Publicado en Madrid el 26/01/2021

Un informe de Fellowes detecta que el teletrabajo afecta a la salud física, mental de los trabajadores

Un 55% de los españoles cree que sus empresas no les han ayudado a crear un espacio de teletrabajo saludable. El 43% han tenido que costearse de su propio bolsillo accesorios ergonómicos para evitar dolencias asociadas al trabajo sedentario. Ojos cansados, dolores de cabeza y dolores de espalda son con un 53, 49 y 48% las dolencias más comunes del teletrabajo

Pese a que muchos trabajadores han valorado de forma positiva el hecho de poder establecer la oficina en su hogar con motivo de las exigencias sanitarias que ha provocado la pandemia, no todo lo relacionado con el trabajo en casa es tan idílico.

Y es que en un estudio que presentan los especialistas en ergonomía y salud laboral de Fellowes, basado en personal de oficina que ha tenido que desarrollar su trabajo desde casa al menos 4 meses por el coronavirus, muestra que el teletrabajo afecta a la salud física, a la salud mental y que, además, los trabajadores se sienten poco cuidados por sus empresas.

En este sentido, un 55% de los españoles cree que sus empresas no les han ayudado a crear un espacio de teletrabajo saludable cuando comenzó la pandemia. Y tan sólo a un 45% se les pidió completar una evaluación de riesgos en su puesto de trabajo en casa.

Además un 43% tuvieron que costearse de su propio bolsillo accesorios ergonómicos para evitar dolencias asociadas al trabajo sedentario, casi todas ellas en plataformas de compra online.

De ahí que la percepción que tienen sobre la preocupación en materia de salud y bienestar físico hacia el trabajador por parte de sus empresas sea nula para un 30% y la justa para otro 20%. La otra la mitad cree que sí se preocupan de una forma positiva por ellos. Estos datos explican por qué la mayoría de los españoles encuestados piensan que su bienestar está por detrás en la comparativa que hacen las empresas respecto a la productividad, los resultados o el trabajo en equipo.

Según este estudio publicado por Fellowes las principales dolencias que más han experimentado los trabajadores derivadas del teletrabajo son ojos cansados (53%), dolores de cabeza (49%) y dolores de espalda (48%), mientras que en el aspecto psicosocial el 37% se siente solo o aislado en estas circunstancias y un 52% reconoce además sentirse estresado y con ansiedad debido a la necesidad de estar siempre ‘conectado’ por miedo a que no se reconozca su trabajo ante la falta de supervisión presencial.

Javier Cantera, Doctor en Psicología, Presidente de la Fundación Personas y Empresas y Presidente de Auren Consultores, avala los datos del estudio y afirma que “la sensación de soledad y la falta de interacción con otras personas es real y es uno de los efectos que produce el teletrabajo en más

trabajadores de los que creemos. El estrés y la ansiedad también, puesto que la falta de supervisión crea un nivel de autoexigencia que invita a la necesidad de estar siempre conectado y mostrarse productivo con el fin de obtener una valoración positiva que antes se obtenía bajo el contacto físico y la supervisión oportuna, algo que con el teletrabajo no ocurre".

Finalmente, algo que refleja la sensación del trabajador español de que el teletrabajo necesita una mayor atención es que el 82% de los encuestados cree que debería haber estado por el gobierno con anterioridad, al igual que las medidas relacionadas con la seguridad y salud en el trabajo. También creen que por ley debería en la medida de lo posible detallarse la dotación de productos ergonómicos al trabajador para desarrollar de forma saludable su labor.

Datos de contacto:
Fellowes
605065567

Nota de prensa publicada en: Madrid

Categorías: Medicina Finanzas Marketing Sociedad Recursos humanos

NotasdePrensa
https://www.notasdeprensa.es