

¿Cómo se deben abordar las situaciones traumáticas que ocurren en el lugar de trabajo?

Conmoción a nivel nacional ha generado **la trágica muerte de los seis mineros** que participaban en el proyecto Andesita de la mina El Teniente de Codelco, en la Región de O'Higgins.

El incidente ha levantado distintas interrogantes, tanto relacionado a los aspectos técnicos, como protocolos y convivencia laboral. Una de ellas, es **cómo abordar situaciones traumáticas que ocurren en los espacios de trabajo.**

Anuncio Patrocinado



La académica de la Escuela de Psicología de la Universidad de los Andes (UANDES) **Romina León**, explica, en primer lugar, que tras la experiencia de situaciones de alto estrés o de carácter traumático en el espacio laboral **es esperable que surjan consecuencias en distintos niveles.**

Uno de ellos es a nivel de **salud mental**, en donde **es altamente probable que se presenten alteraciones emocionales en los trabajadores**, las cuales, al ser compartidas por en grupo, pueden verse potenciadas y agudizadas. **“La alteración emocional tiene un impacto directo en el clima laboral y la productividad de los equipos.** La duración de estos cambios dependerá de la intensidad del evento y del manejo que la empresa realice de la situación, pero es esperable que pueda extenderse durante meses”, explica.

¿Cómo se deben abordar las situaciones traumáticas que ocurren en el lugar de trabajo?



WAVM | PUBLICIDAD

AGENCIA DE PUBLICIDAD

- Impresiones
- Manejo de redes sociales
- Videos y fotografías profesionales

Conversemos por WhatsApp

En ese sentido, dice que ante este tipo de situaciones **es esperable que surjan en los trabajadores síntomas de ansiedad y angustia, además de una afectividad con presencia de miedo, tristeza, culpa e irritabilidad.** “En las personas que hayan estado más directamente comprometidas en el evento traumático pueden aparecer síntomas de estrés postraumático”, agrega.

¿Cómo retomar el trabajo?

La experta recomienda que se ofrezcan espacios de apoyo y contención, con equipos profesionales en salud mental, que respeten la intimidad y confidencialidad de los trabajadores, y que les permitan expresar su experiencia de manera voluntaria; además de realizar un **plan gradual de flexibilización de tareas y metas de trabajo** que disminuya la presión y carga laboral.

También, comenta que, ante situaciones traumáticas ocurridas en el lugar de trabajo, los **empleadores deben abordar el tema de manera explicativa, con prudencia,** y nunca obligar a los trabajadores abordar las situaciones si no lo desean. Además, indica **el silencio institucional puede aumentar el impacto negativo de la situación estresante o traumática.**

¿Cómo se deben abordar las situaciones traumáticas que ocurren en el lugar de trabajo?

Finalmente, Romina León dice que días después del incidente, **es esperable que se presente un “periodo de duelo” en el lugar de trabajo y una gradual reinstalación de la rutina** que considera adecuaciones paulatinas hasta llegar al rendimiento laboral previo. Para ello, sugiere realizar investigaciones que permitan esclarecer hechos y aportar al funcionamiento de la institución desde el punto de vista de la prevención.

“Se debe considerar que **la normalidad no es volver al punto previo del evento traumático**, sino que construir una nueva normalidad que integre la pérdida en caso de duelo”, sentencia.

y tú, ¿qué opinas?