de la salut a tots els sectors d'activitat, a totes les persones exposades. (Sense excuses !!)

Protocolo PSICOVS2023

Guía de recomendaciones
para la vigilancia específica
de la salud de trabajadores
expuestos a riesgos
psicosociales

PSICOMET

Título: Protocolo PSICOVS2023. Guía de recomendaciones para la vigilancia específica de la salud de trabajadores expuestos a riesgos psicosociales.

Autor: Guillermo Soriano-Tarín, Pedro Guillén Robles. Luis Mazón Cuadrado, Ramona Garcia Maciá, María Eugenia Carballo López, Alicia Chanca Díaz, Carlos Catalina Romero.

Edita: Affor Health

ISBN: 978-84-09-56899-4

MM: CAUSA O CONSEQÜÈNCIA?

- (?)
 1. Quins efectes tenen les condicions de treball - RPS- sobre la salut mental?
 2. Quin impacte té la malaltia mental sobre l'efectivitat i l'eficiència laboral.?
 - 3.. Com interaccionen els trets de personalitat, amb els factors psicosocials?

2. IMPACTE RPS SOBRE LA SALUT I LA FEINA

- **Absentisme, ausentisme, presentisme, ... connectisme.**
Per estrès, fatiga mental, burnout i estrès posttraumàtic derivat de la càrrega mental, emocional, i violència.

IT. INCAPACIDAD TEMPORAL - EDAD

• 16-25a	1.083.724 (n.IT)	var 199%	Incidencia	=768
• 26-35a	2.102.992	67%		=529
• 36-45	2.292.136	+52%		=448
• 46-55	2.241.805	+96%		=365
• 56-65	1.418.294	+128%		=345
• -----				
• Total	9.171.229	+88%		=434

Por grupos edad entre 16-25 a (2016-2023).

Esta claro, que la gravedad de los procesos no se acumula en este grupo de edad. Que ocurre con los milenials ?? El grupo Z ??

Datos del Ministerio de Inclusión, Seguridad Social

ESPECIALMENT SENSIBLES, JOVES!

- Definir- VS les característiques personals – neurodiversitat per adaptar el lloc a la persona.
 - Atenció especial en sectors d'activitat que fan ús d'armes, vehicles, i tracten amb persones)
- Millorar les estratègies d'afrontament davant dels estressors.

Trastorns mentals crònics.

Patologia dual

RESPOSTES



DRA RAMONA GARCIA-MACIA
29.01.2026

INTERVENIR I

- I. Avaluar els factors psicosocials i els riscos-

PSICOSOCIOLOGIA APLICADA

II. Identificar els perfils individuals – **MEDICINA DEL TREBALL**

III. Tractar los trastorns mentals lleus-moderats: **MEDICINA DEL TREBALL+ PAE**

IV. Derivar els pacients greus a recursos especialitzats- **PSIQUIATRIA**

INTERVENIR II

- **Augmentar la declaració de MMPP.** Això, permetrà reconèixer els síndromes psicosocials: el estrès, el burnout, la fatiga mental, i l'estrès posttraumàtic, l'assetjament psicològic, a. sexual, a. identitat o per orientació sexual.
- **Patologia mental d'etiologia laboral.** A partir del diagnòstic, és necessari establir la relació causal entre l'exposició, el període de latència i els símptomes morbosos.
- És clau, **l'abordatge de les dependències a substàncies psicoactives, addiccions a no substàncies – xarxes, prevenció del suïcidi, i el tractament de l'ansietat i la depressió.**
-Incorporar la IA amb tots els avantatges, i els possibles riscos per la salut mental.

CULTIVAR PAU INTERNA



INTERVENIR III

- Cal fer un enfocament multifactorial e interdisciplinari.
- **Vigilància de la salut** per detectar de forma precoç les conseqüències negatives per a la salut psíquica, emocional i mental. Permetria resoldre la infradeclaració de les MMPP de etiologia professional.
- **Vigilància epidemiològica.** Elaborar un **Protocol integrat** que defineixi els circuits de col·laboració entre els Serveis de Prevenció, els Sistemes Públics de Salut Mental, les Mútues d'Accidents i altres agents.
- **Específica per Sectors d'activitat:**
- Prioritzar els col·lectius exposats que cuiden a persones, clients, pacients, usuaris.. I els col·lectius de Seguretat Crítica- Polícies, MMEE, transport i ús de maquinaria



CONCLUSIONS:

- 1. Prevenir i revisar els RISCOS PSICOSOCIALS.
- 2. FORMAR als líders i a tots els empleats/des en Salut mental
- 3. Estratègies de cura de les relacions i estratègies d'afrontament.
- 4. Eliminar i vèncer els estigmes.
- 5. Incloure la neurodiversitat en el pla d'onboarding- Criteris d'Aptitud – Examen de salut inicial.
- 5. Programa de prevenció del consum de substàncies psicoactives, i addiccions a xarxes.
- 6. Programes de benestar emocional. PAE

LEMA

- Treballar*** millora la salut mental!

I tots vosaltres ho feu possible amb la vostra feina de promoció, prevenció i vigilància.

GRÀCIES PER LA VOSTRA
IMPLICACIÓ!

