

## **TIEMPOS DE CAMBIO Y SALUD MENTAL DE LOS TRABAJADORES**

Juan José Fernández Domínguez y Susana Rodríguez Escanciano  
(Dirs.); Henar Álvarez Cuesta (Coord.)

Bomarzo (Albacete), 2017, 273 págs.

ISBN: 978-84-16608-78-2

**Patricia Prieto Padín**

Investigadora Contratada Predoctoral FPU (MECD)  
Derecho del Trabajo y de la Seguridad Social. Universidad de León

Como parte de un ambicioso proyecto de investigación patrocinado por la Junta de Castilla y León, de entre cuyos numerosos frutos constituye muestra saliente, la obra “Tiempos de cambio y salud mental de los trabajadores” cuenta con una doble garantía de partida: de un lado, la solvencia reiteradamente acreditada de sus directores (Drs. FERNÁNDEZ DOMÍNGUEZ y RODRÍGUEZ ESCANCIANO) y coordinadora (Dra. ÁLVAREZ CUESTA) que, junto al prestigio de sus autores, es señal segura de una aproximación rigurosa al tema estudiado; de otro, y precisamente, el interés intrínseco de la materia objeto de análisis, al poner en relación dos temas necesariamente llamados a encontrarse, como son las novedades en medios, modos y maneras de trabajar, cada vez más rápidas e incisivas, y cuanto genéricamente cabría calificar como riesgos psicosociales o alteraciones en la salud mental de los trabajadores a resultas de aquellas.

A lo largo de diez capítulos se desgranar algunas de sus manifestaciones más señeras del fenómeno, bajo la preocupación metodológica común de releer la norma (cuando la hubiere, pues precisamente en muchas ocasiones su ausencia es fuente principal del riesgo) a la luz de la realidad sobre la cual se proyecta acudiendo no solo a la vez de quienes antes estudiaron el tema, sino también de estadísticas, sentencias, documentos de trabajo o informes de expertos.

Las dificultades para la integración en una sociedad multicultural de los inmigrantes ocupan su pórtico, de la mano de la Dr. AGRA VIFORCOS, diferenciando convenientemente entre los colectivos de asentados, precarios o indocumentados (con una especial atención a las mujeres) y los variables obstáculos a los que han de hacer frente, tanto laborales (barreras idiomáticas, sobrerrepresentación en sectores con altas tasas de siniestralidad o, en general, bajo condiciones rayanas en el umbral de la dignidad) como extralaborales (duelo migratorio, síndrome de Ulises, alejamiento de

su entorno y cultura, etc.) que, ineludiblemente, llevan a una situación de predisposición a o fragilidad frente a la cual no basta un mero esfuerzo preventivo, sino acciones multidisciplinares coordinadas en el seno de una política social atenta a tal realidad.

Bajo la pluma de la Dra. DÍAZ GÓMEZ, la empresa familiar –tantas veces gran olvidada y fuente fundamental de actividad emprendedora en España– aparece como un ámbito que, si dotado de un adecuado protocolo para un buen gobierno, podría resultar modélico más allá de los límites de su forma social mercantil, pues, a la postre, muchos de sus valores resultarán idealmente extrapolables a cualquier planteamiento sobre cuanto cabe concebir como una empresa saludable.

Los cambios que se avecinan encuentran palmario reflejo en la aproximación de la Dra. ÁLVAREZ CUESTA a la economía colaborativa, también conocida como el espacio propio de los e-nómadas. Tras una visual presentación del fenómeno productivo, resulta de enorme interés el doble matiz que adquiere el discurso cuando, por una parte, concreta las implicaciones que el prefijo “tecnó” aporta a los viejos riesgos del estrés, ansiedad, fatiga, etc.; por otra, al describir las variantes “propias” de estos trabajadores, como el aislamiento, la adicción al trabajo, la “nomofobia” o el acoso virtual.

Volcar cuanto surgió y creció con el trabajador como principal destinatario sobre el quehacer del autónomo o emprendedor, constituye no solo la proyección natural de la norma, sino también de una realidad donde el trabajo por cuenta propia puede obedecer a una elección del interesado o constituir su única salida ocupacional. La Dra. MARTÍNEZ BARROSO afronta su examen partiendo exactamente de este último supuesto, traducido en inseguridad, para adentrarse más tarde, de manera detallada, en otras formas comunes de afectación a la salud (fatiga mental, entorno físico, violencia, etc.) y culminar con el estrés como género abierto a múltiples manifestaciones. Particularmente interesante es su propuesta “constructiva” para gestionar el desgaste del emprendedor y su preocupación por el futuro: ahorro, desconexión, sociabilidad y optimismo como antídotos.

Inestabilidad e inseguridad como factor de riesgo, precariedad como detonante y remuneración insuficiente como causa de estrés constituyen la triada a partir de la cual la Dra. ORDÓÑEZ PASCUA asocia la temporalidad al deterioro de la salud mental. “Mal necesario” en el mercado actual, controlar los periodos de rotación evitando una cronificación o prolongación excesiva será el mejor –casi único– remedio, para cuya articulación proporciona una batería, a la vez clásica y moderna, de actuaciones posibles.

El Dr. TASCÓN LÓPEZ, con la sugerente presentación del contrato a tiempo parcial como minijobs “a la española”, y sus resultados de desprotección social, dibuja un escenario donde la sobrecarga o falta de contenidos, frecuente ambigüedad y conflicto en el papel de asumir, eventual trabajo emocional y –sobre todo– falta de regularidad, flexibilidad y presión del trabajo constituyen índices de más que probables alteraciones de la psique del trabajador; tanto más grave cuanto que es patente no solo

su situación de abandono legal, sino también convencional, que clama –y es su mensaje explícito– por salir del “limbo jurídico de las cuestiones pendientes”.

Bajo el subtítulo de “un binomio olvidado y de difícil combinación”, queda expresamente glosada la relación entre la prevención de los riesgos sociales y la descentralización productiva de la que se ocupa el Dr. FERNÁNDEZ FERNÁNDEZ. Fruto de la globalización, que así remodela la visión tradicional de una subcontratación en tantas ocasiones expresada bajo la forma de externalización para disociar responsabilidades (con frecuencia manteniendo vínculos societarios o generando una red de relaciones), a la tradicional aparición de factores de riesgo psicosocial asociados (conflictos de rol, sobrecarga de trabajo, falta de expectativas de promoción o precariedad) cabe unir –como en otras ocasiones ya sea puesto de manifiesto– la lamentable falta de conciencia y conciencia sobre lo perentorio de su consideración cuando ha lugar a tal decisión organizativa.

Siguiendo la pauta de la OMS sobre el concepto de riesgo psicosocial, que incluye en su consideración las capacidades del empleado, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo, el Dr. FERNÁNDEZ DOMÍNGUEZ se adentra en los factores individuales o “extralaborales” como causa de quebrantos en la salud mental. A las clásicas vinculadas a los factores de discriminación (género, nacionalidad, edad...), añade causas propias de los nuevos tiempos, como el precio del éxito social que conduce a la adicción al trabajo, la presión por responder a un arquetipo físico cuando lleva a desórdenes alimenticios (anorexia, bulimia, “trabajos estéticos”) o a un culto al cuerpo patológico (vigorexia), al aspecto “cultural” o “social” del alcoholismo y las drogodependencia... o, a la postre, al grave hándicap común a muchos de los afectados de una falta de apoyo social como red fundamental para evitar la caída y, en todo caso, iniciar la recuperación.

La Dra. RODRÍGUEZ ESCANCIANO plantea el sugerente tema de la tecnología al servicio del control empresarial, como consecuencia de una economía digital que agota a quienes en ella deben y da pie, en los entornos “cibernéticos” poco respetuosos con los derechos fundamentales, a una proliferación de enfermedades mentales. No se trata solo de la vigilancia que pueda tener lugar en el centro de trabajo y prive de las necesarias “licencias comportamentales” (tarjetas, infrarrojos, controles biométricos, video vigilancia o micrófonos), sino de su extensión a los extra laborales mediante la geolocalización, detectives o utilizando las redes sociales. Ni siquiera el teletrabajo queda libre de tal amenaza cuando aboca con frecuencia, y entre otras, a la sensación de claustrofobia. Vía preventiva a abordar con tiento, pero que urge; entre tanto, ofrece la autora una interesante propuesta de vías de reparación de las lesiones al bienestar emocional en el contexto de la industria 4.0.

El último de los capítulos, firmado por el Dr. FERNÁNDEZ-COSTALES MUÑIZ atiende a movimiento internacional de trabajadores como característica ínsita al fenómeno de la globalización, centrando su atención ya no en la emigración en busca de un empleo (con la que comienza la obra), sino del desplazamiento transnacional en el empleo a resultas de las necesidades y variaciones en la demanda de los servicios internacionales. Muchos son los problemas singulares detectados al respecto, que arrancan de la propia normativa preventiva a aplicar ante un claro supuesto de

conurrencia legal, con continuidad en el propio cambio de vida (más o menos frecuente) en el cual, a los problemas de adaptación laboral, cabrá unir los efectos de deterioro en las relaciones personales, familiares o sociales, para conducir a situaciones de falta de rendimiento, difícil clima en el trabajo, carga mental, estrés... Un *laissez faire* económico con un precio excesivo y que necesita la atención propia de un fenómeno imparable y lucrativo, pero que también ha de ser seguro física y mentalmente.

Tan rápido recorrido por una obra que combina, en dosis adecuadas, la modernidad propia de los nuevos fenómenos productivos con normas y prácticas llamadas a buscar necesario acomodo, no precisa de una invitación expresa a su lectura, pues aun cuando estas líneas no puedan hacerle justicia, esperan haber servido para llamar la atención de quien a ellas se acerquen y mueva a la curiosidad de ojear el libro. Como escribió GARCÍA MARQUÉZ, de seguro sucumbirán a la inevitable tentación de leerlo.