

XI Congreso Internacional y IV Nacional de Salud Laboral y Prevención de Riesgos
LEMA: ¡SALUD INTEGRAL A DEBATE!, AVANCES EN LAS ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN,
¡Participa, innova, intégrate!

AUTORES: Tejada García, Mª Dolores; Alcaraz Martínez, Ana Bella; de Vincenzi, Ludovica.

UNA ELEFANTIA EN LA CONSULTA

INTRODUCCIÓN:

La expresión “elefante en la habitación” basada en el cuento sufi de los 6 sabios y el elefante, hace referencia a una verdad evidente que es ignorada o a un riesgo obvio que nadie quiere discutir. Un ejemplo es la menopausia, una etapa natural de la vida que sigue siendo tema tabú, a pesar de que 3 de cada 5 mujeres que experimentan la transición a la menopausia consideran que sus síntomas tienen un impacto negativo en su trabajo. Otro proceso fisiológico a visibilizar es la menstruación, que aunque España es el primer país de la Unión Europea con un permiso menstrual, lleva concediéndose en Japón desde 1947 (país contradictoriamente famoso por su elevada incidencia de Karoshi o muerte por exceso de trabajo). Cada fase del ciclo menstrual tiene unas características especiales que se pueden potenciar laboralmente, pero también una parte negativa, ya que 3 de cada 10 mujeres tienen un dolor invalidante debido a una menstruación incapacitante secundaria, o padecen grandes hemorragias y no tienen acceso al baño a demanda, etc. También países como Francia, Reino Unido o Australia implantaron modelos de organización de trabajo con la protección de la salud menstrual, así como con los periodos de menopausia, que reportan tasas de éxito tanto desde el punto de vista del aumento de productividad como de la salud integral de las mujeres (como permiso recuperable, horario flexible o 3 días de teletrabajo al mes).

DESCRIPCIÓN:

En esta comunicación se proponen realizar píldoras informativas en el lugar de trabajo con perspectiva de género, especialmente sobre menstruación y menopausia. Se entiende por píldora informativa al conjunto mínimo de información sobre un tema, recogida de datos de organismos, asociaciones, etc., específicos sobre un tema.

OBJETIVOS:

- Dar visibilidad y concienciar sobre la menstruación y menopausia.
- Romper con el estigma que rodea a la menopausia y a la menstruación en el trabajo.
 - Fomentar el debate abierto para crear un ambiente de trabajo inclusivo.
 - Divulgar el conocimiento de síntomas e información de cómo aliviarlos.

METODOLOGÍA:

- Elaboración de píldoras informativas con ocasión de una celebración concreta (como el día internacional de la Salud y Dignidad Menstrual el próximo día 28 de mayo).
 - Revisión por la Dirección Médica del hospital.
- Crear conjuntamente con las unidades de Formación el diseño definitivo.
 - Publicación en la web del hospital y en sus redes sociales.

RESULTADOS:

Se precisa elaborar encuesta de satisfacción para constatar grado de satisfacción, detección de necesidades y proponer mejoras en el modelo de comunicación.

CONCLUSIONES:

Es necesario tratar la menopausia y menstruación como temas importantes de salud ocupacional y de gestión de personas, normalizando la conversación sobre ellas para que las mujeres se sientan apoyadas e incluidas en sus entornos de trabajo.

BIBLIOGRAFÍA:

- Ficha informativa 42. Las cuestiones de género en relación con la seguridad y la salud en el trabajo <https://osha.europa.eu/es/publications/factsheets/42/view>
- Ficha informativa 43. La inclusión de los aspectos de género en la evaluación de riesgos <https://osha.europa.eu/es/themes/women-and-health-work>