



**CÁPSULA
LABORAL**

SALUD MENTAL Y BUEN TRATO EN EL TRABAJO: SEIS ACCIONES QUE LAS EMPRESAS DEBEN INCORPORAR EN SU GESTIÓN LABORAL

La salud mental ha adquirido un rol cada vez más relevante en el ámbito laboral, ya que factores como el estrés, los conflictos interpersonales o el hostigamiento pueden afectar el bienestar de los trabajadores y el desempeño de las organizaciones. En este contexto, las empresas deben promover entornos de trabajo saludables, basados en el respeto, la convivencia y el buen trato.

Entre las principales acciones promovidas por la normativa destacan:

1. Capacitación y sensibilización

Informar y capacitar a los trabajadores sobre el bienestar de la persona, así como fomentar el respeto, la convivencia y la solidaridad en el entorno laboral.

2. Promoción de un adecuado clima laboral

Impulsar espacios de integración, mecanismos de comunicación interna y participación de los trabajadores que contribuyan a fortalecer el clima laboral.

3. Prevención del acoso laboral y sexual

Contar con procedimientos para prevenir el acoso laboral y el hostigamiento sexual, garantizando su difusión y aplicación conforme a la normativa vigente.

4. Fortalecimiento de la organización del trabajo

Promover una adecuada cultura organizacional, con funciones y responsabilidades claramente definidas, así como mecanismos de evaluación y comunicación del desempeño.

5. Conciliación entre trabajo y familia

Implementar medidas que permitan armonizar las responsabilidades familiares y laborales, especialmente respecto de trabajadores que tienen a su cargo personas en situación de vulnerabilidad.

6. Promoción de hábitos saludables

Establecer medidas orientadas a prevenir el consumo de alcohol, drogas, tabaco y otros hábitos nocivos en el centro de trabajo.

La gestión de la salud mental no se limita a atender problemas psicológicos, sino que comprende la promoción de entornos laborales saludables, una adecuada organización del trabajo y relaciones basadas en el respeto y el buen trato.



En caso tenga alguna consulta,
puede contactar con: **Carlos Margary**
cmargary@srpmlegal.pe

 **SALAS RIZO PATRON
& MARGARY ABOGADOS**