

12 RECOMENDACIONES

A partir de la investigación sobre “Condiciones de trabajo y salud de los psiquiatras argentinos”

- 1) Crear una **Comisión Interdisciplinaria de Salud Laboral Profesional, dependiente de la CD de APSA** conformada por: psiquiatras formados en trastornos de salud derivados de la práctica laboral y su prevención, abogados laboralistas y otros asesores.
- 2) Plantear ante las entidades asistenciales el **pago a término**, además de **aumentar los salarios y honorarios**, especialmente **a los psiquiatras jóvenes, mujeres y contratados**.
- 3) Lanzar a través de la página Web de APSA y de instructivos periódicos a los socios una campaña de **erradicación de la violencia en el trabajo** (uno de cada diez la padece en forma semanal), con pautas a implementar tanto a nivel institucional como grupal e individual.
- 4) Estimular **en las instituciones asistenciales reuniones periódicas grupales de reflexión** previstas a partir del consenso con las direcciones, en los lugares de trabajo, a efectos generar recursos colectivos de prevención y afrontamiento de la violencia laboral y el *burnout*.
- 5) Dado que subsiste el mito del profesional liberal, fuera de marcos laborales regulatorios, establecidos por ley y defendidos gremialmente, es **necesario preparar para el ejercicio real de la profesión a los profesionales en el pre-grado y post-grado**. A tal fin se aconseja comunicar estas recomendaciones a Universidades, Carreras de Post-grado y Hospitales.
- 6) Poner en conocimiento de los colegas, a través de la página Web de APSA, de **las Leyes Laborales** que los protegen, para que conozcan sus derechos como trabajadores.
- 7) Recomendar la **organización de mayor oferta de supervisiones** clínicas y terapéuticas en los lugares asistenciales.
- 8) Instar a **la cooperación entre géneros**, dada la clara evidencia de la asimetría entre varones y mujeres en sostener tanto en lo objetivo como en lo subjetivo la vida familiar y doméstica.
- 9) El estudio y la investigación son sentidos como prioridad muy importante para el que muchos colegas dicen no disponer de tiempo suficiente: se sugiere el incremento de la oferta por parte de APSA, de **capacitación ON LINE**, para facilitar el acceso a éstas, en tiempos posibles y que no vaya en desmedro de tiempos para la familia, la recreación y los amigos.

10) Lanzar desde la página Web de APSA **una campaña de promoción de salud** de los profesionales con periódicas informaciones y herramientas a tal fin. Instar a los colegas a implementar medidas preventivas para su salud **realizando chequeos periódicos.**

11) Alertar a los colegas sobre el riesgo del uso de ansiolíticos, alcohol y tabaco como aliviadores de la ansiedad laboral.

12) Armar y ofrecer a los socios, (en condiciones a determinar):

A) **un programa de promoción de salud**, con recursos subjetivos y corporales para manejarse con la ansiedad y el estrés.

B) **un programa de cesación tabáquica.**