

LA SALUT MENTAL TAMBÉ ÉS SALUT LABORAL: ESTRATÈGIES PER PROMOURE I PROTEGIR LA SALUT MENTAL A LA FEINA

Dimarts 24 de febrer, de 11 a 13h
Sala: G6/002 de Ciències de l'Educació



PRESENTACIÓ

Com a delegades de prevenció de CCOO, ens preocupa i estem veient com les condicions de treball estan afectant no tant sols a la salut física de les persones treballadores sinó també a la seva salut mental. La feina pot ser un factor protector de la salut mental, però també pot contribuir al desenvolupament de malalties. Per tant, la relació entre salut mental i salut laboral es estreta i bidireccional.

En els últims anys hem vist un augment dels riscos psicosocials que han contribuït al deteriorament de la salut mental, degut a diversos factors: estrès, esgotament, ansietat, sobrecàrrega laboral i d'altres que estan apareixent com ara les noves tecnologies i el teletreball. Tots ells es deriven de l'organització, el contingut i la gestió del treball.

Tots aquests factors ens afecten directament el nostre benestar i qualitat de vida, tant dins com fora del treball.

Els delegats i delegades de prevenció som la vostra veu i la nostra responsabilitat entre d'altres es promoure espais laborals més saludables i exigir que la salut mental sigui tractada amb la mateixa importància que la salut laboral en el marc de les polítiques de salut laboral en la UAB.

Es per aquesta raó que creiem important compartir espais com aquest on l'opinió de tothom pot ser escoltada i on compartir experiències i abordar solucions.

PROGRAMA

11h: Benvinguda i presentació

11.15h- 12h : Ponències:

- Magda Casamitjana Aguilà: Com protegir la salut mental en l'àmbit laboral
- Sílvia Edo Izquierdo: La gestió emocional com a recurs per la implicació laboral
- Clara Llorens Serrano: Prevenir els riscos psicosocials per a millorar la salut mental

12h- 12.30: Debat amb preguntes a les ponents

12,30h-12.55h: Preguntes del públic

12.55h-13h: Cloenda i conclusions

Presentació, moderació i xarxes: Ernesto Asensio, Anna Morist, Asunción Blanco.
Prevenió CCOO-UAB



MAGDA CASAMITJANA AGUILÀ

Llicenciada en Filologia i Lletres (filologia catalana) per la UAB. Professora de llengua catalana en el Lycée Français de Barcelona. Auxiliar de conversació en els CEIPS i IES de Roses. Durant uns anys ha estat alcaldessa de Roses i Diputada al Parlament de Catalunya en la XI i XII legislatura. En els darrers anys, ha treballat com a Directora del Programa d'Abordatge Integral de casos de salut mental i addiccions d'elevada complexitat en el Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya. Entre els anys 2021-2024 va ser directora del Pacte Nacional de la Salut Mental en el Departament de la Presidència. Actualment, exerceix de Coordinadora dels Quality Rights de les Institucions de Sant Joan de Deu i Fundació Hospitalàries a Catalunya.

SÍLVIA EDO IZQUIERDO

Doctora en Psicologia per la UAB. Coordinadora dels estudis de grau en Psicologia. Membre del grup d'investigació en estrès i salut (GIES) que des de l'any 1995 es dedica a l'estudi dels factors psicològics implicats en el procés de salut i malaltia tenint en compte el context psicosocial. Coordinadora de la unitat d'estrès i salut del servei SPL (Servei Psicologia i Logopèdia). Formadora en gestió de l'estrès i les emocions per diversos col·lectius, entre els que destaquen els impartits pel col·lectiu PTGAS (personal tècnic de gestió, administració i serveis) en el marc del programa formatiu de la UAB.

CLARA LLORENS SERRANO

Doctora en Sociologia, forma part de l'Institut Sindical de Treball, Ambient i Salut des de 2001 (@istasf1m) de CCOO, on treballa com a experta en el camp de la prevenció de riscos laborals psicosocials, en les àrees de recerca per a l'acció, assessorament i formació, amb l'objectiu de donar suport a la consecució col·lectiva d'un disseny, gestió i organització del treball més saludable. És professora associada de la UAB des de 1999 i del Grup de Recerca POWAH-UAB des de 2017. És membre dels grups de Riscos Psicosocials i Salut Mental de la Comissió Nacional de Seguretat i Salut en el Treball i del Comissionat de Salut Mental. En 2023, va ser nomenada assessora del Comitè Econòmic i Social Europeu.

