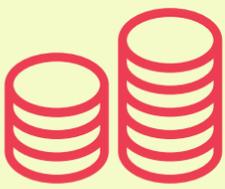


## ¿Por qué es importante promover la salud mental y el bienestar en el trabajo?

Los problemas de salud mental constituyen una causa cada vez más importante de absentismo entre las personas trabajadoras



Generan **más costes** que cualquier otro tipo de enfermedad.



Las **ausencias son más prolongadas** que las motivadas por otras enfermedades.



Los **cambios en la naturaleza del trabajo** y la normalización del **teletrabajo** están conllevando un **aumento del estrés y de los problemas relacionados con la salud mental**.

## Un trabajo de calidad fomenta una buena salud mental y el bienestar

El lugar de trabajo es un espacio especialmente útil en el que intervenir para promover una buena salud mental.



Las intervenciones destinadas a mejorar la salud mental y el bienestar en el trabajo **ayudan a las organizaciones a cumplir los principios del contrato social**.

La **legislación** requiere la gestión de los riesgos psicosociales en el trabajo.

En muchos países, la gestión del **retorno al trabajo** recae cada vez más sobre los empleadores y también les beneficia.

**Las intervenciones** centradas en el individuo y destinadas a mejorar la salud mental y el bienestar **resultan rentables**.