

La pandemia de la COVID-19 nos ha hecho afrontar nuevos retos y situaciones hasta el momento desconocidas. Tras la etapa de confinamiento, **es momento de continuar con nuestras vidas. A nivel laboral es importante afrontar los miedos que puede conllevar la vuelta al trabajo y reincorporarnos a nuestros puestos de forma segura,** para ello, **las empresas deberían atender aspectos psicosociales y organizativos** de sus trabajadores como los siguientes:



➔ Recomendaciones preventivas para la actividad presencial en las empresas:

- 1. Establecer nuevas pautas de trabajo para evitar el contagio frente a la COVID-19.** Actualizar los procedimientos y adaptar su contenido a la situación actual ocasionada por la pandemia de la COVID-19, informando de todo ello a la plantilla. Una información completa y sencilla proporciona tranquilidad y facilita el cumplimiento de las normas por parte de toda la empresa.
- 2. En la medida de lo posible hacer partícipes a las personas trabajadoras de las decisiones que les van a afectar.** El conocimiento sobre su propio trabajo, las medidas que deben cumplir, etc... convierte la situación en menos amenazante.
- 3. Mostrar interés por la salud de los trabajadores,** preguntar como se sienten y si necesitan algo que la empresa pueda ofrecer.
- 4. La situación de la pandemia ha originado** que algunas personas estén pasando momentos especialmente difíciles, de pérdida de seres queridos, problemas de convivencia o dificultades económicas. En la medida de las posibilidades de la empresa, facilitar acceso a los recursos que precisen.
- 5. Apostar por una distribución del horario de trabajo flexible que posibilite una adecuada conciliación laboral y familiar,** las entradas y salidas escalonadas y las modalidades de trabajo no presencial si es factible.
- 6. Planificar la distribución de actividades y objetivos** para que se ajusten de forma realista a las nuevas circunstancias. Es recomendable que participen los trabajadores y transmitir las decisiones para minimizar la incertidumbre.
- 7. Para prestar apoyo a cualquier dificultad derivada de la situación actual,** el Ministerio de Sanidad y el Consejo General de Psicología de España han puesto en marcha un **servicio telefónico de primera atención psicológica: 91 700 79 88** (de lunes a domingo de 9 a 21 horas).



Plan General de Actividades Preventivas 2020