

Itinerario Personal para la Empleabilidad I

Unidad 2.2

Los riesgos psicosociales



Autor: Carlos Moreno-Manzanaro García-Calvillo

Fecha: octubre 2025

Imagina que eres el/la responsable de prevención de una empresa de logística y debes realizar un primer diagnóstico de los riesgos psicosociales en distintos puestos de trabajo. Para ello, se te proporciona la siguiente plantilla de perfiles de la empresa:

- 1. Técnico/a de mantenimiento de equipos informáticos**
- 2. Recepción / administración**
- 3. Mozo/a de almacén carretillero**
- 4. Personal de limpieza**
- 5. Comercial que visita clientes**
- 6. Repartidor**

TAREA A REALIZAR

Para cada uno de los cinco puestos indicados, redacta un análisis que incluya:

1. Descripción breve del puesto y sus funciones principales.
2. Identificación de factores psicosociales a los que está expuesto ese perfil, seleccionando al menos tres. Algunos posibles factores (elige los que correspondan según el puesto):
 - Carga mental alta / multitarea / interrupciones
 - Alta carga de trabajo
 - Presión por tiempos / objetivos / productividad
 - Aislamiento social o funcional
 - Trato con público difícil o situaciones conflictivas

- Falta de apoyo del equipo o ambigüedad de rol
 - Monotonía, infravaloración del trabajo, falta de reconocimiento
 - Exposición frecuente al rechazo (en perfiles comerciales)
 - Desajustes horarios y viajes (en puestos fuera de sede)
3. Explica por qué esos factores están presentes en el puesto, justificando cómo se manifiestan en la actividad diaria.
4. Qué medidas preventivas establecerías para evitar los riesgos derivados de las condiciones psicosociales. Justifica la respuesta.