

## INTRODUCCIÓN

El estudio del estrés laboral como riesgo psicosocial es una cuestión que preocupa a las personas responsables de la salud de los trabajadores, ya que sus efectos son perjudiciales tanto para la producción como para la convivencia social de los miembros de la organización laboral y su salud.

La Comisión Europea ha definido el estrés en el trabajo como: “un conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y del comportamiento a ciertos aspectos adversos o nocivos del contenido, la organización o el entorno de trabajo. Es un estado que se caracteriza por altos niveles de excitación y de angustia, con la frecuente sensación de no poder hacer frente a la situación”

La gestión del estrés en las organizaciones como medida proactiva y la forma de abordarlo deviene en una cuestión fundamental que afecta a las plantillas, a las organizaciones y que trasciende incluso a la propia sociedad.

Esta Jornada se enmarca dentro de los objetivos de la Estrategia Aragonesa de Seguridad y Salud en el Trabajo 2017-2020, siendo de interés tanto para personal civil como militar.

## LUGAR DE CELEBRACIÓN

Salón de actos “Ramón y Cajal”  
Hospital General de la Defensa en Zaragoza  
Vía Ibérica, s/n, 50009 Zaragoza  
Tranvía: Línea 1, estación Casablanca  
Bus: Líneas 42, 57, 58

## INSCRIPCIONES

### Personal de centro militar:

secretariaparticular.ddaragon@mde.es

Asunto: Solicitando inscripción Jornada Técnica.

Incluir en el cuerpo del correo: apellidos y nombre, DNI, profesión y centro de trabajo.

**Resto de asistentes:** [www.aragon.es/issla](http://www.aragon.es/issla)

Plazo de inscripción: 12/11/18.

Aforo limitado. Selección de asistentes por orden de recepción de solicitudes.



# ¿CÓMO GESTIONAMOS EL ESTRÉS LABORAL?

JORNADA TÉCNICA

19 DE NOVIEMBRE DE 2018

HOSPITAL GENERAL DE LA  
DEFENSA EN ZARAGOZA



ORGANIZAN:

DELEGACIÓN DE DEFENSA EN ARAGÓN  
INSTITUTO ARAGONÉS DE SEGURIDAD Y  
SALUD LABORAL

## OBJETIVOS

- Actualización del abordaje del estrés en el ámbito laboral
- Proporcionar conocimientos teórico-prácticos a los asistentes a la Jornada acerca del estrés laboral y sus implicaciones, haciendo hincapié en aquellos elementos que influyen en los niveles de estrés dentro del colectivo de trabajadores.
- Ser un punto de encuentro donde se compartan experiencias prácticas de abordaje del estrés en el ámbito laboral que pueda ser aplicable en cualquier organización.

## GRUPO DE RIESGOS PSICOSOCIALES

- Enlace al Grupo de Trabajo de Riesgos Psicosociales en el seno del Consejo Aragonés de Seguridad y Salud Laboral (CASSL):



## PROGRAMA

09:00 Acogida de asistentes

09:30 Inauguración

Coronel D. Félix Allo Flores, delegado de Defensa en Aragón

09:50 Ponencia 1ª

**Factores generadores de estrés en el ámbito laboral**

10:40 Pausa, café

11:00 Ponencia 2ª

**Iniciativas y actuaciones en la gestión del estrés desde la Administración**

12:00 Ponencia 3ª

**Toma de decisiones bajo elevados niveles de estrés**

13:00 Mesa redonda

13:30 Clausura

Dª Mª Soledad de la Puente Sánchez, directora general de Trabajo del Gobierno de Aragón

## PONENTES

**Dª. Mª Ángeles del Hoyo Delgado**

Jefa Unidad Técnica de Ergonomía y Psicología aplicada de la Unidad de Coordinación de los Servicios de Prevención del Ministerio de Defensa

**Dª. Carmen Mombiela Guillén**

Psicóloga del trabajo y TS. PRL. del Instituto Aragonés de Seguridad y Salud Laboral

**D. Javier Aceña Medina**

Teniente Coronel, Profesor de Liderazgo del Área de Sociales del Centro Universitario de la Defensa en Zaragoza

## ORGANIZACIÓN

- Delegación de Defensa en Aragón
- Instituto Aragonés de Seguridad y Salud Laboral

## PARTICIPAN

