

# Creando empresas saudables



## Creación dunha contorna saudable de traballo

Partindo da situación actual atopámonos con que os accidentes e as baixas por incapacidade temporal (absentismo) aumentaron considerablemente nos últimos anos. Isto fai que diminúa a capacidade das nosas empresas para xerar produtos e servizos e por tanto diminúe a produtividade das mesmas. A riqueza dunha empresa depende da saúde dos seus traballadores, para iso é vital mellorar:

### Problema: Présa do tempo e estrés I

#### Causas:

1. Exceso de traballo.
2. Mala repartición da carga de traballo que implica máis a uns que a outros.
1. Falta de organización do tempo laboral.
2. Falta de planificación e de proxectos que motiven.

#### Consecuencias:

1. Aumento da sobreactividade, o que non implica que se aumente a produtividade.
2. Aparición de conflitos por aumento da irritabilidade por mor da presión soportada.
3. Abuso da xustificación dos erros cometidos formalizándose e estabilizándose en forma de conduta.
4. Redución da colaboración entre os membros do equipo. Cada un quere cumprir os seus obxectivos para xustificarse.

#### Medidas aplicables para conseguir unha contorna saudable:

1. Planificar adecuadamente os traballos antes de iniciarse tendo en conta os medios materiais e humanos e o prazo de execución.
2. Repartir adecuadamente as tarefas tendo en conta as capacidades, responsabilidades e medios de cada equipo.
3. Dotar de medios adecuados para o traballo planificando o seu uso e a súa repartición polos distintos equipos de traballo.
4. Comunicar de forma clara os obxectivos que se queren conseguir, indicando os medios dispoñibles, os procedementos para seguir, os prazos de execución e as canles de comunicación entre os integrantes do equipo e entre equipos.
5. Avaliar os procesos e o grao de consecución dos logros tendo en conta a achega dos implicados e dos mandos intermedios.