



10 DE OCTUBRE

# Día mundial de la salud mental



TEMA 2024

**“Es tiempo de priorizar la salud mental en el lugar de trabajo.”** Este lema de la OMS destaca la necesidad de crear entornos laborales que fomenten el bienestar mental y reduzcan riesgos asociados.

## LA CONEXIÓN ENTRE SALUD MENTAL Y TRABAJO

### ENTORNOS SEGUROS Y SALUDABLES:

Actúan como factores protectores. Las malas condiciones, como el estigma y la discriminación, pueden afectar la salud mental y la productividad.

### CONDICIONES LABORALES:

Un entorno propicio brinda propósito y estabilidad, mientras que las malas condiciones pueden perjudicar el bienestar y la satisfacción laboral.

## RIESGOS PARA LA SALUD MENTAL EN EL TRABAJO

### DISCRIMINACIÓN Y ACOSO:

Pueden afectar negativamente a las personas empleadas.

### CONDICIONES INSEGURAS:

Trabajos mal pagados y sin protección aumentan la exposición a riesgos psicosociales.



## IMPACTO DE LA SALUD MENTAL EN EL TRABAJO

### EFFECTOS NEGATIVOS:

La falta de apoyo puede reducir la confianza, la satisfacción laboral y aumentar el ausentismo.

### IMPACTO SOCIAL:

La mala salud mental provoca disminución del rendimiento y pérdida de aproximadamente 12,000 millones de días laborales anualmente.



## LA URGENCIA DE LA ACCIÓN

Con el 60% de la población mundial trabajando, es vital implementar medidas para proteger y apoyar la salud mental. Las personas empleadoras y equipo de trabajo pueden ser agentes de cambio al combatir el estigma y fomentar el diálogo abierto sobre la salud mental.



[www.trabajosocial.unam.mx](http://www.trabajosocial.unam.mx)



Escuela Nacional de Trabajo Social ENTS UNAM



ENTSUNAMOficial



entsunamoficial

