

‘El acoso laboral conduce a un deterioro de la salud mental’

Así se desprende de una investigación dirigida por el profesor de la UCM Alfredo Rodríguez Muñoz, en la que se examinaron los niveles de acoso laboral y salud mental de 348 trabajadores españoles durante seis meses

Madrid, 6 de marzo de 2015.- El profesor de Psicología Social de la UCM, Alfredo Rodríguez Muñoz, ha dirigido recientemente una investigación en la que se analizan ‘Las relaciones recíprocas entre el acoso laboral, la ansiedad y el vigor: un estudio longitudinal’. Del mismo, se desprende que el acoso laboral pasa factura a la salud mental de las personas, incrementando los niveles de ansiedad, lo que a su vez las hace más vulnerables para futuras acciones de este tipo.

«El estudio demuestra que las relaciones entre el acoso laboral y la salud mental son enormemente complejas, y es necesario abordarlo desde enfoques dinámicos», expone Alfredo Rodríguez Muñoz, autor principal del estudio.

La investigación, realizada conjuntamente con Bernardo Moreno de la Universidad Autónoma de Madrid y Ana Sanz-Vergel de la Universidad de East Anglia (Norwich, Norfolk, Inglaterra), examinó a un total de 348 trabajadores españoles para conocer sus niveles de acoso laboral y salud mental a lo largo de seis meses. El muestreo se realizó entre todas las comunidades autónomas, incluidas Ceuta y Melilla.

El trabajo, publicado en la revista [‘Anxiety, Stress, & Coping’](#), recoge datos que reflejan lo dañino que puede resultar esta vivencia laboral. Numerosos trabajadores se ven expuestos diariamente a conductas de marginación, discriminación y vejación por parte de sus jefes y/o compañeros de trabajo. Los investigadores sugieren que **es necesario establecer claras políticas empresariales contra el acoso**, pero que además se deben **promover programas de formación que capaciten a las víctimas contra la perniciosa espiral de abusos en el trabajo**.

Fuente: Rodríguez-Muñoz, A., Moreno-Jiménez, B. & Sanz-Vergel, A. I. (2015): Reciprocal relations between workplace bullying, anxiety and vigor: a two-wave longitudinal study. Anxiety, Stress, & Coping: An International Journal, doi: 10.1080/10615806.2015.1016003