Setronix desde 1966

JULIO
2027
CAMPAÑA SST

RIESGOS PSICOSOCIALES



Aclare prioridades. Comunique las dificultades de trabajo.

1. Factores y efectos

Factores de riesgo: sobrecarga, prioridades contradictorias y falta de apoyo.

Consecuencias: estrés, desgaste y dificultad para trabajar con seguridad.

2. Antes de empezar

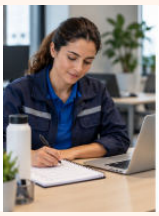
- Aclare objetivos, plazos y prioridades.
- Confirme los medios y el apoyo disponibles.
- Acuerde cómo comunicar impedimentos.

3. Pare y comunique

- Exigencias incompatibles con los medios disponibles.
- El cansancio compromete la seguridad de la tarea.
- Conflicto, violencia o acoso: busque apoyo.

4. Reconozca la dificultad y busque una solución

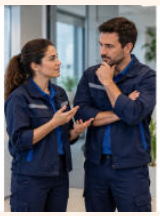
1



Identifique

Describa la dificultad de trabajo.

2



Aclare

Confirme prioridades y plazos.

3



Acuerde medidas

Revise carga, medios y apoyo.

4



Acompañe

Confirme si las medidas funcionan.

5. Actúe sobre la organización del trabajo

Situación	Elección / ajuste preventivo
Sobrecarga	Revise volumen de tareas, medios y plazos.
Órdenes contradictorias	Aclare prioridades antes de continuar.
Falta de apoyo	Defina cómo obtener ayuda y seguimiento.
Violencia / acoso	Use los canales aplicables y preserve la confidencialidad.

Buenas prácticas: la prevención exige mejorar las condiciones y la organización del trabajo. Escuche sin culpabilizar. Las estrategias individuales no sustituyen estas medidas.

6. ACCIÓN DEL MES En una conversación de equipo, identifique una dificultad de organización y una mejora posible. Preserve la privacidad y acompañe la medida acordada.

ACLARE • COMUNIQUE • MEJORE LA ORGANIZACIÓN

EU-OSHA: riesgos psicosociales EU-OSHA: prevención del estrés

Setronix | Julio 2027 | Versión definitiva 1.0 | 09/10/2026 | Trabajadores Setronix